



Universidad de Valladolid

TRABAJO FIN DE GRADO

**Revisión de la historia de la
Educación física en el siglo XIX: Su
llegada hasta el siglo XXI y sus
consecuencias actuales.**

Autor: Diana Maldonado Cubero

Tutor académico: Lucio Martínez Álvarez

Resumen

¿Cómo hemos llegado hasta nuestros días en la concepción de Educación Física?, ¿de dónde salen los contenidos dispuestos en el curriculum en el área de la misma?, ¿qué forma tiene el especialista de dar clase? Estas podrían ser algunas de las preguntas que pretende contestar el presente trabajo. Comprobar cómo el Curriculum oficial del área de EF es un conjunto de “ideas” las cuales fueron estudiadas en un momento histórico determinado, atendiendo a los cambios sociales y políticos que se produjeron en la sociedad del Siglo XVIII por plantear nuevas incógnitas respecto a los beneficios que puede ocasionar la práctica de ejercicio físico. Producir un acercamiento sobre las diferentes concepciones que se han tenido a lo largo de la historia sobre la Educación física, entender cómo la sucesión de las diferentes culturas y cómo su idea sobre el concepto de cuerpo, ha hecho que en un momento determinado de la historia surjan las diferentes Escuelas (sueca, alemana, francesa e inglesa) y Movimientos sobre los que hoy en día se fundamentan los principios básicos de la enseñanza de la Educación Física. Para ello, partiré de un análisis de los indicios que siguen presentes de las antiguas escuelas gimnásticas de EF, partiendo de la propia experiencia y desde la de un especialista en EF, atendiendo principalmente a las características y a la metodología usada.

Palabras clave.

Evolución, cuerpo, Educación física, Escuelas Gimnásticas, Curriculum.

Abstract.

How did the idea of Physical Education get to where it is nowadays? Where do the contents which appear in a Curriculum in this area come from? Which are a specialist's ways of teaching? These could be some of the questions that ought to be asked in the current employment. To find out and to check how an official Physical Education Curriculum is a set of “ideas” which were studied in a specific historical moment, attending the social and political changes which the XVIII society went through due to proposals of new unknowns regarding the benefits that physical exercise can cause. The development of an approach about the different conceptions of Physical Education through history, trying to understand how the sequence of different cultures and their idea about the human body has achieved the appearance of different schools

(Swedish, German, French and English) and Movements about what are nowadays considered to be the fundamentals of the basic teachings in Physical Education. For that, I will part from the analysis of evidences from the ancient gymnastics schools of Physical Education that are still present nowadays, using as start point own experiences and the ones of a P.E. specialist, meeting the used characteristics and methodology.

Key words:

Evolution, body, Physical studies, Gymnastic Schools, Curriculum

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVOS	2
3. JUSTIFICACIÓN	3
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	5
4.1 ORIGEN DEL TÉRMINO EF	5
4.2 EL CUERPO HUMANO EN LA HISTORIA	6
4.3 EVOLUCIÓN DE LA EF	8
4.3.1 ESCUELA SUECA	8
4.3.1.1 Materiales de la escuela sueca	9
4.3.1.2 Metodología	10
4.3.2 ESCUELA ALEMANA	10
4.3.2.1 Materiales de la escuela alemana	11
4.3.2.2 Metodología	12
4.3.3 ESCUELA FRANCESA	13
4.3.3.1 Materiales de la escuela francesa	14
4.3.3.2 Metodología	14
4.3.4 ESCUELA INGLESA	15
4.3.4.1 Materiales de la escuela inglesa	16
4.3.4.2 Metodología	16
4.4 CONCEPTO ACTUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA	17
5. ANÁLISIS DEL CURRÍCULUM OFICIAL DE EF: SU RELACIÓN CON LAS ESCUELAS GIMNÁSTICAS	19
5.1 ESCUELA SUECA	19
5.2 ESCUELA ALEMANA	21
5.3 ESCUELA FRANCESA	22
5.4 ESCUELA INGLESA	24

6. BIOGRAFÍA CORPORAL	25
6.1 EXPERIENCIA VIVIDA	26
6.2 ENSEÑANZA DE LA UNIVERSIDAD	29
6.3 ENSEÑANZA EN LAS PRÁCTICAS	31
7. EF EN EL CENTRO ESCOLAR	35
7.1 MATERIALES QUE PREDOMINAN	35
7.2 ESPECIALISTA EN EF	37
8. CONCLUSIONES	41
9. LISTA DE REFERENCIAS	44
10. ANEXOS	47

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo muestra una evolución de lo que ha supuesto la Educación Física. Ésta, es un área, al igual que el marco legislativo de las demás, donde las concreciones que se crean alrededor de una disciplina se modifican de acuerdo a una serie de interacciones en el ámbito académico, las necesidades sociales o la formación de los docentes, entre otras. Este marco legislativo y lo que el curriculum propone para el área, no ha surgido repentinamente, sino que agrupa las diferentes concepciones que se han tenido de la Educación Física. Es decir, lo actual enlaza con lo pasado.

En este trabajo he tomado como referencia la primera mitad del siglo XIX, ya que en él se dio la implantación de los sistemas escolares nacionales en distintos países europeos donde surgieron también diferentes formas de concebir la presencia de lo que, con el tiempo, llamaríamos Educación Física. Se las conoce como Escuelas Gimnásticas. Es en las cuatro grandes escuelas gimnásticas que aparecen en Europa (la sueca, alemana, francesa y la corriente deportiva) donde me voy a centrar. Por ello, he establecido un recorrido por cómo ha sido la influencia de éstas diferentes escuelas gimnásticas en nuestros días, a través de un análisis, donde en primer lugar, he tomado como referencia el *D 40/2007 del 3 de Mayo*, para analizar y describir las “huellas” que han dejado las diferentes escuelas en la Educación Física actual, así como su evolución, la cual ha llevado a cabo a crear todos los bloques de contenidos que conforman nuestro Curriculum. De la misma forma, y partiendo de la frase anterior, podemos decir que el pasado no desaparece sin más, sino que permanece en múltiples formas incluso cuando su tiempo ya se ha ido. Por ello, considero que la manera para llegar a entender un área radica en entender lo que fue en un principio y a lo que ha llegado en nuestros días.

En segundo lugar, una vez acabado ese análisis “personal” del Curriculum, he dispuesto un apartado que relata mi propia biografía corporal, en el que partiendo desde tres puntos de vista (experiencia vivida, enseñanza en la universidad y enseñanza en las prácticas) he querido retratar cómo he vivido las ideas surgidas en ese momento histórico y la relación con la EF en mis papeles de alumna de educación no obligatoria, estudiante en la universidad y maestra especialista en prácticas.

Y en tercer lugar, he dispuesto un análisis de mis prácticas escolares con el especialista en Educación física, tomándolo como referencia para centrar mi trabajo en cuanto a la forma de enseñar, su manera de relacionarse con los alumnos, su forma de organizarlos, y demás elementos, estableciendo una relación con los estilos de enseñanza que promulgaban las diferentes escuelas gimnásticas, para concluir a qué modelos se atienden en el transcurso de las clases de EF en un centro concreto de nuestros días y reflexionar sobre cómo las corrientes no desaparecen sin más, sino que perduran en rastros que podemos todavía percibir.

En definitiva, en este TFG quiero indagar sobre cómo los orígenes de la Educación Física condicionaron su evolución histórica hasta el momento actual y cómo todavía hay rastros visibles en nuestra forma de concebir y de llevar a cabo la Educación Física.

2. OBJETIVOS

En este trabajo he previsto una serie de objetivos que pretendo alcanzar, partiendo de la justificación:

1. Conocer y diferenciar los contenidos que se promovían en las diferentes escuelas gimnásticas.
2. Analizar el currículum vigente a la luz de los planteamientos del momento histórico de las cuatro Escuelas para conocer su vigencia, relacionando cada uno de los bloques de contenidos con cada una de las escuelas gimnásticas
3. Identificar los vínculos de los materiales utilizados en Educación Física con las corrientes gimnásticas donde muchos de ellos se originaron.
4. Indagar sobre los diferentes modos y posibilidades de participación del especialista durante la clase de Educación Física atendiendo a la metodología que divulgaban las diferentes escuelas gimnásticas
5. Reconocer la presencia de estos orígenes históricos en mi propia biografía y formación.

3. JUSTIFICACIÓN

La elección de este tema viene dada, principalmente por una cierta curiosidad personal hacia los orígenes de la Educación Física, ver cómo se ha llegado hasta lo que hoy conocemos como “Educación” y “Física”, poder adentrarnos más significativamente en cómo ha surgido, y poder comprobar que muchos han sido los autores que han dejado su gran aportación para dar lugar a esta asignatura. Partiendo de una propia opinión personal; “Si no entendemos nuestro pasado, no tenemos futuro”, mi justificación de este trabajo va encaminada hacia esta tendencia, donde la ignorancia que podamos poseer respecto a los orígenes y la creación de la Educación Física crean un vacío de contenidos que en nuestra práctica docente serán necesarios retomar.

No obstante, son muchos más los motivos por los que considero que este tema es interesante para desarrollarlo como TFG.

En primer lugar, hablaré de la reducción de horas de la especialidad en Educación Física como consecuencia de la entrada en vigor del plan de estudios “Bolonia”. Esto ha hecho que la especialidad antes dada se convierta en una simple mención, donde los créditos dados en ésta sean menos de la mitad. Esta disminución de horas hace que muchos de los contenidos dados en la antigua diplomatura sean recortados y suprimidos del plan de estudios de la Educación Física. Centrándome en el contenido que a mí me interesa “La evolución de la Educación Física”, éste ha sido suprimido y no lo hemos llegado a dar en la carrera más que de una manera muy breve en una de las asignaturas de este plan. Otra de las razones que debo de dar, al centrar mi mirada hacia un futuro próximo en mi formación docente, los contenidos aquí desarrollados están presentes en uno de los temas de las oposiciones (en concreto el tema 1) para ser docente de Educación Física, lo que me lleva a recapacitar sobre la importancia que se les dedica dentro de lo que debe saber un especialista en Educación Física, y que nosotros por estar dentro del plan de estudios nos hemos quedado con ese “vacío” respecto a este tema en particular, y respecto a muchos otros en general.

Considero fundamental en la formación de un maestro el conocer cada una de las escuelas y lo que ellas han dado lugar en nuestro curriculum oficial, ver los materiales

que hoy en día utilizamos, los métodos que ellos utilizaban, desde qué perspectiva entendían la funcionalidad del cuerpo, etc.

Es evidente que este tema tiene una gran importancia a la hora de lo que un especialista debe saber, puesto que en los antiguos planes quienes establecieron los contenidos que debía de saber un especialista en EF, insertaron este contenido tan relevante. Para paliar todas estas carencias, he decidido centrar mi TFG bajo esta tenática y retomar uno de los muchos contenidos que otros compañeros especialistas en EF poseen.

Todos los contenidos que en el presente trabajo se desarrollan, me ayudarán de una manera muy implícita a ser mejor especialista en Educación Física, ya que el conocer de dónde han salido los bloques de contenidos y de qué escuela, me proporciona un saber adicional para conocer en lo que me tengo que centrar a la hora de impartir clase, entender por qué todavía algunos materiales de la Educación Física están mal “vistos” por provenir de una corriente muy autoritaria, en la que no se dosificaba el esfuerzo de cada alumno y no se adaptaba a sus capacidades, y también saber utilizar una metodología distinta para ampliar las posibilidades de acción en cuanto a los diferentes contenidos. Además, en el curriculum actual de la Educación Física sigue habiendo un “rastros” de aquellas escuelas gimnásticas iniciales. Mi TFG se centra en conocer la manera de enseñar de cada una para llevarla a cabo en mis clases, los fallos que cometieron para no volver a desarrollarlos y plantear métodos que no imposibiliten el desarrollo de las capacidades individuales del alumnado.

Tengo que destacar que todas las escuelas han aportado una visión de entender la Educación Física y que quedan dentro de los bloques de contenidos que en ella se establece, donde cada una de ellas planteó formas muy dispares de comprender la EF. Sin embargo, esto no quiere decir que solo lo que las escuelas promulgaban sea lo único que haya conformado nuestra área, sino que hay otros contenidos que no vienen de ninguna de estas escuelas ya que no implica que éstas contengan toda la EF actual ni que ésta haya sido un simple desarrollo de aquella, pues posteriormente han aparecido otras formas que daban respuesta a problemas y planteamientos propios de otros contextos históricos.

En tercer lugar, además de darle a este trabajo una fundamentación teórica que será de gran utilidad (como ya he dicho) el análisis práctico sobre cómo dan los docentes la Educación Física y a qué modelo se amoldan hará que tenga una visión de los docentes que hoy en día imparten la EF y poder comprobar la vigencia de las escuelas en la realidad de un centro escolar. Así pues, y a razón de lo expuesto, la elaboración de este trabajo y la importancia para su realización, radica en mi propia formación como docente, en entender cómo surgen los bloques de contenidos que en un futuro tendré que utilizar para realizar mis Unidades Didácticas, en adelantar mi conocimiento sobre un tema que posteriormente se me pedirá (temario oposiciones) y para planear mis clases atendiendo a diferentes modelos de la Educación Física.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 ORIGEN DEL TÉRMINO EF

No cabe duda de que para conocer de dónde proviene el término actual de EF hay que echar una mirada hacia atrás para poder entender los cambios tan notables que se han realizado durante su historia. Los orígenes de la EF no pueden situarse en un momento y en un lugar determinado, y su respuesta “no tiene significación más que en y para una sociedad y en un momento dado de su historia” (Blázquez Sánchez, 2001, p.8), por ello es fundamental conocer la historia de la misma, pues tal y como nos hace entender este autor es primordial para dar respuesta a la pregunta citada.

En este apartado pretendo hacer un breve acercamiento sobre cómo ha sido esa evolución, en qué época de la historia ha surgido y qué aspectos promovía cada una.

Aunque ya en la antigüedad se prestara una gran importancia al cuidado del cuerpo y a lo que conllevaba la práctica de ejercicio físico, el término de EF para González Broto, Madrera Mayor y Salguero del Valle (2004):

Será entre finales del siglo XVIII y principios del siglo XX, con los sistemas educativos en auge y con las continuas manifestaciones que se venían produciendo en torno a la actividad física, cuando aparecen los autores considerados como precursores de la Educación Física contemporánea, que darán lugar al nacimiento casi simultáneo de cuatro grandes Escuelas

Gimnásticas que impregnarán las diferentes corrientes, tendencias y modelos de Educación Física posteriores. (p.1)

Al principio del siglo XVIII comienza a notarse un cambio en la sociedad, un cambio en la escuela, en el que se origina la presencia de la EF y comienza a plantearse un contenido estructurado para la enseñanza de la misma.

4.2 EL CUERPO HUMANO EN LA HISTORIA

Dada la importancia del cuerpo para la concepción de la Educación Física al ser uno de sus ejes de atención prioritarios (junto con el movimiento), he creído conveniente establecer un apartado, donde de forma muy breve y explícita, explique cómo se ha ido entendiendo el cuerpo en la historia y cómo en algunas etapas se ha considerado como un elemento que carece de importancia. Considero importante desarrollar este apartado ya que en él se ve claramente por qué el desarrollo de la EF no se realizó hasta llegar al final del siglo XVIII.

El cuerpo y el movimiento son los ejes principales sobre los que se debe sostener la educación física. Sin embargo, hasta que se ha llegado a esta afirmación, la evolución del concepto y el trabajo del propio cuerpo ha experimentado numerosos cambios a lo largo de los siglos. De acuerdo con Sierra Zamorano (2007):

El cuerpo humano ha sido visto siempre desde perspectivas muy diversas: desde la cultura popular; desde las ciencias, como la anatomía, la antropología, la biogenia, la biología, la biomecánica, la eidología, la etnología, la etología, la filosofía, la fisiología, la historia, la medicina, la morfología, la psicología, la sociología y un largo etc.; desde las artes; desde la religión; etc.

Durante la historia el concepto de cuerpo ha ido cambiando, según desde qué época se mirase o según desde qué perspectiva, tal y como señala este autor.

En las distintas culturas que se han ido sucediendo a lo largo de la historia, el cuerpo ha estado muy presente en todas ellas. Esta concepción de cuerpo era muy diferente en cuanto a su tratamiento y a la visión que tenía cada una o respecto a las limitaciones o posibilidades que podían ofrecer. Por ejemplo, hay muchas culturas que concebían el cuerpo como una exaltación de la belleza, donde se amoldaba a los

cánones impuestos por la sociedad. Otras, sin embargo, entendían el cuerpo como algo secundario, donde su función no era primordial e incluso trataban de ocultarlo. Cada cultura tiene su forma propia de ser cuerpo, educando según la concepción que se tenga de él. Los griegos empezaron a realizar diversos libros en los que se plasmaban varias actividades que tenían como fin el bienestar y la salud corporal. En esta sociedad, los contenidos intelectuales y los corporales quedaban en una posición no jerárquica, donde ninguno de los dos estaba por encima del otro, es decir, cuerpo y alma no tenían una disociación, sino que ambos conceptos eran tratados y trabajados de la misma manera para llegar a la salud física y mental.

Sin embargo, otras culturas han entendido la educación como la superioridad de la mente por encima del cuerpo. Durante muchos años las sociedades han centrado su educación en la mente puesto que eso era lo que consideraban verdaderamente importante y por tanto era lo que debía primar a la hora de educar. Todo esto se ha ido sucediendo a lo largo de los años. Esta organización de cuerpo y mente, ha hecho que cada cultura estableciera los conceptos sobre cómo entendían ellos lo que es ser humano.

Sin embargo, en torno al siglo XVIII, ligado a los cambios sociales y científicos, aparecen formas más sistemáticas de concebir lo corporal y es en ese momento cuando van incorporándose a las escuelas que estaban proliferando en Europa. Es en esta época cuando aparecen los grandes autores que formaron los inicios de la EF actual, los cuales empezaron a interesarse por la complejidad del cuerpo humano y sobre cómo el ejercicio físico podía producir verdaderos efectos beneficiosos para la salud, formar una sociedad mejor preparada, hacer que el movimiento sea una mejor forma de explorar el entorno, etc

En definitiva, la idea de tratar el cuerpo en la historia ha sido muy compleja y contradictoria, donde la mente y el cuerpo alternan la importancia, de una educación donde ambos conceptos son iguales, a una educación donde una prima sobre la otra. Es decir, cada sociedad concibe lo corporal de diferente manera, no hay una única forma de valorarlo. Estas contradicciones que se han dado a lo largo de la historia sobre cuerpo y mente, y donde esta última ha sido mucho más trabajada, ha llegado hasta nuestros días, y aunque se ha tratado de llegar a una educación donde ambos contenidos se den por igual, “los Sistemas Educativos de los distintos países y, en concreto el Sistema

Educativo Español, han valorado sistemáticamente los contenidos intelectuales por encima de los corporales” (Zagalaz Sánchez, 2001, p. 9).

4.3 EVOLUCIÓN DE LA EF

El término que hoy conocemos como EF ha pasado por muchos y diversos cambios que se han sucedido a lo largo de su historia. Según los momentos históricos de la sociedad y gracias a las aportaciones de muchas otras disciplinas, se fueron conformando las bases de lo que hoy en día conocemos como EF. Para aclarar esta idea, he de puntualizar, que la EF no surgió como una disciplina aislada del resto, ni como un concepto que no tuvo ninguna influencia del contexto socio-cultural en el que estaba inmerso, sino que todos los cambios, tanto religiosos, como políticos o ideológicos fueron los responsables de los distintos modelos y métodos que conformaron el carácter actual de la EF.

Estos cambios que dieron como resultado el concepto que hoy en día conocemos, se produjeron a finales del siglo XVIII y primera mitad del XIX, cuando se originaron grandes transformaciones en la manera de entender la actividad física, gracias a las aportaciones de algunos autores que han sido considerados como los precursores de la EF actual, por medio de la creación de cuatro escuelas que marcaron los inicios de otras grandes corrientes y gracias a su influencia y contenido aparecieron numerosas tendencias y modelos de la EF que han llegado hasta nuestros días.

A continuación voy a explicar esas cuatro escuelas gimnásticas citadas en el apartado anterior. Al principio de cada una, relataré una visión general y fundamentos principales en los que se concreta, para luego establecer dos apartados, uno referente a los materiales y otro referente a la metodología. Considero importante desarrollar estos apartados puesto que son los elementos que contribuirán a alcanzar los objetivos propuestos en el presente trabajo.

4.3.1 escuela sueca

El creador de esta escuela fue Pier Henrich Ling un médico, militar y profesor de esgrima en la Universidad de Copenhague. Este autor basa los principios fundamentales de su escuela como algo analítico, donde entendía el movimiento

biológico como una forma de cuidar la salud. “Es posible que su propia falta de salud física hiciera que este autor encaminara su obra al cuidado de la misma mediante ejercicios muy sistematizados” (Pérez Ramírez, 1993, p.30)

Su método consistía en realizar movimientos analíticos en torno a los ejes principales de las articulaciones humanas para que se produjera un desarrollo anatómico-fisiológico, que preparaba a sus practicantes para la guerra y para su formación estética y fue implantada especialmente en centros de educación. Tal fue su aportación sobre el tema del cuidado del cuerpo que “los conocimientos que aplicó como base de sus actividades en la gimnasia terapéutica fueron una de sus más importantes aportaciones a la historia de la educación física” (Pérez Ramírez, 1993, p.30).

De acuerdo con Zagalaz Sánchez (2001):

Divide la gimnasia en cuatro ramas: Pedagógica, que corresponde al concepto actual de gimnasia educativa; Militar, referida a ejercicios con armas, principalmente esgrima; Médica, que comprende el movimiento empleado como terapéutica; y estética, encaminada a la práctica del ballet, recomendando la danza y los bailes populares suecos. (p.33)

Más adelante, el hijo de Ling continuó con los estudios de su padre y encaminó su método a un ambiente educativo, dirigiéndolas hacia niños, al contrario que su padre que trabajó con universitarios. Su principal aportación fueron las tablas gimnásticas.

En definitiva, la gimnasia sueca busca ejercicios muy anatómicos en busca de la salud, estando encaminada a la gimnasia terapéutica y “con la idea de conferir una finalidad correctiva a los ejercicios, merced a un valor de modelaje sobre el cuerpo, sus formas y actitudes, cimienta las bases de la gimnasia sueca” (Sainz Varona, 1992, p.45)

En el ANEXO 1 se comprueba un cuadro resumen el Movimiento del Norte (fue al que dio origen la escuela sueca) y los autores que continuaron la obra de éstos.

4.3.1.1 Materiales de la escuela sueca

En la gimnasia sueca los materiales que se empleaban eran los siguientes: Espalderas, bancos suecos, cuadros sueco, silla sueca, caballo, potro, colchoneta, barra

fija, anillas, balón medicinal, escaleras oscilantes, sogas para trepar, etc. Aunque estos materiales no eran fundamentales en la práctica de su método ya que se prefería el ejercicio libre y sin aparatos. Sin embargo, se fueron diseñando estos como ayuda para alcanzar posiciones definidas que el propio cuerpo que por sí solo no podía alcanzar.

4.3.1.2 Metodología

La práctica del ejercicio se realizaba mediante los movimientos repetitivos y mecanizados de segmentos del propio cuerpo, donde un “instructor” guiaba los ejercicios que se debían de realizar, dejando de lado la propia creatividad que posee cada cuerpo y eliminando los movimientos naturales corporales. Todos ejercicios que el “instructor” mandaba debían de ser simétricos, es decir, lo trabajado con un lado del cuerpo debía de ser exactamente igual que con el otro y además se buscaba en estos ejercicios las posturas correctas sin llegar a forzar las articulaciones.

Los ejercicios que se desarrollaban eran movimientos de brazos, tronco y espalda con un orden preestablecido, además de realizar ejercicios de saltos, trepas y destrezas.

Todos los movimientos que se realizaban debían ser conocidos y el “instructor” no realizaba ejercicios donde no se supiera el efecto que produjese dicho movimiento, y si se llegara a realizar, analizar en qué repercute en el cuerpo humano.

4.3.2 Escuela alemana

Esta escuela se considera creada por dos autores que tenían una visión muy diferente en cuanto a sus ideales. Primero hablaré de Guts Muths, el cual es considerado el padre de la gimnasia pedagógica moderna, ya que realizaba un seguimiento de los progresos que tenían sus individuos mediante evaluaciones periódicas. Considera que los ejercicios deben realizarse de manera natural. De acuerdo con Blázquez Sánchez (2001):

Fue el primero en intentar clasificar los ejercicios atendiendo a sus efectos sobre el organismo. Su sistema de ejercicios era el siguiente:

-Ejercicios gimnásticos clasificados por regiones corporales.

- Ejercicios de aplicación agrupados en ocho familias (saltos, marcha, lanzamientos, lucha, trepa, equilibrio, levantamientos y ejercicios de orden).
- Juegos colectivos
- Trabajos manuales y profesionales. (p.12)

Establece una delimitación del espacio y los aparatos con los que realizaba sus ejercicios podían estar dispuestos por los bosques.

El segundo de los autores fue F.L Jahn quien hizo que “las ideas pedagógicas de Guts Muths fueran en cierto modo ahogadas por el contenido patriótico-social” (Langlade y R. de Langlade, 1986, p.24) de su obra. La obra de este autor fue más extendida que la de Guts Muths debido a que desarrolló un trabajo con un claro carácter político y social, donde su propia exaltación del pueblo alemán llevó a cambiar la palabra “Gimnástica” por “Turner” (traducción al alemán), la cual se convertirá más adelante en lo que hoy en día conocemos como gimnasia deportiva.

Más adelante la obra de estos dos autores fue continuada por sus predecesores, los cuales aportaron una nueva concepción de los ideales iniciales. En el ANEXO II podremos ver esa evolución de la escuela alemana, así como el movimiento que surgió y los elementos a los que se dio origen en ella.

En definitiva, la escuela alemana se caracteriza por intentar conseguir la unidad nacional por medio de la Educación física (Jahn), por alcanzar un rendimiento motor de las acciones (Muths) y donde la dosificación del esfuerzo y la adaptación de cada individuo a sus posibilidades no se daba. Está caracterizada por un sistema rítmico.

4.3.2.1 Materiales de la escuela alemana

Los materiales que se utilizaron en esta escuela, no tuvieron un gran cambio respecto a la escuela sueca, puesto que la manera de utilizar éstos iba encaminada para la persecución de las características de una y otra escuela. Sin embargo, esto no quiere decir que la gimnasia alemana no creara materiales propios para practicar ejercicios específicos encaminados hacia sus ideales. Por ejemplo, entre las aportaciones de materiales que nos dio la gimnasia alemana se encuentran; la viga, el caballete, las barras paralelas y la barra fija, la rueda alemana, etc. Otra de las aportaciones de la

escuela alemana fue la creación de un espacio destinado exclusivamente a la práctica de ejercicios que fueran necesarios realizarlos con aparatos.

4.3.2.2 Metodología

La forma de enseñar que se llevaba a cabo en la escuela alemana difiere bastante entre sus dos autores más importantes, por un lado está F. L Jahn, que en palabras de Zagalaz Sánchez (2001):

Su exaltación a la raza germánica, hizo que solo se preocupara por los fuertes, “vivir quien pueda vivir”, decía, sin buscar la progresión metodológica, ni dosificación adecuada, sino juegos violentos que desarrollaban la capacidad de sufrimiento y el espíritu de combatividad, a lo que añade competiciones con carreras, saltos y luchas, incluyendo aparatos (barra fija, potro, y barras paralelas) que adicionan el riesgo a su sistema. (p.38)

En estas palabras, comprobamos que lo que Jahn intentaba no era una actividad física para enseñar a los demás, sino una actividad para adiestrar a la población, preparándoles para el combate realizando ejercicios de un elevado riesgo en cuanto a su ejecución se refiere. No podía perder tiempo en enseñar a los “débiles” y por consiguiente adecuar las actividades a ellos, puesto que su misión era la exaltación de los “fuertes”.

Por otro lado, encontramos a Guths Muths, quien establecía una metodología muy diferente a Jahn. La secuenciación de las actividades que proponía, estaban adecuadas a cada uno de los individuos, ya que desarrollo unas tablas de evaluación, donde establecía la progresión para continuar con el rendimiento.

Esta escuela difiere en la sueca en que el método es mucho menos analítico y más rítmico, ya que algunas de las actividades realizadas se ejecutaban con música (danza, natación, etc). “Sin embargo, sólo se diferencian de los suecos en la realización del movimiento alrededor de varios núcleos articulares, considerándose por este motivo, ejercicios sintéticos, pero manteniendo los objetivos de rendimiento.” (Zagalaz Sánchez, 2001, p.38).

Más adelante los sucesores de estos dos autores, transformaran los ideales que ellos promulgaban y la forma de enseñar, a una enseñanza menos sintética, donde el fin de los ejercicios no será la mejora del rendimiento, sino que través de la música se manifiestan los aspectos creativos del hombre.

4.3.3 Escuela francesa

Fue creada por F. de Amorós y Ondeano. Estuvo marcada por su claro carácter militar, alejado de cualquier concepción pedagógica. “Como militar, estuvo encaminado a formar atletas-soldados; se olvidó mucho de la progresión biológica y tuvo una excesiva preocupación por los ejercicios de fuerza, agilidad, etc.” (Blázquez Sánchez, 2001, p.13).

Este autor adapta los métodos de Muths y Jahn porque se pretende una mejora en cuanto a la forma física pero de acuerdo con Zagalaz Sánchez (2001):

La escuela Francesa, tiene una concepción natural y utilitaria del ejercicio. Sus ejercicios globales, con participación de todo el cuerpo en las ejecuciones, parten de una actividad física beneficiosa para el individuo, que le prepare para la vida (forma física) y forme su cuerpo (estética y dominio corporal). (p.41)

En otras palabras, el trabajo de la forma física mejora la ejecución de los movimientos naturales que posee el cuerpo para lograr el dominio corporal de las acciones.

Sin embargo, este autor no adopta los principios pedagógicos de Muths sino que se asemeja a Jahn por tener una concepción militar.

En palabras de Hernández Álvarez y Martínez Gorroño (2006):

Expone una metodología original y personal, así como el diseño de aparatos, instrumentos e instalaciones para el desarrollo de su sistema de enseñanza, en el que se observan los propósitos específicos para el desarrollo de las distintas capacidades que hoy podríamos calificar tanto de básicas como de mixtas. (p.154)

Este autor se centró en la parte superior del tronco creando una serie de ejercicios acrobáticos difíciles de recrear.

“Como consecuencia, de estos planteamientos, surge el Movimiento del Oeste” (Zagalaz Sánchez, 2001, p.41) en el cual los ideales descritos por Amorós en cuanto a los movimientos naturales del cuerpo se rescatan de la mano de G. Hebert creando el “Método Natural” en contraposición del método analítico sueco. Este autor considera que el hombre puede alcanzar su desarrollo físico mediante actividades en la naturaleza. Además, en palabras de Pérez Ramírez (1993):

La pedagogía hebertista tuvo una carga claramente innovadora, próxima a la de la Escuela nueva. Propugnaba un trabajo educativo continuo, al aire libre, con pies, piernas y torsos desnudos y la utilización de ejercicios concretos y utilitarios, cantos y gritos en las sesiones de entrenamiento, como expresión de la alegría del movimiento. (p.34).

En el ANEXO III se observa la evolución de la escuela de Amorós pasando por el método natural de Hebert.

4.3.3.1 Materiales de la escuela francesa

En esta Escuela, se utilizaron aparatos de gimnasio muy parecidos a los de la escuela alemana, como puede ser: muros, y diversos obstáculos, barra para las sustentaciones, escalas, cuerdas, palos altos, trapecios paredes para escalar, anillas, barra paralela, barra fija y potro, el cual ha sido uno de los materiales más propios de la “gimnasia”. Todos estos aparatos estaban encaminados para ser trabajados únicamente con la fuerza de los brazos y no con las piernas. Al igual que en la escuela alemana, mediante estos materiales se intentaba realizar acrobacias, buscando el perfeccionamiento del movimiento.

4.3.3.2 Metodología

La forma de enseñar caracterizada por la escuela francesa, era un enfoque natural, donde la utilización de los gestos propios de los humanos hacía que alcanzáramos un desarrollo integral como especie. Sin embargo, “como militar estuvo encaminado a formar atletas-soldado; se olvidó de la progresión biológica y tuvo una

excesiva preocupación por los ejercicios de fuerza, agilidad, etc.” (Blázquez Sánchez, 2001, p.13). Los ejercicios que esta escuela trabajaba eran: marchas y carreras, saltos, franqueo de obstáculos, tiro al blanco, esgrima, danza y lucha, además de los ejercicios acrobáticos realizados con los materiales citados anteriormente.

Sin embargo, los principios básicos que más adelante se promulgaban, de la mano de Hebert, es el hombre primitivo, y como tal, debemos ser capaces de desarrollar las mismas cualidades físicas que él, preferiblemente en la naturaleza y de forma espontánea (correr, lanzar, saltar, etc). Es esta espontaneidad la que hace que los principios de su método tengan como prioridad una enseñanza individualizada, donde cada alumno establece sus propias metas y limitaciones.

Hebert entiende el movimiento como algo natural y está en contraposición de la escuela sueca y su método analítico del movimiento. Centra su atención en el desarrollo corporal del niño perfeccionando la acción motriz que éstos ejecutan. Trabaja pues las habilidades básicas del niño recreando una progresión de situaciones más simples a más complejas.

4.3.4 Escuela Inglesa

Tiene su máximo representante en T. Arnold, Fue el único que “no impulsó el movimiento gimnástico, como los autores anteriormente citados, sino más bien los juegos y las actividades atléticas” (Pérez Ramírez, 1993, p.31). Su obra surge en contraposición a la importancia que se le daba al intelecto frente a lo corporal.

Este autor pretendía que, mediante las reglas que se conformaban en un deporte, la agresividad de los jóvenes disminuyera puesto que tenían que respetar dicha reglamentación. “Así, hace surgir un concepto pedagógico relacionado con el juego deportivo: el “fair play” (Blázquez Sánchez, 2001, p.13).

Quiso fomentar en el alumnado la afición por los juegos reglamentados, ya que consideraba que era una buena forma de conseguir objetivos pedagógicos para sus alumnos.

Esta escuela se caracterizó por su trabajo con las clases elitistas de colegios masculinos.

Otro de los precursores de la corriente deportiva es P. De Coubertin quien siguiendo los ideales de T. Arnold en cuanto a la utilización de los juegos y deportes se refiere, restauró los Juegos Olímpicos. Luchó por introducir los deportes en los colegios.

4.3.4.1 Materiales de la escuela inglesa

Los materiales que se daban en esta escuela, nada tienen que ver con los propuestos en las otras tres, ya que como he dicho en el apartado anterior, es la única corriente que no se decanta por la gimnástica, por lo que los materiales utilizados ya no son los propios de un gimnasio, sino los exclusivos de los diversos deportes que se trabajasen, especialmente balones de diferentes formas y tamaños.

4.3.4.2 Metodología

Al igual que esta corriente no promulgaba la gimnástica ni utilizaba los mismos materiales que el resto de las escuelas, la forma de enseñar que tenía también difería en cuanto a los métodos de dar clase. “A diferencia del resto de los creadores de las grandes escuelas gimnásticas, basa su método en principios de recreación, juego, deporte y reglas de juego.” (Zagalaz Sánchez, 2001, p.47)

Como ya he señalado anteriormente, esta corriente se caracteriza por el interés de la actitud deportiva de los jóvenes. Se considera que el juego reglamentado puede desarrollar en los jóvenes cualidades de solidaridad, compañerismo, competitividad y sobre todo “fair play” o juego limpio.

La manera de enseñar que tenía este autor era dejar a los alumnos que se organizaran por sí solos, pero supervisada por otros alumnos veteranos.

La idea principal era realizar juegos tradicionales de Inglaterra que carecían de normas, y a través de la práctica de los estudiantes poner la reglamentación que éstos pactaran tras la ejecución de dicho juego. De esta manera se iría creando una reglamentación en los juegos que es muy parecida a la de hoy en día.

Según Díaz Crespo:

Los fines perseguidos eran que los estudiantes retomasen y adaptasen las prácticas físicas existentes para formar a través de ellas su personalidad y carácter. El deporte va a tomar así un valor superior al simple juego, para reflejar en sus modos de organizarse y practicarlo todo un estilo de vida, el del *gentleman* inglés. (p.8)

Así pues la manera de enseñar de esta escuela era muy liberal, donde los propios alumnos consensuaban las normas para realizar un juego mejor

En definitiva, en estas cuatro escuelas gimnásticas precursoras, se plasmaron diferentes contenidos, diferentes finalidades de movimiento, diferentes metodologías y por consiguiente diferentes materiales que han tenido una gran cabida en nuestros días. El interés que tiene todo lo escrito anteriormente radica en el propio análisis que desarrollaré, ya que me permitirá más adelante analizar con una fundamentación teórica los materiales de los que disponía mi centro escolar y de dónde provenían, y por otro lado la metodología que cada escuela utilizaba, y así poder analizar más significativamente tanto a mi profesor-tutor, como a mí misma.

4.4 CONCEPTO ACTUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

Tras haber relatado el surgimiento de las cuatro escuelas gimnásticas, así como las características propias de ellas, es hora de centrarme en lo que hoy en día se conoce como Educación Física. Éste es un término muy amplio, ya que en cada momento de la historia se le ha asociado a una forma determinada de cómo la sociedad entendía la relación cuerpo-alma.

Es por ello por lo que es un concepto que no puede definirse de una única manera, sino que cada autor la entiende de una manera muy diferente a la del resto. Según Blázquez Sánchez (2001):

En definitiva, la educación Física se puede considerar como una verdadera pedagogía de las conductas motrices de los individuos. Su finalidad es la educación y el medio empleado la motricidad, tratándose de una acción que se ejerce sobre los individuos y no sobre los contenidos. No es el movimiento el que ocupa el lugar central sino la persona que se mueve, que actúa, que realiza una actividad física. (p. 37)

En palabras de otros autores; Martínez Álvarez, Vaca Escribano y Barbero González (1996):

Entendemos la Educación Física como un área que vela por el desarrollo de las capacidades motrices y que ayuda al desarrollo de otras capacidades del ser humano. Todo esto, teniendo a lo corporal y al movimiento como telón de fondo. La Educación Física es a la vez un área de contrastes y síntesis. Vemos en ella la manifestación de lo individual, pero es al tiempo un momento muy intenso de socialización. Se pone en juego lo más biológico del ser humano, pero nada de lo que pasa tiene sentido si no lo miramos desde la perspectiva de los significados culturales y emocionales que moviliza. Reclama y se basa en el movimiento, pero también exige la inmovilidad y la interiorización. (p.9)

Según González, M. (2006):

Es la ciencia y arte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional (armonioso, natural y progresivo) de sus facultades de movimiento, y con ellas el del resto de sus facultades personales. No se trata de un mero aprendizaje de movimiento, sino un camino hacia la educación total, que utiliza el movimiento humano como agente pedagógico y atiende a él como sujeto paciente de desarrollo de su eficacia. (p.23)

Son muchas las definiciones que se le dan a la Educación Física, ya que cada autor entiende el movimiento de una manera. Sin embargo, todas ellas difieren en gran medida en lo que las 4 escuelas gimnásticas comprendían por EF. Ahora tenemos otra concepción de la misma, pero siguen quedando indicios en el propio curriculum oficial de esas primeras concepciones. Si me centro en lo que aporta el *D 40/2007 del 3 de Mayo*:

El área de Educación física, como las restantes, se orienta al logro de los diversos fines educativos de la educación primaria. En aquella el cuerpo y el comportamiento motriz se constituyen en los ejes básicos de la acción educativa que contribuye al desarrollo integral de la persona y a la mejora de su calidad de vida. (BOCyL, 2007, p.9867)

El curriculum organiza al área de EF en 5 bloques:

- Bloque 1, El cuerpo imagen y percepción

- Bloque 2, Habilidades motrices
- Bloque 3, Actividades físicas artístico-expresivas
- Bloque 4, Actividad física y salud
- Bloque 5, Juegos y actividades deportivas

Cada uno de estos bloques propone una serie de contenidos que, como relataré en el siguiente punto forman parte de la propia evolución de las escuelas gimnásticas.

5. ANÁLISIS DEL CURRÍCULUM OFICIAL DE EF: SU RELACIÓN CON LAS ESCUELAS GIMNÁSTICAS

En este apartado estableceré una relación entre los contenidos que cada escuela propuso, tomando como referencia la fundamentación teórica, y lo que hoy conforma el Currículum oficial de la Educación Física, es decir, lo que han dado lugar esas escuelas y su repercusión en cómo lo consideramos actualmente a través del Currículum. Para ello, tomaré como referencia el DECRETO 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

5.1 ESCUELA SUECA

La EF que promovía la escuela sueca era una actividad física encaminada a la corrección de la postura. Si nos centramos en lo que esta escuela quería enseñar, era la realización de ejercicios físicos para la mejora de la propia salud del cuerpo, es decir, era una Gimnasia educativa-higiénica.

Si nos fijamos en el *D 40/2007 del 3 de Mayo* en el que se establecen los bloques de contenidos, objetivos y criterios de evaluación, comprobamos que el currículum que hoy en día conforma la EF difieren con los ideales y la forma de trabajar que promovía la escuela sueca. La manera de poner en práctica los contenidos ha cambiado, ejercicios con demasiado orden, demasiadas voces preventivas, movimientos muy rigurosos, etc. Este carácter cerrado es muy diferente con lo que hoy en día, la propia ley de educación establece respecto al trabajo de la Educación física. Sin

embargo, el carácter higiénico que la gimnasia sueca promovía, ha desembocado en un bloque con unos contenidos propios y a través de lo que la ley arriba citada nos menciona:

El Bloque 4 *Actividad física y salud*, está constituido por aquellos conocimientos necesarios para que la actividad física resulte saludable. Además, se incorporan contenidos para la adquisición de hábitos de actividad física a lo largo de la vida como fuente de bienestar. La inclusión de un bloque que reúne los contenidos relativos a la salud corporal desde la perspectiva de la actividad física pretende enfatizar la necesaria adquisición de unos aprendizajes que obviamente se incluyen transversalmente en todos los bloques (BOCyL, 2007, p.9868)

En estas líneas donde se explica en qué consiste este bloque de contenidos, se puede comprobar una gran relación entre los contenidos aquí desarrollados y lo que pretendía desarrollar los ideales de la escuela sueca, en cuanto al cuidado del cuerpo se refiere realizando ejercicios saludables o crear hábitos preventivos.

Otra de las cuestiones que quiero desarrollar es un elemento que también dio lugar la gimnasia sueca. Es evidente que hoy en día no se pueden realizar esas tablas gimnásticas que el hijo de Ling desarrolló, pero sí una nueva concepción sobre lo que dicha corriente promovía. Si me centro en el desarrollo de la estructura de las lecciones y sobre cómo está organizada puedo comprobar cómo está claramente diferenciada en 3 partes (Calentamiento, parte principal y vuelta a la calma), las cuales están estructuradas de acuerdo con la curva fisiológica del cuerpo. De estas tres partes, quiero comentar la primera, el Calentamiento por su estructura analítica y articular tan promovida en la escuela sueca. Además, la ejecución del calentamiento siempre ha sido guiado, donde un “Instructor” iba diciendo los ejercicios que debíamos de realizar.

Además de esta semejanza, los ejercicios que se realizan en el calentamiento, van encaminados a la movilidad de los grupos musculares articulados, haciendo ejercicios simétricos (primero un lado y luego otro) y estableciendo siempre ángulos de unos 45 o 90 grados. Todas estas semejanzas hacen que una parte fundamental de una clase de EF, como es el calentamiento, tenga una clara semejanza con los contenidos que se comenzaron a desarrollar en la escuela sueca. Sin embargo, he de realizar una breve puntualización y es que la organización del espacio en cuanto a la escuela sueca,

era una sucesión de filas, unos detrás de otros donde los alumnos únicamente miraban al instructor que las ejecutaba. Sin embargo, en nuestros días esta disposición ha cambiado y esta ocupación del espacio se desarrolla en círculo, donde todos son instructores de todos.

5.2 ESCUELA ALEMANA

Como he relatado anteriormente, la evolución de los contenidos de la Escuela Alemana promovía el uso de la música como medio para que el cuerpo expresara sus sentimientos. Si tenemos que encontrar una similitud en cuanto a esta corriente y el bloque de contenidos al que ha dado lugar, sin ninguna duda, es el Bloque 3, ya que tal y cómo relata el *D 40/2007 del 3 de Mayo*:

En el bloque 3, *Actividades físicas artístico-expresivas* se hallan incorporados los contenidos dirigidos a fomentar la expresividad a través del cuerpo y el movimiento. La comunicación a través del lenguaje corporal se ha tenido también en cuenta en este bloque. (BOCyL, 2007, p. 9868)

Esto me hace recapacitar sobre cómo los métodos que Jahn promulgaba, como era la exaltación nacional (gimnasia nacionalista) y una metodología que no se adecuaba a las diferentes capacidades, han hecho que la evolución de sus ideales fueran retomados mediante sus sucesores en unos contenidos muy dispares a lo que él asentó en un principio. Tanto los modelos de Jahn como los de Muths, dieron como lugar al Movimiento del centro, conceptos que se aproximan mucho al bloque de contenidos al que me estoy refiriendo, dada su preocupación por expresar a través del cuerpo.

La aportación de esta escuela, al contrario que la sueca, fue el desarrollo de movimientos naturales del cuerpo humano dejando de lado ese entendimiento del cuerpo como una máquina donde se recrean ejercicios muy analíticos y poco propios de un ser humano. Esta corriente hace que la enseñanza alcance un nuevo método de concepción, donde la propia vivencia corporal es el factor clave para el desarrollo de la creatividad.

Este nuevo planteamiento hace que la manera de enseñar cambie, donde un “instructor” a golpe de silbato ordena a sus alumnos a realizar las actividades, a una manera mucho más abierta donde el educado adquiere nuevas fronteras en cuanto a crear su propio aprendizaje se refiere. Esto hace que la visión que se tenga en esta

corriente sea mucho más dinámica, ya que la expresión corporal no puede atender a ritmos marcados por una persona ajena, sino que a través de su propia vivencia hace que desarrolle movimientos únicos y de gran expresión de lo que se quiera transmitir.

Este cambio en la manera de enseñar hace que el rol del “instructor” cambie de alguien autoritario donde impone lo que él quiera, a alguien que actúa como guía para que el alumnado adquiera las capacidades suficientes para expresar corporalmente. Esto hace ver cómo unos métodos han dado lugar a unas maneras de enseñar, en función de lo que se persiga. Es muy diferente la expresión corporal, donde solo quien lo realiza conoce los movimientos para expresar lo que él quiera, que el desarrollo de una cualidad física como es la resistencia, donde es el profesor quien establece las pautas que el alumno debe seguir.

5.3 ESCUELA FRANCESA

Tras analizar los contenidos y la metodología que promovía la escuela francesa, y su propia evolución hacia nuevos conceptos y nuevas formas de entendimiento, como es el método natural de Hebert (el cual puede asociarse al desarrollo de actividades en el medio natural), la relación entre esta escuela y el *D 40/2007 del 3 de Mayo*, no es un bloque de contenidos como en las otras 2 escuelas ya que no posee uno como tal, sino que aparecen referencias en varios de sus contenidos u objetivos presentes en esta ley. Por ejemplo, el objetivo número 3 del área de Educación física establece “Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación” (BOCyL, 2007, p. 9869). En este objetivo no hay una relación directa con las actividades en el medio natural, pero sí nos dice que hay que adaptar el cuerpo al movimiento y a las condiciones de cada situación. Considero que esto es un referente, ya que uno de los lugares donde más hay que adaptar nuestros movimientos es en plena naturaleza, donde la espontaneidad que nos ofrecen sus actividades (trepa, escalada, orientación, etc.) es un condicionante clave para ajustar nuestros movimientos a un medio al que no estamos acostumbrados.

Otro de los objetivos en los que yo creo que se hace referencia a esto, es el número 7 “Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo

relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales” (BOCyL, 2007, p. 9869). Es evidente que el desarrollo de actividades físicas en la naturaleza hace que la cooperación entre el alumnado mejore, ya que se produce una mayor relación entre ellos (por ejemplo, en escalada, un alumno está subiendo, y el otro le está sujetando).

Estos objetivos, a mi manera de ver, están intrínsecamente relacionados con la evolución de las ideas de Hèbert en cuanto al “Método Natural” se refiere. El objetivo que quizá más claramente está relacionado es el número 9 “Realizar actividades en el medio natural, de forma creativa y responsable, que tengan bajo impacto en el ecosistema, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su conservación, protección y mejora” (BOCyL, 2007, p. 9869). En él nos explica una serie de pautas que el alumnado debe desarrollar al realizar actividades en el medio natural.

Si nos centramos en los criterios de evaluación, estableceré una relación con el número 2 “Ser capaz de adaptar la ejecución de las habilidades adquiridas al espacio disponible, ajustando su organización temporal a los requerimientos del entorno” (BOCyL, 2007, p. 9870). Este criterio de evaluación me lleva a reflexionar sobre la ejecución de las habilidades motrices en un determinado entorno (por ejemplo, al correr por un camino pedregoso, esa habilidad motriz tiene que adaptarse al entorno). Además de estas señas que hay en el curriculum respecto a la actividad física en el medio natural, están los contenidos implícitos en los distintos bloques de contenidos donde se proponen una diversidad de espacios, materiales y actividades relacionados con la naturaleza.

La evolución de los ideales de Hèbert (sucesor de Amorós), donde establece las actividades más primitivas del ser humano, podrían estar unidas a las actividades en la naturaleza que el curriculum desarrolla, ya que ellas, y siguiendo los conceptos de Hèbert, hay una serie de habilidades que se trabajan exclusivamente en la naturaleza (Tregar, senderismo, escalar, etc.) a no ser que se disponga de un espacio condicionado para ello.

A modo de reseña, he de decir que una de las asignaturas de la mención en Educación Física, es “Actividad física en el medio natural”, la cual desarrolla por completo los ideales de actividades físicas en la naturaleza.

5.4 ESCUELA INGLESA

La evolución que ha dado lugar la escuela inglesa en nuestro curriculum es muy clara, ya que es la única que consideró el deporte como medio de disfrute para realizar actividad física. Según el *D 40/2007 del 3 de Mayo*:

Finalmente, el bloque 5, *Juegos y actividades deportivas*, presenta contenidos relativos al juego y a las actividades deportivas entendidos como manifestaciones culturales de la motricidad humana. Independientemente de que el juego pueda ser utilizado como estrategia metodológica, también se hace necesaria su consideración como contenido por su valor antropológico y cultural. Por otro lado, la importancia que, en este tipo de contenidos, adquieren los aspectos de relación interpersonal hace destacable aquí la propuesta de actitudes dirigidas hacia la solidaridad, la cooperación y el respeto a las demás personas. (BOCyL, 2007, p. 9868).

En la última frase de lo que el curriculum nos comenta el bloque 5 “solidaridad, cooperación, y el respeto a las demás personas”. En ella, no se puede establecer una relación directa entre los ideales que promovía T. Arnold pero sí la evolución de ellas hacia direcciones más próximas al concepto actual, como puede ser el “juego limpio” y de valores.

En las palabras arriba citadas observo que se le da mayor importancia al juego que al deporte, considerado este último como un medio de competición, en vez de aprendizaje. La propia competitividad que desarrolla un juego o un deporte debe estar dirigida siempre hacia los ideales que promulgaba Arnold, el juego limpio, y así alejarnos de lo que un deporte de alta competición quiere conseguir, como es ganar, y acercarnos a lo que un maestro debe realizar, como es enseñar a través del movimiento.

La gran importancia que ha adquirido este bloque de contenidos es tal, que en mi estancia de prácticas, el alumnado se refería a la clase de Educación física como

“deporte” como si únicamente se desarrollaran una sucesión de juegos o de deportes en la propia clase de Educación Física.

Este concepto erróneo de la Educación Física viene determinada por la propia sociedad en la que nos desenvolvemos, donde se considera que la clase de EF no es más que un momento donde los alumnos pueden “jugar” a sus deportes favoritos sin aprender nada con ellos, y lo que es más importante, sin que el propio especialista haga nada por enseñar.

6. BIOGRAFÍA CORPORAL

La biografía corporal es un apartado fundamental en el desarrollo de este TFG, ya que a través de mi propia experiencia corporal he ido atravesando una serie de etapas, en las cuales puedo identificar los diferentes temas abordados en este trabajo. Considero que la formación que he ido adquiriendo a lo largo de mi etapa académica ha sido fruto de una combinación de profesores con metodologías muy diferentes, las cuales han hecho que cada uno entienda una manera muy diferente el dar EF. Por esta razón, soy consciente de que los saberes que tengo, como maestra, provienen de diferentes fuentes, no siempre conscientes ni siempre congruentes. . En concreto, quiero identificar cómo mi propia experiencia como alumna, incorporó un conocimiento que luego fue contrastado con otras fuentes de desarrollo profesional como las diferentes asignaturas del plan de estudios y, muy en particular, el prácticum. Con esta biografía pretendo identificar las características de las escuelas gimnásticas del siglo XIX con la metodología, la organización del alumnado, la presencia del profesor en las diferentes etapas de mi formación, ya que con ello busco analizar cómo las nuevas concepciones que se han tenido de cuerpo han modificado las técnicas de enseñanza en la EF actual.

Para ello relataré tres apartados, el primero tiene que ver con mi formación académica en los primeros años de mi enseñanza el segundo trata de cómo me han preparado para dar las clases de EF y el tercero cómo he dado yo las clases durante mi estancia de prácticas.

6.1 EXPERIENCIA VIVIDA

En primer lugar comenzaré relatando cómo ha sido mi experiencia vivida desde el ámbito de la Educación Física. Es muy desconcertante pensar cómo los alumnos que hoy en día dan la clase de Educación Física, se refieren a ésta como “vamos a deporte”, tal y cómo he señalado en el análisis de la escuela inglesa, corriente que ha quedado en el pasado (deportiva) o “vamos a gimnasia” y su correspondiente especialista el profesor de gimnasia, algo anclado también en el pasado. Esta concepción que se tenía entonces de la EF, me lleva a retroceder a las escuelas que surgieron en su momento y cómo la repercusión fue tal que perduró a lo largo de muchos años. Sin embargo, esta concepción y lo que perduró fue simplemente el nombre, ya que la EF actual difiere en gran medida del entendimiento que se tenía en las escuelas gimnásticas. El especialista ya no se comporta de esa manera, no actúa con el alumnado igual, atiende a las capacidades de cada alumno, utiliza varios recursos materiales para realizar sus clases y diferentes características que hacen que la denominación del especialista no atienda solo a los elementos “gimnásticos” los cuales derivan en la designación de “profesor de gimnasia”.

Una vez realizada esta pequeña reflexión en cuanto a la concepción que se tenía de la EF, he de comenzar mi propia biografía corporal en cuanto a la enseñanza de esta asignatura se refiere.

La experiencia que se tiene en los primeros años de escolarización es la que va a marcar la forma de entender la EF y por tanto la labor que un maestro especialista realiza, marcando mi propia manera de entender la formación inicial.

Para comenzar la biografía, citaré la ley que estaba en vigor en mi etapa de primaria, la cual era la LOGSE. Ésta supuso grandes cambios en la manera de entender la contribución de la EF, elevando la calidad de ésta, ya que comenzó a considerar el movimiento y el cuerpo como el fundamento principal de la acción en EF. Sin embargo, un cambio en la ley, no supuso un cambio en los profesionales que tan acostumbrados estaban a trabajar la clase de “gimnasia” atendiendo principalmente a la forma de enseñar de la escuela sueca y la escuela alemana utilizando aparatos gimnásticos. Esto supuso que la primera etapa de mi escolarización, estuviera marcada por un profesor arraigado a la manera “antigua” de enseñar la EF, es decir, la “típica” clase de gimnasia.

Es interesante cómo el conocimiento te puede permitir nuevas formas de observación y de análisis respecto a un determinado tema. Esto es lo que ha sucedido con mi propia biografía corporal. Esto, me ha permitido afirmar que mi primer profesor de “gimnasia” fuera alguien que no evolucionara respecto a los nuevos contenidos que se promovían y quedará anclado en una manera de enseñar que nada tenía que ver con los propios contenidos establecidos en la LOGSE. A continuación estableceré un relato de un ejercicio vivido con el primero profesor de EF que tuve en primaria:

Era una clase como otra cualquiera, al principio nos dispusimos por el espacio como cada mañana que teníamos la clase de EF. Ese día mi profesor, nos colocó en filas paralelas donde un alumno se colocaba detrás de otro y él estaba situado delante de todos nosotros. Nos explicó el ejercicio colocados en esta posición, de tal manera que solo atendíamos a lo que él nos decía. La actividad se trataba de un ejercicio de lateralidad (o al menos así lo veo ahora) de tal manera que cuando él tocaba el silbato una vez, nos teníamos que desplazar hacia la derecha, si lo tocaba dos veces hacia la izquierda, y así sucesivamente, iba metiendo variantes en cuanto a esta actividad se refiere.

Esta manera de repartirnos por el espacio era muy poco dinámica donde cualquier posibilidad de otro movimiento se desvanecía al instante por la propia distribución. Al pensar en esta colocación y ver a la escuela a la que pertenece, teniendo en cuenta la ley educativa con la que se estaba trabajando en ese momento, me ha sido muy sorprendente ver cómo en la década de los noventa todavía la disposición por el espacio y la realización de algunos de los ejercicios estaban muy encaminados hacia las tablas de la gimnasia sueca, donde un “instructor” se colocaba delante de todos sus alumnos e iba realizando ejercicios muy mecánicos y sobre todo repetitivos, donde el carácter motivante y lúdico se desvanecía por completo ante la rigidez y la monotonía que este profesor planteaba. La metodología que utilizaba era muy similar a los métodos usados por los suecos, es evidente que no se puede generalizar puesto que utilizaría otras formas de interactuar con nosotros, pero es muy notable cómo solo puedo acordarme de ejercicios semejantes al que he relatado.

Otro relato que considero oportuno mencionar en esta biografía es otra actividad propuesta por este primer profesor de EF que tuve en primaria:

Este día, el profesor nos colocó él mismo por parejas, de tal manera que nadie se quedara solo. En el gimnasio había muchos materiales dispersos por el espacio, bancos suecos anclados en las espalderas, colchonetas, potros y otros materiales que no llego a recordar. Nos colocó en dos filas, de tal manera que cada uno de la pareja estuviera a un lado. La primera parte de ese “circuito” constaba de realizar la carretilla con la pareja, para luego pasar a subir el banco en cuadrupedia y volver a bajarlo en cuadrupedia pero hacia atrás. Al bajar de allí, saltábamos el potro, para luego realizar la voltereta en la colchoneta. Al final volvíamos a colocarnos en fila y esperábamos a que nos tocara. Tengo que relatar que mientras nosotros realizábamos el ejercicio el profesor no interactuaba con nosotros, y dejaba que hiciéramos las cosas bien o mal sin corregir nada.

Echando la vista atrás veo cómo los ejercicios propuestos por este profesor estaban basados en la necesidad anatómica del propio cuerpo. Este profesor entendía el cuerpo como un elemento de carácter cerrado y mecánico, donde la propia creatividad que pudiéramos desarrollar con ejercicios más abiertos y dinámicos eran reemplazados por los ejercicios que él proponía.

Analizando la ley de educación que estaba vigente en ese momento y el propio desarrollo de la clase de EF de este profesor, puedo afirmar que la ley supuso un cambio en la manera de entender la EF pero la forma de realizar la clase (de algunos especialistas) no se transformó a la misma velocidad.

Otra de las influencias en mi cuerpo sobre mi propia experiencia es el gran cambio que se ha llevado a cabo a lo largo de toda mi etapa educativa. Después de éste primer profesor conté con el mismo especialista en los cuatro cursos restantes, acabando así mi formación académica en primaria. A continuación estableceré dos relatos de actividades de este profesor para comprobar el cambio que tuve en la manera de ser enseñada.

Primer relato: Un día a la semana dedicábamos un espacio para desarrollar los bailes que nos proponía. Este profesor nos colocaba en círculo, y él se colocaba con nosotros para realizar el baile que él había planeado. Nos daba los pasos que teníamos que seguir y luego se colocaba fuera del círculo. Repetíamos los pasos una y otra vez hasta que los asimilábamos.

Segundo relato: En esta clase de EF, nos colocamos por parejas, pero con la consigna de que fueran mixtas. Íbamos a trabajar con un material que no habíamos utilizado todavía en ninguna de las clases, con raquetas de bádminton. Nos colocamos por el espacio como nosotros quisimos, siempre que no diéramos a ninguno de nuestros compañeros. Una vez que estábamos colocados, el profesor nos empezó a explicar cómo lanzar el volante de bádminton. Cuando él lo consideraba oportuno parábamos y explicaba otra actividad.

Los dos profesores que tuve en primaria entendían la EF como una manera muy diferente de realizar los ejercicios. Mientras que el primer profesor se regía por los movimientos rígidos que posee el cuerpo, en vez de por sus movimientos naturales, el segundo profesor utilizaba métodos muy diferentes dependiendo de lo que quería trabajar. En estos dos relatos, se ve que este profesor entendía la EF cómo el eje principal de enfocar la EF es el movimiento. Éste trabajaba movimientos naturales del cuerpo, como en la realización de los bailes, en una colocación del espacio donde el movimiento del alumno pudiera ser diferente al de los demás atendiendo a sus capacidades, en la utilización de recursos materiales los cuales nada tienen que ver con los que se promovían en las escuelas gimnásticas. Es decir, este profesor atendía a lo que cada escuela gimnástica dio origen en su evolución pero con métodos de enseñanza que poco tenían que ver con lo que se hacía inicialmente, cosa que el segundo profesor supo adecuar a la nueva ley de educación pero que el primero, sin embargo, no.

6.2 ENSEÑANZA DE LA UNIVERSIDAD

En estos dos años de formación en la Universidad referida a la mención en Educación Física, se nos ha enseñado a contemplar las capacidades y limitaciones de cada alumno a la hora de realizar cualquier ejercicio, a observar las dificultades que pueda acarrear una determinada actividad, a programar atendiendo a la diversidad en el aula, a observar el movimiento como eje central de esta asignatura, a favorecer el desarrollo de todas las cualidades físicas del niño/a, etc. Todos estos aspectos conforman un carácter muy diferente al que en mi primera etapa de primaria me enseñaron.

Por un lado, en la enseñanza de la carrera, la naturalidad de los movimientos del cuerpo estaban por encima de cualquier rigidez en el movimiento o cualquier disociación por segmentos, entendiendo el cuerpo como un todo. Esto me hace reflexionar sobre la manera en la que se nos ha preparado para dar clase y la evolución de todas y cada una de las corrientes. Es evidente que la disociación entre cuerpo y mente en España ha acarreado un claro retraso de contenidos en cuanto a la calidad de la Educación Física se refiere. Todo ese retraso ha tenido como consecuencia un interrogante sobre la manera de dar clase en Educación Física en la que cualquier semejanza con alguna actividad más “tradicional” no se enseñaba o no se ejecutaba.

Con todo lo descrito en el párrafo anterior quiero decir que los contenidos y la forma en la que a nosotros se nos ha enseñado a dar clase es fruto de una evolución de cómo se ha entendido la EF. En los primeros años de esta evolución, en la formación del concepto de Educación Física, es decir, al surgir las escuelas gimnásticas, el cuerpo era entendido como una máquina. Sin embargo, en las nuevas concepciones y en la manera que a nosotros se nos ha preparado para enseñar, ha cambiado, la cual ha hecho que todas las actividades no vayan encaminadas a movimientos tan mecánicos y analíticos, sino a una recreación de movimientos naturales para el propio cuerpo. Con esto quiero decir que la evolución de cómo se ha preparado a los especialistas para dar las clases de EF, atienden a los métodos que se promuevan en cada momento de la historia, ya que esa manera de entender el cuerpo es la que hace que se realice un método u otro de enseñanza. Bien es cierto que hoy en día ninguna Escuela de Educación que desarrolle la especialidad de EF, en mi caso mención, enseña a sus alumnos a comportarse ni a dar clase como las diferentes escuelas gimnásticas, pero sí utilizan algunas señas de identidad para llevar a cabo unos contenido u otros en la práctica. Tal es así, que los bloques de contenidos han sido fruto de la evolución de cada una de las escuelas. El curriculum es un conjunto de diferentes concepciones, las cuales pueden ser contrapuestas, de lo motriz y de lo corporal. Es decir, que se han juntado formas de entender el cuerpo y el movimiento que en su momento fueron rivales, mientras que ahora se presentan como parte de un todo único.

La influencia que ha tenido mi cuerpo en su formación difiere en dos sentidos, por un lado la manera en la que a mí me han enseñado, y por otro la manera en la que me han preparado para enseñar. Esta dualidad debe ser igual de enriquecedora a la hora de impartir las clases. Tomando como punto de partida el cuerpo y el movimiento como

eje central de la EF tal y cómo se nos ha enseñado en la Universidad, la EF debe atender a nuevas concepciones más revolucionarias en cuanto a las antiguas escuelas proponían, ya que la manera que ahora tiene la sociedad de entender el cuerpo difiere en gran medida en lo que pensaban hace 200 años. La presencia de estas escuelas gimnásticas en nuestros días se debe principalmente a la importancia que dieron a la actividad física. Fuera de que cada una entendiera la actividad física como maneras muy dispares, su aportación fue tal que aún en nuestros días todos los contenidos que conforman el área de EF están en mayor o menor medida influenciados por los ideales que propuso cada escuela gimnástica. Esto no se debe a que la esencia que propusieron cada una de las escuelas gimnásticas sea la misma, sino todo lo contrario, esos primeros ideales no podrían desarrollarse en nuestros días si la forma de entender esa idea primaria no hubiera sido transmitida de maestros a aprendices, los cuales fueron modificando esos modelos primarios hasta dar con unos contenidos propios para atender a lo que la sociedad, o la ley de educación más adelante, desarrollaba. Es por ello, por lo que la evolución de las propias escuelas ha hecho que nuestro currículum de EF, con el que nosotros trabajaremos en un futuro, adquiera todos esos matices y puntos diferentes de entender la actividad física, donde todos y cada uno son igual de importantes a la hora de trabajar nuestros contenidos en las clases, pero que tienen diferentes maneras o formas de enseñar por provenir de una corriente u otra.

Así pues, es de vital importancia la formación que he tenido a lo largo de la Universidad, ya que por un lado ha hecho que entienda y comprenda la importancia que debe de tener al cuerpo y el movimiento para atender a las características motrices que tienen los alumnos de primaria, y por otro lado ha retomado la formación que tuve en un principio, a través de mi propia experiencia, cambiando los ideales que tenía en un principio sobre lo que era enseñar EF.

6.3 ENSEÑANZA EN LAS PRÁCTICAS

En este apartado relataré cómo he dado las clases en mi periodo de prácticas por un conocimiento sobre el cuerpo y el movimiento que me influye a la hora de plantear las EF. Este conocimiento proviene del primer contacto que tuve con esta asignatura, es decir, por la experiencia que tuve como alumna, del aprendizaje que he adquirido por el contacto con el especialista y por la instrucción de los planteamientos en la Universidad.

En esta apartado de prácticas puedo analizar cómo el conocimiento adquirido me permite, por un lado, identificar y usar la presencia de las Escuelas gimnásticas y, por otro, no dejarme arrastrar por esas vivencias, sino ser capaz de usarlas de una forma más o menos simultánea en la medida que sigan teniendo vigencia.

Es evidente, que todo lo que conforma nuestra experiencia es el cúmulo de elementos vividos, aquellas situaciones que a ti te han sido enseñadas, son las que más tarde tú tomaras como referente a seguir. El mejor ejemplo que se puede dar de estas situaciones son las prácticas escolares, en las que tienes que hacer frente, en un contexto determinado, a una diversidad de niños con los que la experiencia previa puede ayudarte en ese momento. Para enmendar esta inexperiencia, los patrones que tú utilizas a la hora de dar clase son las nociones que a ti te dieron en un determinado momento. En la formación de la Universidad te preparan para saber cómo organizar los contenidos a dar, cómo utilizar el material, espacio y tiempo, cómo organizar al alumnado, y diferentes pautas enseñadas en las diferentes asignaturas de la mención.

En el transcurso de las prácticas ha habido varias situaciones que he recreado, tomando como referencia lo que habían hecho conmigo, y partiendo de la propia experiencia de los demás para así crear la mía propia.

Después de analizar las diferentes escuelas gimnásticas, me doy cuenta de que la funcionalidad y el desarrollo de una clase de Educación Física está inmersa en pinceladas y “rastros” que nos han ido dejando todas las escuelas a lo que hoy conocemos como Educación Física. A partir de lo vivido durante el periodo de prácticas, situaré y reconoceré las características de las diferentes escuelas gimnásticas que se han manifestado en el transcurso de mi intervención didáctica en mis prácticas escolares. En un primer ejemplo, voy a situar a la escuela inglesa de Arnold, donde el carácter lúdico de las actividades tiene un papel fundamental en el desarrollo de nuestras clases, ya que un principio básico que yo tuve a la hora de desarrollar mis clases, fue que el niño se divierta y aprenda por medio y a través del disfrute. De la escuela alemana de Jahn, aunque no estuviera encaminada a las habilidades de los niños, tomé su carácter acrobático del tronco superior, es decir cualquier actividad donde intervengan los brazos, actividades que también desarrollé en el transcurso de mi UD.

De la escuela sueca de Ling, el valor analítico del movimiento, porque aunque no sea el eje central, sí que ha dejado secuelas en algunos de los movimientos que yo propuse en las actividades de mi intervención.

Para dejar más claro las actividades que realicé durante mi intervención, voy a tomar como referencia el ANEXO IV, el cual es la Unidad Didáctica (UD) que analicé durante mi periodo de prácticas. Para concretar, comentaré que está dirigida y trabajada atendiendo al bloque de contenidos número 4 *Actividad física y salud*. Esta UD tenía como contenido principal la “Educación y Actitud postural”. Al ser un contenido propio de este bloque, la metodología que en ella llevé a cabo tuvo que ver con hábitos saludables, como momentos de recuperación, la distribución de cargas, y las actividades ajustadas a cada una de las capacidades de los alumnos, ya que era de vital importancia para lo que pretendía desarrollar. Tengo que recordar que este bloque ha sido fruto de la evolución de la escuela sueca, donde la práctica de una actividad física supone la mejora de la salud y contribuye a la mejora de la salud integral, tanto física como psíquica.

Retomando los ideales de P.H Ling, donde el movimiento del cuerpo era una forma de cuidar la salud, esta UD retoma esos principios puesto que como ya he dicho, pertenece al bloque de contenidos fruto de su evolución.

Si nos centramos en la manera de enseñar de la escuela sueca, es evidente que la forma de realizar los ejercicios, la forma de situarlos en el espacio, y la manera de trabajar con los alumnos, difiere en gran medida con lo que este autor pretendía realizar.

En este análisis no pretendo recrear y analizar cada una de las actividades propuestas, puesto que ya lo realicé en el Informe de Prácticas, sino que tras un enfoque global de mi UD observando cada sesión, detallar qué elementos de las diferentes escuelas utilicé sin yo tener constancia de ello, ya que no poseía los conocimientos que ahora tengo.

En primer lugar he de relatar la organización que llevé a cabo con los alumnos. La secuenciación en filas uno detrás de otro, ha quedado inutilizada, ya que en ningún momento intenté separar el cuerpo del alumnado con el cuerpo del docente, en este caso el mío.

Un hecho a destacar en el desarrollo de esta UD es que al tratarse de un tema menos “activo” las actividades que realicé en algunas de ellas atendían a los ideales de la escuela sueca y alemana, puesto que planteé movimientos rígidos y muy poco

dinámicos, donde los movimientos naturales que posee el propio cuerpo no tenían cabida puesto que el objetivo principal es que adquirieran la postura que yo pretendía desarrollar. Un ejemplo de ello son las actividades desarrolladas en la sesión 1. Es evidente que en esta sesión no concebí el cuerpo como una máquina, considerándola como un todo tal y como promovía la escuela sueca, pero sí que realicé ejercicios que atendían a los contenidos propuestos por dicha escuela.

Otro hecho que he trabajado es la propia creatividad del niño, atendiendo a los movimientos naturales del mismo, y realizando acciones progresivas en cuanto a nivel de dificultad se refiere, en contraposición con lo realizado en la primera sesión. Si me fijo en esta puntualización, el movimiento por el que estuve influenciada fue por el método natural de Hèbert consecuencia de la escuela francesa y del método de Amorós.

Otro elemento a destacar son la gran variedad de posiciones que desarrollé en el transcurso de toda la UD, donde las cuadrupedias, los saltos, las carreras, los equilibrios y demás movimientos naturales del niño, se trabajaron como eje fundamental de mis sesiones.

En cuanto a la utilización de materiales, usé los que consideré que tenían unas características apropiadas a los contenidos que pretendía trabajar, así pues utilicé varios materiales que se trabajaban en diferentes escuelas, como bancos suecos, espalderas, ladrillos, etc. Las posibilidades de acción que poseía cada material las adopté a mi propia UD de tal manera que en uno de los ejercicios que desarrollé, a modo de ejemplo, era que el alumnado se salvara colgándose de las espalderas, únicamente con la sujeción de los brazos, contenido muy trabajado en la escuela alemana, pero que en ese momento servía para que el alumnado adquiriera la posición rígida de la espalda que era lo que pretendía desarrollar.

En definitiva, el desarrollo de mi UD poseía elementos de todas las escuelas, las cuales han dejado una huella difícil de borrar en nuestra manera de enseñar. Sin embargo, esto no quiere decir que los métodos utilizados ni demás contenidos sigan siendo los mismos, sino que estos han evolucionado en función de lo que la sociedad ha interpretado por “mejor” para el desarrollo motor de nuestros alumnos.

7. EF EN EL CENTRO ESCOLAR

En este apartado estableceré dos subapartados, en el primero de ellos hablaré de los materiales de los que disponía el centro escolar de mis prácticas, analizándolos y situándolos en una u otra corriente, y en el segundo comentaré las observaciones y los respectivos datos que tomé cuando realicé mis prácticas en el centro escolar, fijándome principalmente en mi propio profesor-tutor de prácticas. En este caso, relataré la manera que tenía de dar sus clases, cómo interactuaba con el alumnado, cómo es su manera de enseñar, qué materiales predominan a la hora de impartir sus clases, y demás cuestiones que relataré más adelante.

7.1 MATERIALES QUE PREDOMINAN

En este apartado estableceré un relato de los materiales que abundan en el centro escolar donde realicé mis prácticas. En ella no intento formular un inventario de todos los materiales de los que disponía el centro, sino más bien realizar una visión más centrada en el tema principal de este TFG. Para ello analizaré de dónde han salido esos materiales y por qué siguen perdurando en un centro escolar.

Para comenzar, hablaré de que la mayor parte de los materiales que han provenido de las escuelas gimnásticas dotan de unas características que permiten realizar ciertas habilidades acrobáticas que cada una de ellas quería llegar a conseguir. No es de extrañar que estos materiales se dieran en aquellas escuelas puesto que lo que buscaban eran movimientos estéticamente bien hechos y acrobáticos. Un ejemplo de esto es la colchoneta, la cual es un material específico para realizar diferentes habilidades gimnásticas primarias, como puede ser la voltereta, los saltos, diferentes equilibrios, y demás movimientos que gracias a ella pueden desarrollarse. Otro ejemplo de ello es el banco sueco, el trampolín o el potro, todos ellos buscando habilidades acrobáticas que en un momento determinado de la historia se le dieron gran importancia, pero que hoy en día solo conforman uno de los muchos materiales de los que dispone un centro para dar enfoques muy diferentes en cuanto a niveles de ejecución motriz se refiere.

Así pues, la propia utilización de los materiales y su creación en cada momento de la historia, viene determinada por las concepciones que se han tenido sobre la Educación Física. A partir de esta afirmación, es evidente justificar que todos los materiales que conforman el “almacén” de un gimnasio de un centro escolar vienen de corrientes y tendencias muy diferentes, en función de lo que en cada momento histórico se pretendía conseguir. A partir de esto, comenzaré a dar mi punto de vista sobre por qué en el centro donde realicé mis prácticas, y seguramente en muchos otros centros, los materiales de los que se disponía atienden a enfoques tan dispares en cuanto a ejecución motriz se refiere.

Partiendo de que los materiales son la mejor ayuda que puede obtener el docente en cuanto a la realización de diferentes tareas motrices, las posibilidades que éstos le puedan ofrecer deben de ser lo más variados y diversos posibles.

Por esta razón no es de extrañar que en el propio centro donde realicé mis prácticas, el almacén se tratara de un gran cúmulo de objetos con características diferentes en cuanto a forma, tamaño, peso y sobre todo utilidad. Toda esta variedad nos muestra como al igual que el Curriculum oficial y sus bloques de contenidos es una multitud de reseñas que han ido dejando las principales escuelas gimnásticas, el material con el que se dispone para realizar dichos contenidos no podía ser de otra manera, y su función dentro de un centro radica en la gran utilidad en cuanto a su utilización y su versatilidad. Esta utilización y versatilidad que se le pueda dar a un material depende en gran medida de cómo transformar su utilidad para actividades que nosotros propongamos, es decir, es muy importante adaptar los materiales, los cuales habían sido utilizados para unas actividades determinadas, para que no queden arrumbados en el almacén.

Los materiales del que se disponían en mi centro de prácticas atendían a varias características para producir varias posibilidades en cuanto a la forma y al movimiento se refieren. Así pues en este centro podíamos encontrar materiales pertenecientes a las diferentes escuelas, por un lado los materiales “gimnásticos”, como bancos suecos, cuerdas, trampolín o potro, los cuales no solo se utilizaban para lo que fueron creados, sino que gracias a ellos, las posibilidades motrices de un niño alcanzaban muchas más aptitudes. Por ejemplo, la cuerda era concebida tradicionalmente como un material para escalar, sin embargo las posibilidades que nos ofrece son mucho más amplias, ya sea

para saltar, tanto en el plano vertical como en el horizontal, para realizar nudos, para delimitar territorios, etc. Además, de las posibilidades que puede tener un material, es la propia experiencia y la formación adquirida la que nos permite ver las diferentes posibilidades que nos puede ofrecer un material.

Otro de los grandes elementos que ocupaba el espacio del almacén eran los balones, de diferentes formas, tamaños o pesos. Todos estos pertenecientes a la corriente deportiva por su gran motivación para el alumnado. Los balones que nos podemos encontrar atienden a los diferentes deportes colectivos que se desarrollan en un colegio, como fútbol, baloncesto, voleibol, floorball, etc. Además los balones que conformaban el almacén, no solo se usaban para ser utilizados en cualquier deporte de equipo o individual, sino que éstos también han evolucionado hasta formas más motivantes para el alumno, realizando una habilidad motriz diferente, como es el caso de los balones gigantes.

Por último, señalar que los materiales que disponía el gimnasio de mi centro en prácticas eran tan variados ya que en toda la evolución de la EF y la manera de entenderla ha ido evolucionando hacia enfoques más funcionales, además de introducir nuevas formas de motricidad. Esto ha conllevado a que los materiales sean un conjunto de elementos que han ido conformando la manera de entender la EF en un momento su utilización dentro de un centro escolar no haya desaparecido. Señalar, que además de ser los materiales condicionantes en el desarrollo de actividades en un centro escolar, todavía lo es más la manera con la que el especialista lo utiliza o lo concibe ya que éstos pueden ser utilizados de diferentes maneras por dos maestros.

7.2 ESPECIALISTA EN EF

En el presente apartado, comenzaré a realizar un acercamiento a cómo concibe un maestro la EF actual. Para ello comentaré varios elementos, encaminados principalmente hacia mi profesor-tutor, que observé durante mi estancia en prácticas para comprobar la manera con la que se da la clase, la planificación previa a ésta, la manera de enseñar, y demás variables que han ido evolucionando en el transcurso de las clases de EF y que yo considero oportunas mencionar para dar una base práctica a éste trabajo.

En primer lugar comenzaré relatando la manera de dar clase de mi profesor tutor, al igual que ha ocurrido con los materiales, no pretendo establecer aquí una guía

de las pautas que seguía en una sesión, sino dar una fundamentación sobre el estilo y la corriente que predominaba a la hora de impartir sus clases.

Como ya he dicho anteriormente, los bloques de contenidos son un conglomerado de contenidos que se han ido desarrollando a lo largo de la historia, pues tal como afirma Hernández (1996):

El currículo, término polisémico y multidimensional que, como tal, depende de las características de un sistema educativo determinado que lo define, constituye, en sí mismo, una construcción histórica y social que sitúa sus referentes en los elementos culturales del grupo social que lo elabora.

Así pues, de la misma forma que esos contenidos han venido de una determinada corriente, la manera de enseñar en la EF también es fruto de un determinado momento histórico, por lo que haré una separación de los estilos de enseñanza que vienen de una u otra corriente. Los estilos de enseñanza, no son más que la forma de enseñar en las clases de EF, si nos centramos en cuál de todos ellos elegir, veremos cómo hay una cierta tendencia a separar algunos contenidos con algunos métodos propios de ellos ya que surgieron así históricamente.

En los datos que he podido observar durante mi estancia en el centro, el estilo que he observado de mi profesor-tutor, ha ido variando según el contenido al que se refería, así pues he observado algunas frases de él tales como *“poneros en una fila e ir saliendo cuando vuestro compañero haya saltado el potro”* o *“colocaros por parejas uno en frente de el otro ir realizando pases. Cuando diga “ya”, cambiareis la mano de lanzamiento”*. En estas dos frases, veo una clara referencia a métodos tradicionales, con antecedentes en la escuela sueca y alemana, donde la individualidad de cada niño es reducida hasta sus límites ya que todos y cada uno de los niños realizan la tarea de la misma forma y en las mismas condiciones, lo que hace que un alumno con más posibilidades y otro alumno menos capaz, no tengan una actividad ajustada a sus capacidades motrices. El contexto en el que mi profesor citó la primera de ellas, fue en un circuito multifuncional, donde se trabajaron las habilidades motrices básicas, como saltar, correr, trepar, volteretas, equilibrios, etc. Los circuitos son una buena manera de adaptar las posibilidades del alumno a las actividades realizadas. Sin embargo, la manera de llevar a cabo esta actividad no se desarrolló según la teoría, puesto que ningún alumno se autoevaluó, ni amoldó la actividad según su capacidad, ni llevó el

ritmo que cada uno requería, etc. En la segunda de las frases, el contexto en el que realizó la actividad fue en la UD de “lateralidad”, donde trabajó lanzamientos con ambas manos por igual, primero realizaba la actividad con una mano y luego con la otra, esto me recuerda ligeramente a la simetría que deben tener los movimientos del cuerpo, realizando siempre una actividad primero con una mano y luego con la otra, promovido por la escuela sueca. A mi manera de entender, en este contenido, el estilo de enseñanza que debió de aplicar mi profesor tutor no es una metodología con una cierta coincidencia con estilos tradicionales, en la que obliga al alumnado a lanzar primero con una mano y luego con la otra, sino que a partir de varias situaciones en las que el alumno decida qué mano usar, (realizar una torre, coger un objeto, dar vueltas a un balón, etc), se dé la suficiente variedad como para saber cuál de sus dos es la mano dominante y saber diferenciar la derecha de la izquierda, que es lo que mi profesor intentaba que consiguieran. Esto es una propia opinión personal, que tras haber realizado el “análisis” de cómo da las clases mi profesor, ha surgido.

Es evidente que mi profesor-tutor no sólo ha trabajado con contenidos que requirieran un mando directo o una metodología más propia de las escuelas gimnásticas, sino que en numerosas ocasiones ha trabajado con metodológicas más individualizadas, como trabajos por grupos o una enseñanza donde se tenga en cuenta los niveles y los intereses del alumnado. Así pues, en la UD “vamos a bailar” realizó una serie de sesiones, donde el alumnado tenía que ponerse en dos grupos, y realizar un baile planificado por las consignas que diera todos los integrantes del mismo.

Otro de los elementos que debo señalar en su manera de dar clases es la forma de tratar al alumnado, donde en diferentes actividades, les daba consignas para que los propios alumnos fueran los que se colocaran en filas. En una de sus frases, durante la actividad “polis y cacos” comentó “*poneros de acuerdo para establecer una decisión sobre la estrategia que vais a utilizar a la hora de “pillar” a los cacos, quién va a ser “perrito guardián”, a quién vais a pillar primero....*” En esta frase he de decir que la forma de enseñar que ha llevado a cabo difiere en gran medida de lo que proponía cualquier escuela gimnástica, al contrario que en otras UD propuestas por el mismo profesor.

Todo esto me lleva a recapacitar sobre cómo los contenidos propuestos en clase y su manera de llevarlos a cabo son tan diferentes por dos condiciones; la primera

porque cada contenido tiene una metodología intrínseca con él. Bien es cierto que no todo el bloque de “*Actividad física y salud*” puede ir encaminado a un enfoque más tradicional, ni que el bloque “*Actividades físicas artístico-expresivas*” sea más dinámico, pero sí es cierto que la mayor parte de las actividades a realizar estén encaminadas a uno u otro método; la segunda porque cada especialista tiene una manera propia de dar las clases, la cual no puede cambiar por atender a un enfoque más “tradicional” en unos determinados contenidos y en otro ser más “liberal”. Es decir, la manera que el especialista puede dar clase se fundamenta por un cierto estilo personal que tiñe lo que él quiere realizar y una cierta tradición que proviene de los contenidos y materiales utilizados. Una vez que observé las diferentes maneras que realizaba mi profesor-tutor en una clase, he de decir que se ambientaba en varios estilos y con ello en varios de los contenidos que las escuelas gimnásticas proponían. Por un lado, muchas de las actividades que desarrollaba estaban conformadas con un carácter cerrado en cuanto a la planificación de sus clases se refiere, pero por otra parte podían ser modificadas en cualquier momento del transcurso de las mismas. Adicionalmente, o podía establecer una planificación donde el alumno solo fuera un sujeto pasivo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, al organizarlos en círculos, filas, o cualquier otro espacio delimitado, donde tuvieran que escuchar la explicación de él, o estableciendo una planificación donde el sujeto fuera activo en el proceso de su enseñanza-aprendizaje.

En cuanto a la planificación que llevó a cabo mi profesor-tutor, constaba de habilidades gimnásticas, es decir, aquellos circuitos que he explicado previamente y que desarrollaba en varias sesiones donde proponía, volteretas, saltos, trepa, etc. Los juegos, ya fueran tradicionales, o de cualquier otro tipo, y destrezas motrices, es decir, aprender a lanzar, recepcionar, esquivar, botar, etc.

En definitiva, lo que realmente he querido señalar en este último apartado del presente trabajo, es la importancia que se debe tener a la hora de planificar las clases atendiendo a los diferentes estilos de enseñanza que han promovido las diferentes escuelas gimnásticas. Comprobar cómo con la variedad que ofrece el uso de una u otra metodología, el docente puede conseguir con su empleo alcanzar los diferentes objetivos que se pretenden alcanzar con el desarrollo de la asignatura de EF. Es necesario abordar varios métodos de enseñanza, para que las carencias que puedan tener unos u otros modelos sean suplidas por otros, y viceversa. Hay que aprovechar la variedad que nos ofrece la clase de EF en cuanto al método de enseñanza se refiere, y

saber utilizar qué método, y en qué situación es mejor llevarlo a la práctica. La manera de llevar a cabo la organización y la manera de enseñar de mi profesor-tutor, atiende a varios estilos de enseñanza a la hora de impartir sus clases. Con la observación realizada en mi periodo de prácticas, he podido comprobar cómo no es alguien que atiende a un único método, sino que utiliza la gran variedad de metodologías que hay para enriquecer sus clases y adecuar cada momento a la situación que quiera favorecer.

8. CONCLUSIONES

Mediante la búsqueda de información y su respectiva recopilación para elaborar este TFG, los conocimientos que he ido adquiriendo son grandes aportaciones tanto en el ámbito personal como en el profesional, ya que como persona me sirven para tener una satisfacción al conocer un tema que otros de mis compañeros de la mención desconocen, y como docente me servirá en un futuro para atender a otros factores que antes de la elaboración del presente trabajo no hubiera tenido. El TFG me ha ofrecido la oportunidad de indagar sobre un tema que desconocía y explorar un contenido desaparecido en la nueva mención de Educación Física. Esta tarea, la de elegir el tema, estructurarlo y redactarlo, en ocasiones se ha hecho muy dura y compleja, pero ha valido la pena porque una de las intenciones de este TFG es finalizar mi formación académica conociendo y controlando el tema desarrollado, para que en diferentes circunstancias de futuro pueda anticiparme a los conocimientos requeridos.

En cuanto a la adquisición de los objetivos planteados tras la realización de este TFG, considero que todos y cada uno de ellos han sido alcanzados, puesto que he desarrollado apartados acordes con dichos objetivos que me han permitido poder alcanzar la finalidad que buscaba al iniciar este TFG. A continuación escribiré cada uno de los objetivos de este trabajo relatando en qué he avanzado y qué me queda por aprender.

En cuanto al objetivo número 1, *Conocer y diferenciar los contenidos que se promovían en las diferentes escuelas gimnásticas*. Puedo afirmar que tras la elaboración de la fundamentación teórica de este TFG, consultando diferentes fuentes bibliográficas, he asimilado todos los contenidos de las diferentes escuelas gimnásticas.

Respecto al objetivo número 2 *Analizar el currículum vigente a la luz de los planteamientos del momento histórico de las cuatro Escuelas para conocer su vigencia, relacionando cada uno de los bloques de contenidos con cada una de las escuelas gimnásticas*. Considero que mi visión acerca del propio currículum ha cambiado, avanzando en mi propio entendimiento del mismo, y mirando de otra manera todos los contenidos que en él están vigentes por conocer el momento histórico del que surgieron. Sin embargo, una limitación de este TFG ha sido ese propio entendimiento del currículum, ya que al igual que he analizado los diferentes contenidos que han surgido de las escuelas gimnásticas, hay otros que no he podido detallar de dónde han surgido puesto que su evolución está en otro momento histórico.

Del objetivo número 3 *Identificar los vínculos de los materiales utilizados en Educación Física con las corrientes gimnásticas donde muchos de ellos se originaron* puedo concluir que el almacén de un centro escolar está conformado por muchos materiales concebidos en diferentes épocas, los cuales han sido determinantes para desarrollar los diferentes contenidos propuestos de cada época. Sin embargo, al igual que en el objetivo anterior, la limitación que he tenido es que los materiales que hay en un centro escolar no solo atienden a los utilizados en las primeras escuelas gimnásticas, sino que hay otros muchos de otros momentos históricos.

En cuanto al objetivo número 4 *Indagar sobre los diferentes modos y posibilidades de participación del especialista durante la clase de Educación Física atendiendo a la metodología que divulgaban las diferentes escuelas gimnásticas*, la visión que ahora tengo a la hora de identificar los modelos de enseñanza de un especialista es mucho más amplia, puesto que al centrarme en la metodología que divulgaban las escuelas gimnásticas con la de mi profesor-tutor, esa mirada de identificar qué metodología desarrollaba ha aumentado. Sin embargo, una limitación de este trabajo es que no sólo existen las metodologías señaladas por cada escuela gimnástica, sino que la manera de enseñar en la EF ha evolucionado hasta tener conceptos y formas de enseñar muy diferentes a las explicadas en este TFG.

Por último el objetivo número 5 *Reconocer la presencia de estos orígenes históricos en mi propia biografía y formación* he avanzado por el conocimiento que tengo sobre mí, la manera que tenía de concebir la EF y la forma en la que me han preparado, sé

identificar los modelos de mi enseñanza y de dónde provenían para poder retomar cada uno de esos modelos y saber utilizarlos en cada situación y en cada momento.

Si me centro en lo que supone programar y saber adecuar las Unidades Didácticas a los diversos contextos en los que está sometido el especialista en EF, puedo afirmar que conocer las diversas escuelas gimnásticas, los materiales que en ellas se utilizaban, y la correspondiente metodología, hace que el especialista tenga una visión mucho más extensa sobre qué métodos usar en cada momento, siendo estas acordes a los contenidos desarrollados. Es función del especialista conocer de dónde han salido los bloques de contenidos vigentes en la actual ley de Educación para saber relacionar dichos contenidos con lo que él pretende enseñar en sus clases. Su importancia radica en su propia actuación, en su forma de programar e incluso los materiales que usar, puesto que es de vital importancia el conocer de dónde provienen cada uno de los contenidos para saber adecuarlos a lo que el especialista en EF quiera conseguir.

Tras la realización del presente TFG, he adquirido conocimientos que antes del mismo desconocía, bien es cierto que la elaboración de este tema en particular, ha creado limitaciones en la elaboración del mismo ya que se ha centrado en un momento determinado de la EF y como consecuencia no he podido ampliar mi mirada hacia momentos más recientes de la misma. Sin embargo, esta propia limitación ha hecho que me dé cuenta de cómo los contenidos que promovían cada una de las escuelas y su carácter tan analítico y estructural se ha diluido en su propia evolución, generando contenidos que en su origen tenían que ver con lo que cada escuela promovía pero que ha dado lugar a maneras muy diferentes de realizarla en nuestro días.

9. LISTA DE REFERENCIAS

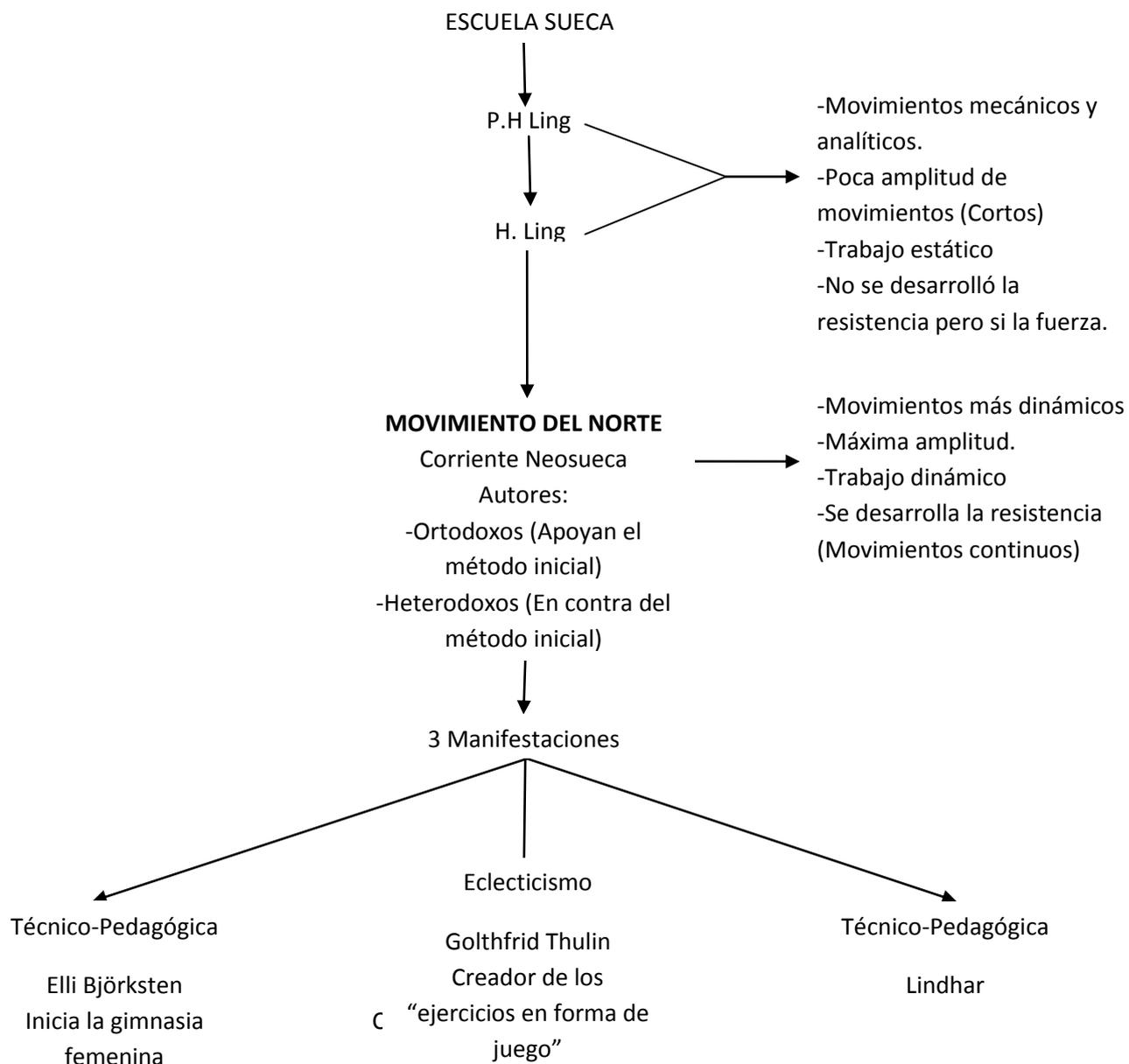
-Barbero González, J.I (2005). La lección de Educación Física en la formación del profesorado. Aproximación a las expectativas y resistencias del alumnado a partir de dos modelos significativamente diferentes. En N.J Bores, A.J García, L. Martínez, A. Miguel, M. Sagüillo y M.J Vaca (comps.), <i>La lección de Educación Física en el tratamiento pedagógico de lo corporal</i> (91-119). Barcelona: INDE
-Blández Ángel J. (1995). <i>La utilización del material y del espacio en educación física</i> . Barcelona: INDE.
-Blázquez Sánchez, D. (2001). <i>La educación Física</i> . Barcelona: INDE.
Castañer Balcells, M. y Camerino Foguet, O. (1991). <i>La educación física en la enseñanza</i> . Barcelona: INDE.
-Contreras Jordán, O.R (1998). <i>Didáctica de la EF. Un enfoque constructivista</i> . Barcelona: INDE
-Corpas Rivero, F.J, Toro Bueno, S y Zarco Resa J.A (1994). <i>Educación física en la enseñanza de primaria</i> . Málaga: Aljibe
-Díaz Lucea, J (1994). <i>El curriculum de la EF en la reforma educativa</i> . Barcelona: INDE
-Fernández García, E. Cecchini Estrada, J.A y Zagalaz Sánchez, ML (2010). <i>Didáctica de la Educación Física en la educación primaria</i> . Madrid: Síntesis.
-Hernández Álvarez, JL (1996). La construcción histórica y social de la educación física: el currículo de la LOGSE, ¿una nueva definición de la educación física escolar? <i>Revista de educación</i> . 51-76.
-Hernández Álvarez, JL y Martínez de Haro, V. (2008). La Educación Física en la Educación Secundaria en el marco de la nueva Ley Orgánica de Educación: análisis y reflexiones. <i>Revista española de Educación física y deportes</i> .
Langlade, A. y De Langlade, N.R (1986). <i>Teoría general de la Gimnasia. Génesis y panorama global de la evolución de la gimnasia</i> . Buenos Aires: Stadium.

Le Boulch, J (2001). <i>El cuerpo en la escuela en el siglo XXI</i> . Barcelona: INDE
Lleixá, T (2003). <i>Educación física hoy. Realidad y cambio curricular</i> . Barcelona: Cuadernos de educación.
Martínez Álvarez, L. (2000). A vueltas con la historia: una mirada a la educación física escolar del s. XX. <i>Revista de educación</i> , extraordinario, 83-112.
-Martínez Álvarez, L, Vaca Escribano, M. y Barbero González, JI (1996). La educación física en la escuela comprensiva. <i>Revista de educación</i> , 311, 7-12.
Pérez Peral, M.A y Ardilla Martín, D (2006). <i>Educación física</i> . Sevilla: MAD.
Sicilia Camacho, A y Delgado M.A (2002). <i>Educación física y estilos de enseñanza</i> Barcelona: INDE.
Zagalaz Sánchez, M.L (2001). <i>Corrientes y tendencias de la Educación Física</i> . Barcelona: INDE
LEYES
Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (LOE)
Decreto 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la comunidad de Castilla y León
INTERNET
-Contecha Carrillo, L.P. los conceptos de educación física: una perspectiva histórica. http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/educacion_fisica/los_conceptos.pdf (Consulta: 1 de Mayo de 2013)
- González Broto, R, Madrera Mayor, E y Salguero del Valle, A. (2004). Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y educación física actuales. <i>Revista digital</i> , 73. http://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm (Consulta: 5 de Junio de 2013).
-Martínez Gorroño, M.E y Hernández Álvarez, JL. <i>Los primeros exilios contemporáneos y el origen de la escuela hispano-francesa de gimnástica</i> . http://www.aemic.org/assets/articulos/135/original/M%C2%AA_Eugenia_Mart%C3

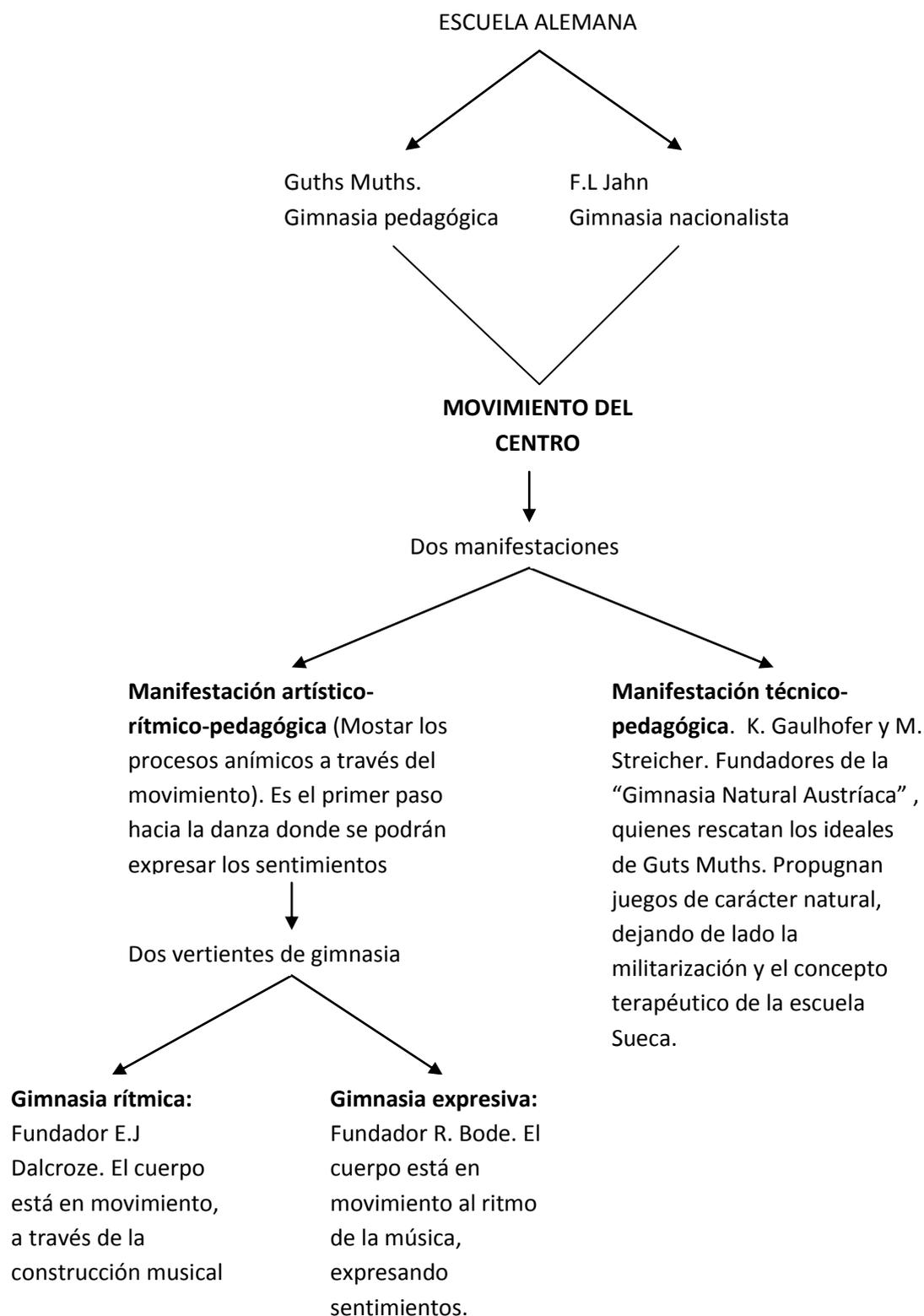
<p>%ADnez_Gorro%C3%B1o - Juan Luis Hern%C3%A1ndez_%C3%81lvarez - Migraciones y Exilios 7 - 2006.pdf?1283254669 (Consulta: 25 de Mayo de 2013).</p>
<p>Sáenz-López Buñuel, P, Castillo Viera, E. y Conde García, C. (2009). Didáctica de la educación Física escolar. <i>Revista Wanceulen E.F digital</i>, 5, 28-50. http://www.wanceulen.com/revista/PDF/n5/3-3.pdf (Consulta: 5 de Mayo de 2013)</p>
<p>Sainz Varona, R.M. Historia de la Educación Física. http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/ikas/05/05027047.pdf (Consulta: 25 de Abril de 2013)</p>
<p>Sierra Zamorano, M.A (2007). El cuerpo en la educación física: algunas aportaciones e invitación a la reflexión. . <i>Revista digital</i>, 115. http://www.efdeportes.com/efd115/el-cuerpo-en-la-educacion-fisica.htm (Consulta: 1 de Abril de 2013).</p>
<p>Uribe Pareja, I.D. Teoría y práctica de la Educación Física. http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/educacion_fisica/teoria.pdf (Consulta: 28 de Mayo de 2013)</p>
<p>OTROS</p>
<p>Apuntes de la asignatura Díaz Crespo, B. <i>Educación Física y Su Didáctica I</i>.</p>

10. ANEXOS

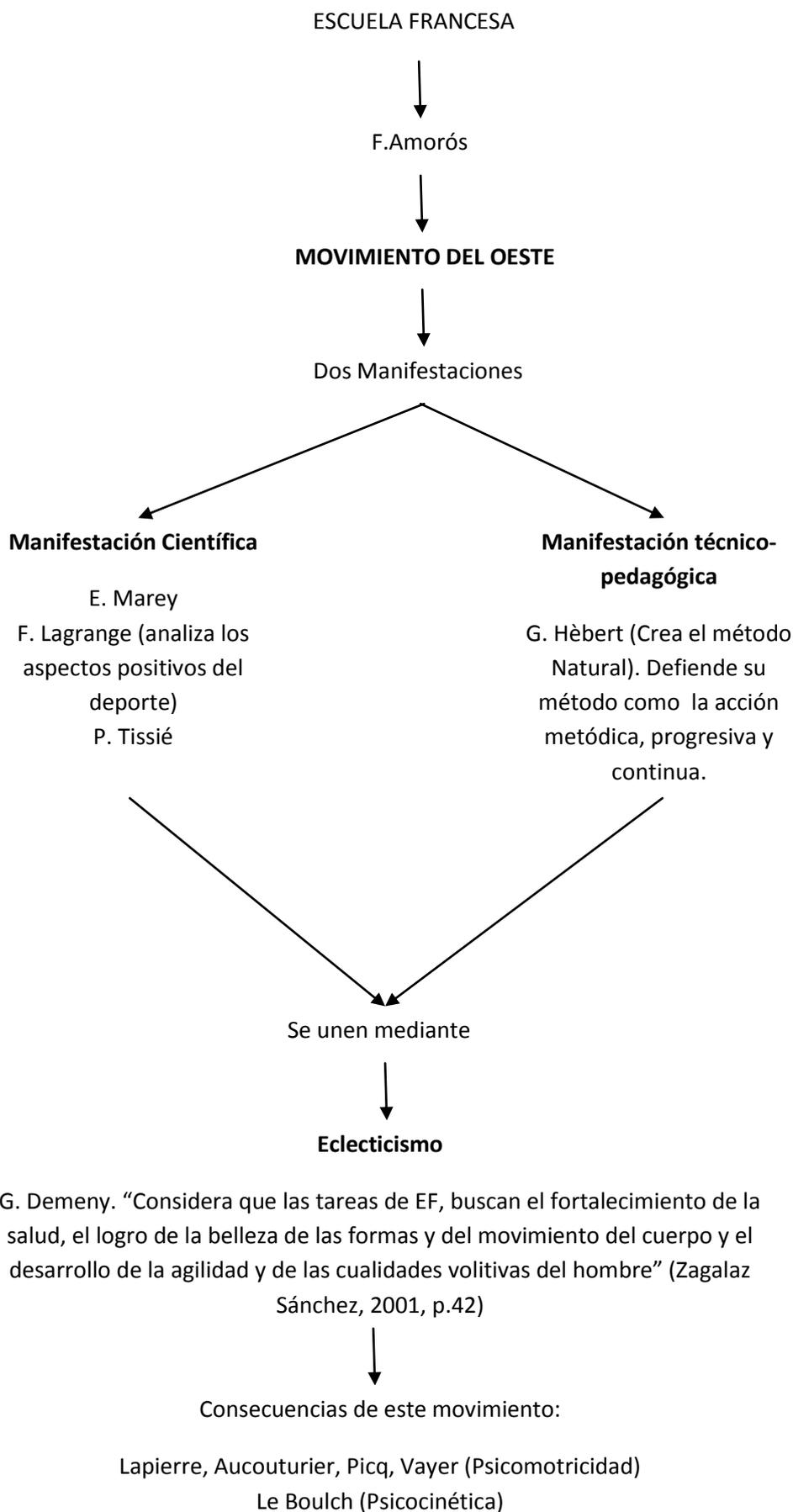
ANEXO I



ANEXO II



ANEXO III



ANEXO IV

Ciclo	Curso	Unidad didáctica	Materiales
1º	2º	Educación y actitud postural	-Aros -Conos
		Número sesión: 1 “Posturas adecuadas”	

Objetivos específicos de la sesión

1.- Aprender las buenas posturas para realizarlas en nuestras actividades diarias.

2.- Reconocer una espalda sana respecto a una no “sana”.

3.- Mantener una buena postura corporal para evitar la caída de los objetos.

Desarrollo de la sesión

Momento de encuentro (15 minutos):

Nos desplazamos a la capilla donde se les explicará la importancia de una buena postura:

- al caminar
- al agacharse
- al estar sentado
- al escribir y leer
- al dormir

Para ello utilizaremos un power point para dejar más claros los conceptos, por ejemplo, cómo reconocer una espalda sana de una que no lo es, identificar como llevar bien una mochila, cómo sentarse, etc.

Momento de construcción del aprendizaje (40 minutos)

1. “Las setas”. Se le entrega a un alumno un cono que tendrán que intentar transportar

- en la espalda, en la cabeza, en los brazos, etc.
- Variante: **“Setas congeladas”.** Es el mismo juego que el anterior, pero al que se le cae el cono queda inmóvil hasta que otro compañero, se lo vuelva a colocar en la cabeza, sin que a éste se le caiga.

2. “Los aros”. Realizaremos las mismas acciones anteriores pero en este caso por parejas:

Cada pareja llevará un aro con:

- la cabeza
- los hombros
- la espalda
- los brazos hacia adelante

En estas dos actividades, se pondrá especial importancia a cuando tengan que recoger el objeto cuando se les caiga, explicarles la buena postura para agacharse y coger el material, sin que mi espalda sufra.

Momento de despedida (5 minutos):

El guardián del museo. Toda la clase en un lado del gimnasio serán las estatuas del museo. El profesor será, “el guardián del museo”, en el otro extremo de la clase, se coloca de espaldas a sus compañeros. El guardián se da la vuelta para descubrir que estatua se mueve intentando escapar. La estatua que primero llega a donde está el guardián, se va a la fila y todos los niños detrás

Al finalizar la actividad nos desplazaremos a la capilla, para cambiarse de camiseta.

Ciclo	Curso	Unidad didáctica	Materiales
1°	2°	Educación y actitud postural	-Conos -Papel de periódico
		Número sesión: 2 “Juntos cooperamos”	

Objetivos específicos de la sesión

- 1.- Mantener una buena postura corporal para evitar la caída del periódico.
- 2.- Reconocer la importancia de reciclar el papel.
- 3.- Agacharse correctamente para recoger el periódico

Desarrollo de la sesión

Momento de encuentro (5 minutos):

Dejamos la vestimenta en la “capilla” para luego cambiarnos de ropa.

Mientras se organizan en la fila, les explicamos un poco lo que vamos hacer en la sesión, para que se vayan centrando. En esta sesión, vamos a trabajar un tema transversal, como son la utilización de periódicos como único material.

Momento de construcción del aprendizaje (45 minutos)

1.- “Las estatuas” Los alumnos se desenvuelven por la sala moviéndose con la música, atendiendo a las indicaciones del maestro:

- andando
- como si fuésemos ranas
- tocándonos las orejas
- a cuatro patas
- etc

En el momento que se para la música los alumnos tienen que quedarse quietos como estatuas. Al alumno que se le vea en movimiento en ese momento se le saca del juego, y se le invita a que coja el material del juego siguiente, la hoja de periódico.

2.- “El periódico”. Se le da a los alumnos una hoja de periódico y se les dice que lo tienen que sostener con diferentes partes de su cuerpo excepto con las manos. Se tienen que ir desenvolviendo por la sala probando maneras de sujetar el papel.

3.- “Las estatuas también leen” El mismo juego de activación pero esta vez con periódico. Se les va diciendo a los alumnos de que manera tienen que sujetar el periódico.

(Tras el juego se coloca a los alumnos por parejas de tal modo que uno conserva su periódico y el otro hace una bola).

Variante: Una vez que han realizado varias maneras de aguantar el papel, cambiaremos nuestra posición corporal para dificultar la sujeción de éste.

- A cuatro patas

- Dando largas zancadas
- Andando de espaldas

4.- “Mantener la bola”. Por parejas, uno de la pareja conserva el periódico intacto y el otro hace una bola. Tienen que cooperar para poder mantener la bola dentro del periódico. Cada uno ocupa su sitio y prueban de maneras diferentes.

- manos a la altura de la tripa
- manos a la altura del pecho
- manos a por encima de la cabeza
- colocados de espaldas.
- **Llevar la bola entre las dos parejas subiendo las escaleras hasta la capilla**

De estas cuatro formas los alumnos tendrán que recorrer un trazado y terminar metiendo la bola en una caja. Lanzándola con el periódico.

Momento de despedida (10 min):

Una vez que hayan acabado, se recogerá el material, plegando bien los periódicos y recogiendo las bolas de papel y nos sentaremos en el patio. Se plantea a los alumnos la pregunta sobre el origen del papel. Tras escuchar las respuestas y aclarar dudas se apunta lo siguiente para comenzar la lluvia de ideas:

- ¿Qué ocurre si no reciclamos?
- ¿Recicláis en casa?
- ¿En qué contenedor se tira el papel? ¿Y el plástico?

Al acabar estas reflexiones nos desplazaremos hasta la capilla para que el alumnado se cambie de camiseta.

Ciclo	Curso	Unidad didáctica	Materiales
1°	2°	Educación y actitud postural	-Balones -Bancos suecos -Conos
		Número sesión: 3 “Mi cuerpo”	

Objetivos específicos de la sesión

- 1.- Cooperar con el resto de los compañeros.
- 2.- Colocar la espalda correctamente en la variedad de posiciones que se realizarán.
- 3.- Reconocer la variedad de posiciones que puede adoptar nuestra espalda

Desarrollo de la sesión

Momento de encuentro (5 minutos):

Nos desplazaremos a la capilla para dejar la camiseta de repuesto, una vez que la hayan dejado se les comentará a los alumnos lo que vamos a realizar en esta sesión y donde nos vamos a desplazar, ya que iremos al polideportivo, un lugar donde no están muy habituados a ir.

Momento de construcción del aprendizaje (45 minutos)

1.-“Tula en alto” (Calentamiento): Dos o tres alumnos la “pagarán” y deberán de pillar a los compañeros que estarán dispuestos por el espacio, cuando se les pille, se cambiarán los roles. Los jugadores que no la pagan podrán salvarse si se cuelgan de las espaldas como un “murciélago”, es decir agarrándose solo de las manos y teniendo los pies sin apoyar.

2.- “Stop” (Calentamiento): Dos o tres alumnos la “pagarán” y deberán de pillar a los compañeros que estarán dispuestos por el espacio, cuando se les pille, se cambiarán los roles. Los jugadores que están por el espacio podrán salvarse si dicen “stop” manteniendo la espalda recta y con las piernas abiertas. Éste jugador permanecerá así hasta que otro pase por debajo de sus piernas y lo salve. **(No lo realizamos)**

3.- “A presionar el balón”: Presionar el balón con el pecho o con el abdomen, y la espaldera al inspirar (De pie de cara a la pared y el balón entre nosotros y la pared).

-De espaldas sujetando el balón

-Tumbados con la pelota en la tripa

4.- “A transportar el balón” En cuatro equipos, los alumnos se colocarán en fila. A la señal de ya, el primero de cada fila saldrá y deberá de pasar los diferentes obstáculos. En el circuito se colocará un balón y detrás del balón un banco sueco. Los alumnos deberán de llegar hasta el balón, cogerlo, y atravesar el banco sueco con una pierna a cada lado, cuando lleguen al final darán la vuelta a un cono situado y volverán sobre sus pasos, cuando pasen el banco sueco, volverán a dejar el balón y cuando lleguen a su fila, el segundo compañero repetirá la carrera y así sucesivamente, hasta que todos los compañeros la

hayan realizado.

5.- “De lado a lado”: En los mismos equipos de antes, se colocarán tendidos boca arriba en fila. Cada equipo tendrá un balón. Se lo pasarán cogiéndolo con las piernas y los brazos al compañero que este a su lado. Una vez que el primero haya pasado el balón se colocará el último de la fila, para continuar el recorrido hasta el final.

-Se pasaran el balón con las manos tumbados hacia abajo.

6.- “Los puentes”: En los mismos equipos, se realizará un ejercicio parecido al anterior, pero esta vez la fila se dispondrá formando un puente, para que el primer compañero, pase por debajo, como si fuera una serpiente, es decir reptando, deberá de llevar el balón con él. Cuando llegue al final, tendrá que pasar el balón por debajo del puente para que el siguiente compañero pueda salir.

Momento de despedida (10 minutos)

Al finalizar las actividades, nos dispondremos en círculo para realizar la relajación de las actividades previas:

“¡Somos árboles!”: De pie, con los brazos extendidos hacia arriba, como si fueran las ramas de un árbol, estiraremos la espalda todo que podamos. Somos árboles y nos movemos con el viento (viento fuerte, nos moveremos rápido, viento suave, nos movemos despacio).

Una vez realizada, nos iremos a la “capilla” para cambiarnos de camiseta.

Ciclo	Curso	Unidad didáctica	Materiales
1°	2°	Educación y actitud postural	-Balones
		Número sesión: 4 “Mi cuerpo I”	

Objetivos específicos de la sesión

- 1.- Aprender a sentarse debidamente con la espalda recta
- 2.- Conseguir mecanizar el movimiento de retropulsión de los hombros para mantenerla recta.
- 3.- Cooperar con el compañero para evitar la caída del objeto.

Desarrollo de la sesión

Momento de encuentro (5 minutos):

Nos desplazaremos a la capilla para dejar la camiseta de repuesto, una vez que la hayan dejado se les comentará a los alumnos lo que vamos a realizar en esta sesión y donde nos vamos a desplazar, ya que iremos al polideportivo, un lugar donde no están muy habituados a ir. Antes de salir de la capilla, se hará un breve repaso de lo visto la semana anterior, y de la continuidad de la UD.

Momento de construcción del aprendizaje (45 minutos)

“Polis y cacos”(Calentamiento): Se separará a los alumnos en dos equipos, uno serán los cacos y se deberán de esconder, y otros serán los polis que los deberán de pillar, una vez que todos estén pillados, se cambiarán los roles.

1.-“A ver quien quita el balón”: Por parejas, uno de ellos se guardará el balón en su espalda sujetado por las dos manos, el compañero intentará arrebatárselo. El alumno que tiene el balón solo puede dar vueltas sobre sí mismo, no puede desplazarse. Cuando el compañero le quite el balón los roles se cambiarán.

2 -”De espaldas”: Por parejas, sentados en el suelo con las plantas de los pies tocándose y dando la espalda al compañero, nos pasaremos el balón por los lados con las dos manos, girando todo lo que podamos el tronco sin que las plantas de los pies se separen.

-Por arriba de la cabeza

-De pie harán un círculo, uno pasará por encima de la cabeza y otro la pasará por debajo de las piernas, así sucesivamente.

3 -”Ahí va”: Por parejas, pasarse el balón por encima de la cabeza, intentado buscar la mayor flexión de cadera. Luego se pasará hacia un lado y hacia otro.

4.-”Que no se caiga”: Por parejas, colocarse de espaldas de pie, y entrelazar los brazos. Se colocará una pelota entre sus espaldas y evitar que se caiga. Se colocará en diferentes partes del cuerpo, primero en la cabeza, en la espalda, luego en la cadera, y por último en las piernas.

Momento de despedida (10 minutos):

Una vez que nos coloquemos en fila subiremos a la capilla, una vez allí el alumnado, por parejas, realizará un masaje al compañero deslizando la pelota suavemente por su espalda, y notando las diferentes superficies que en ella hay.

Al acabar se les comentará la importancia que tiene mantener la espalda recta para tumbarnos, o incluso cuando andamos.

Luego se cambiarán de camiseta y nos colocaremos en fila para regresar a clase.

Ciclo	Curso	Unidad didáctica	Materiales
1°	2°	Educación y actitud postural	-Conos
		Número sesión: 5 “Mi cuerpo II”	

Objetivos específicos de la sesión

- 1.- Realizar un movimiento a la vez cooperando con el compañero
- 2.- Ser consciente de la importancia de la espalda a la hora de empujar o traccionar un compañero.
- 3.- Saber levantarse del suelo realizando fuerza únicamente con las piernas sin doblar nuestra espalda.

Desarrollo de la sesión

Momento de encuentro (5 minutos):

Nos desplazaremos a la capilla para dejar la camiseta de repuesto, una vez que la hayan dejado se les comentará a los alumnos lo que vamos a realizar en esta sesión y donde nos vamos a desplazar, ya que iremos al polideportivo, un lugar donde no están muy habituados a ir.

Momento de construcción del aprendizaje (45 minutos):

“Marineros, corsarios y piratas” (Calentamiento): Se dividirá a los alumnos en tres equipos, dispuesto en 3 esquinas, la cual será el lugar donde llevar a sus prisioneros. Uno de esos equipos serán los corsarios, otros los marineros, y los últimos serán los piratas. A la señal de “ya” los marineros deberán de pillar a los corsarios, los corsarios a los piratas, y los piratas a los marineros.

1.-“¡El tira y afloja”: Por parejas, cogidos por las mano, a la señal, los alumnos traccionarán para arrastrar al compañero. A la señal de cambio, pasaremos de arrastrarle a empujarle. Luego se cambiarán los roles.

2.-”A empujar”: Por parejas, sentados en el suelo, nos enlazamos con los brazos y nos ponemos espalda-espalda, con el otro compañero. A la señal de ya se intentará empujar al compañero sin levantarse del suelo.

Variante: Levantarse del suelo, haciendo fuerza hacia la espalda del compañero y utilizando solo las piernas, sin apoyar las manos.

3.-”A caminar”: Por parejas, nos situamos uno delante de otro, muy juntos pegando las caderas, intentamos andar al mismo tiempo, y con el mismo paso. Cada vez se intentarán dar los pasos más largos. A la señal de “ya”, dos parejas se tendrán que juntar e intentar realizarlo las dos parejas juntas.

4.-”Pelea de gallos”: Por parejas, se colocan de cuclillas uno en frente del otro, y a la señal de “ya”, empujarán al otro compañero para intentarlo tirar al suelo. Solo se puede empujar a las manos del otro compañero.

5.-"Hilera de flamencos": Por parejas, cada uno de la pareja se colocará en una fila. Ambos realizarán el desplazamiento saltando a la pata coja, y realizando los saltos a la vez. El recorrido será de ida y vuelta. Al llegar se colocarán al final de la fila.

Momento de despedida (10 minutos):

Nos organizaremos en fila y subiremos a la "capilla" una vez allí nos sentaremos, tal y como nos hemos sentado teniendo a un compañero a nuestra espalda, es decir rectos. Una vez que estemos así de sentados realizaremos esta actividad:

-**"Relajación creativa"**: Se les comentará al alumnado que se Imaginen su lugar favorito, su medio de transporte para llegar a ese lugar, si van sentados, si van tumbados, etc.

Ciclo	Curso	Unidad didáctica	Materiales
1°	2°	Educación y actitud postural	-Aros -Pelotas goma-espuma
		Número sesión: 6 “Mi cuerpo III”	

Objetivos específicos de la sesión

- 1.- Conocer las diferentes formas que puede adoptar nuestra espalda
- 2.- Ser conscientes de que en la espalda intervienen varios músculos para adoptar diferentes formas.

Desarrollo de la sesión

Momento de encuentro (5 minutos):

Nos desplazaremos a la capilla para dejar la camiseta de repuesto, una vez que la hayan dejado se les comentará a los alumnos lo que vamos a realizar en esta sesión, se les explicará que es la última sesión de la UD que hemos desarrollado durante las dos semanas.

Momento de construcción del aprendizaje (40 minutos):

1.-"Enanitos": Andar de cuclillas por el espacio sin elevar la cadera, como enanitos. Después, desde esa posición, dar saltos como pulgas.

-Como perros manteniendo la espalda recta

2.-"Culeando": Mantener el equilibrio sobre los glúteos, tocándose los pies con las manos en el aire.

3.-"El punto y la i": Tendido hacia arriba. Cuando el profesor diga la “i” los alumnos se estiraran todo lo que puedan en el suelo. Cuando el profesor diga el “punto” los alumnos agruparán su cuerpo intentando formar un círculo. **(No se realizó)**

4.-"El Doctor fantástico": Los alumnos van andando por el espacio, y a la señal del profesor, los alumnos se convertirán en lo que él diga, imitando sus movimientos. Nos convertiremos en soldados, en jorobados, en zombis, en serpientes reptando, en aviones, etc.

- Por parejas, uno de ellos será un sonámbulo y el otro le tendrá que guiar sin chocarse con nadie

5.-"El círculo loco": Los alumnos se colocarán en círculo, cogidos de la mano y mirando hacia fuera, e intentarán alejarse todo lo que puedan sin soltarse de las manos.

Momento de despedida (15 minutos):

Una vez finalizados los ejercicios, nos colocaremos en fila y subiremos a la capilla, una vez allí, nos sentaremos en círculo, y comentaremos que esa era la última sesión de la UD “Educación y Actitud Postural”, les diremos que los ejercicios que hemos realizado, nos han enseñado de alguna manera a cuidar nuestra espalda, ya que en todos ellos intervenía para adoptar buenas posiciones. Una vez explicado el resumen de la UD, realizaremos la siguiente actividad:

“La telaraña”: Por parejas, tocaremos la espalda del compañero haciendo como si nuestras manos fueran arañas. “Son arañas que pesan poco por lo que no pueden hundir mucho sus patas.

Al acabar los alumnos se cambiarán y se colocarán en fila.