

CONTENIDOS EN EDUCACIÓN FÍSICA: SU VALORACIÓN A TRAVÉS DEL ALUMNADO

Juan Antonio Moreno y Pedro Luis Rodríguez

Facultad de Educación. Universidad de Murcia

Área de Didáctica de la Expresión Corporal

Apartado de Correos 4021

Campus Universitario de Espinardo

30100 Espinardo (Murcia)

Tel. (968) 307100 Ext:2775 Fax: (968) 364146

Melchor Gutiérrez

Facultad de Psicología (IVEF). Universidad de Valencia

PALABRAS CLAVE: Educación Física, Enseñanza Secundaria Obligatoria, Contenidos

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación es determinar si los contenidos marcados por el M.E.C. relativos a la asignatura de Educación Física (condición física, cualidades motrices, juegos y deportes y expresión corporal, omitiendo, y no por olvido, los referidos a las actividades en la naturaleza debido a la particularidad que conlleva su práctica) se llevan a cabo en diferentes centros de Enseñanza Secundaria Obligatoria.

La muestra de sujetos analizados ha sido de 492 hombres (52,7%) y 442 mujeres (47,3%), con edades comprendidas entre 12 y 15 años, de los cuales el 54% pertenece a centros públicos y el 46% a centros privados. De los 85 profesores analizados el 77,9% son hombres y el 22,1% son mujeres.

El instrumento utilizado para la recogida de los datos ha sido el cuestionario C.E.F. (Contenidos en Educación Física) elaborado de forma específica para esta investigación. Para el estudio de las posibles diferencias en los contenidos en Educación Física, se han realizado diversos análisis descriptivos, teniendo en cuenta el curso de los estudiantes.

Como conclusión general extraída del presente estudio hemos encontrado una cierta correspondencia entre los contenidos impartidos en las clases de E. F. y las directrices marcadas por el M.E.C., observando no obstante impactantes lagunas en el tratamiento de la actividad física como objetivo para alcanzar una vida saludable y una excesiva insistencia sobre los aspectos deportivos en los cursos del primer ciclo.

1. INTRODUCCIÓN

Los trabajos encontrados en la literatura educativa son abundantes en temas curriculares (Coll, 1990; Palacios, Marchesi y Coll, 1990) al igual que en aspectos del currículo de Educación Física (Arnold, 1991; Blázquez, 1989; Delgado Noguera, 1991; Pieron, 1988). La gran mayoría de estos tienen una base legal que justifica su defensa de aplicación en la práctica.

Entre todas estas bases legales encontramos la ley orgánica 1/90 de 3 de Octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo que determina en su artículo 4 que los elementos del currículo son: los objetivos, métodos, criterios de evaluación de cada uno de los niveles, etapas, ciclos, grado y modalidades en las que se organiza la práctica educativa y los contenidos. Considerando, por tanto, que uno de los elementos constitutivos esenciales del currículo son los contenidos a desarrollar para cada área de conocimiento. Dichos contenidos, en el área de Educación Física, han de ser establecidos según las características principales del período de edad que comprenda cada etapa de formulación educativa, siendo susceptibles a su vez, de ser correctamente secuenciados en función de los diversos ciclos y niveles comprendidos en dichas etapas.

En este sentido, la Administración Educativa, a través del asesoramiento de diversos expertos en Educación, crea un marco de actuación común para el establecimiento de directrices curriculares que queda concretado en el denominado Diseño Curricular Base (D.C.B.), en el cual, de forma prescriptiva se definen objetivos generales para cada etapa educativa, así como los objetivos y contenidos generales para cada una de las áreas curriculares que configuran dichas etapas, además de criterios de evaluación y orientaciones didácticas en general (Antúnez y cols., 1993).

Es importante destacar que la apertura y flexibilidad del nuevo Sistema Educativo (Maravall, 1984 y M.E.C., 1987) deja en manos del profesorado una serie de decisiones a tomar en materia curricular, que quedarán establecidas en el Proyecto Curricular de Centro y las programaciones de aula. No obstante, es fundamental que sean atendidos los marcos de concepto, procedimiento y actitudes destacados en el D.C.B. para cada etapa y ciclos educativos (M.E.C., 1989, 1991 y B.O.E., 1991a, 1991b).

Es fundamental poder llegar a tener un conocimiento de la incidencia de los profesionales de Educación Física en el desempeño de sus funciones docentes y concretamente, en relación con la puesta en práctica de los diversos contenidos establecidos por la Administración Educativa. Sobre todo, hemos de tener en mente que el Estado desarrolla un esfuerzo considerable desde el punto de vista de los presupuestos generales para conseguir mejoras en el sector docente.

Consideramos necesaria la aplicación de los principales objetivos destacados en las diversas etapas educativas y, para ello, es imprescindible poder conocer el grado de satisfacción del alumnado respecto a los principales bloques de contenidos abordados. Por tal motivo hemos desarrollado un estudio que pretende acercarnos hacia los contenidos que están siendo impartidos en el área de Educación Física, así como la distribución que se produce de los mismos por cursos, lo cual nos podrá informar del grado de cumplimiento de las premisas principales establecidas en las propuestas curriculares ministeriales.

Es importante destacar que la etapa analizada se centra en la Enseñanza Secundaria Obligatoria (E.S.O.), ya que las características del cuestionario empleado como instrumento de valoración requieren de una moderada capacidad de juicio crítico, presente de forma fehaciente en estas etapas educativas, tal como afirman Flavell, (1982), Gesell, lig y Ames, (1987).

Los contenidos establecidos en Educación Secundaria Obligatoria son los siguientes:

1. Condición Física:

- Condición y capacidades físicas: principios y sistemas para su desarrollo.
- Efectos de la actividad física sobre el organismo y mecanismos de adaptación. Implicaciones en el desarrollo evolutivo.
- Actividad física y salud: preparación y prevención.

2. Cualidades motrices:

- Capacidades coordinativas y resultantes: coordinación, equilibrio, agilidad y habilidades básicas.
- El aprendizaje motor: mecanismos implicados y factores que lo facilitan.

3. Juegos y Deportes:

- Deportes y juegos más habituales en el entorno.
- Recursos para la práctica deportiva.
- El deporte como fenómeno cultural y social.
- La habilidad específica: aspectos cuantitativos y cualitativos.

4. Expresión Corporal:

- El cuerpo expresivo: las posibilidades de expresión y comunicación en distintas manifestaciones.
- Técnica y significado del uso de diversos parámetros: intensidad, espacio y tiempo.

5. Actividades en el Medio Natural:

- Actividades en el medio natural: elementos técnicos y materiales.
- La organización de actividades en el medio natural: normas y recursos.

Para establecer una distribución por ciclos de los contenidos en E. F. es necesario analizar la complejidad y diferencias que presentan las distintas habilidades y destrezas, y las posibilidades del alumnado para su desarrollo, tanto a nivel cuantitativo (condición física) como cualitativo (capacidades coordinativas), para poder establecer las secuencias de aprendizaje que nos colocan a la distancia justa de los nuevos conocimientos para poder asimilarlos. La prolongación y continuidad que debe seguir de un ciclo a otro, se asegura sobre la base de contenidos conceptuales similares; si bien, en un grado de mayor complejidad y especificidad que indica una línea de progreso acorde con la edad y el desarrollo motor.

La distribución de contenidos por ciclo debe ser la siguiente (MEC, 1993):

1. Primer Ciclo. Durante este ciclo, es conveniente que se realice el paso del tratamiento globalizado de la Educación Primaria hacia un tratamiento más específico de las capacidades físicas. Por ello, atendiendo el desarrollo evolutivo del alumnado, se debe priorizar el desarrollo de la Resistencia Aeróbica, la flexibilidad y los factores que desarrollan la velocidad (frecuencia de movimiento y la velocidad de reacción). En este sentido, conviene relacionar los cambios experimentados con el concepto amplio de salud y con el desarrollo personal, de tal manera que implique una valoración positiva de la práctica sistemática de actividad física.

En cuanto a la actividad física y salud, debe atenderse al desarrollo y consolidación para la creación de hábitos que preparen al alumnado para actividades más intensas y complejas, así como sentar las bases para la realización autónoma de dicha preparación, destacando sobre todo en este ciclo la concienciación y necesidad en el calentamiento general antes de cualquiera práctica de actividad física.

La práctica de técnicas de respiración y relajación, contribuyen a desarrollar la capacidad de conocimiento del propio cuerpo y de sus mecanismos de regulación y control, el conocimiento básico de estas técnicas, así como la comprobación de los beneficios de su práctica. El dominio de las fases de la respiración y su acople con el control de la tensión y distensión de los grupos musculares, favorece el desarrollo de las capacidades físicas de forma económica.

Por otra parte, las habilidades son los grandes ejes de la Educación Física y constituyen uno de los elementos fundamentales de la manifestación externa de la conducta motriz. La adquisición y desarrollo de habilidades tiene su sentido en la aplicación práctica a contextos reales. Tres tipos de manifestaciones centran principalmente la atención en este campo: las deportivas, las de Expresión y Comunicación y las actividades en el Medio Natural.

2. Segundo Ciclo. En este ciclo, debido al carácter evolutivo del alumnado y al progreso de las habilidades de la etapa anterior, se deberá avanzar en un desarrollo más específico de las capacidades físicas. Los contenidos de *procedimiento*, irán encaminados a un acondicionamiento físico general al comienzo del ciclo, para dar paso a un tratamiento específico de cada una de ellas. El trabajo de acondicionamiento físico, será sobre todo mixto (velocidad-resistencia, fuerza-velocidad, flexibilidad, etc.). La experimentación de los distintos sistemas para el desarrollo de la condición física adaptados a las características de cada uno, es también uno de los objetivos principales de este ciclo.

En el campo Conceptual, nos centraremos en los principios fundamentales del entrenamiento, atendiendo sobre todo a los que se basan en la dinámica de las cargas.

Las habilidades específicas deben desarrollarse para ser utilizadas de forma eficaz. Se empiezan a desarrollar habilidades específicas de los Deportes-Competición con la participación en deportes individuales y colectivos.

En el campo de la Expresión, el conocimiento por parte de los alumnos y de las alumnas de los distintos ejes (transversal, longitudinal y anteroposterior) sirve para poder estudiar con más detalle las distintas manifestaciones expresivas: danza, mimo,

dramatización, etc. La utilización de técnicas individuales y en grupos de algunas de las manifestaciones expresivas, permiten al alumnado una mayor capacidad creativa de expresión y comunicación.

Las Actividades en el Medio Natural, se precisan sobre todo en la Exploración de nuevas habilidades específicas y el perfeccionamiento de las más sencillas adquiridas en el Ciclo anterior, por estar más en consonancia con el medio sociocultural del alumnado y sobre todo con las motivaciones y necesidades de relación de alumno y del grupo.

De todos estos objetivos marcados por el M.E.C. fijamos nuestra atención en los siguientes contenidos: condición física, cualidades motrices, juegos y deportes y expresión corporal, omitiendo, y no por olvido, los referidos a las actividades en la naturaleza debido a la particularidad que conlleva su práctica.

A partir de estos principios, los objetivos que nos hemos propuesto en este análisis son los siguientes:

1. Conocer los contenidos que se imparten en la asignatura de E. F.
2. Analizar la distribución de los contenidos a lo largo de los diferentes cursos.

2. MÉTODO

2.1. Muestra

La muestra de sujetos analizados ha sido de 492 hombres (52,7%) y 442 mujeres (47,3%), con edades comprendidas entre 12 y 15 años, de los cuales el 54% pertenece a centros públicos y el 46% a centros privados.

De los 85 profesores analizados el 77,9% son hombres y el 22,1% son mujeres. El 51,8% de estos profesores imparte únicamente la asignatura de Educación Física, mientras que el 48,2% restante imparte además otras asignaturas. De toda la muestra analizada el 70,6% manifiesta que la E. F. es su asignatura ideal. A su vez el 89,4% de los profesores y profesoras realiza práctica deportiva en horas extraescolares.

2.2. Instrumento

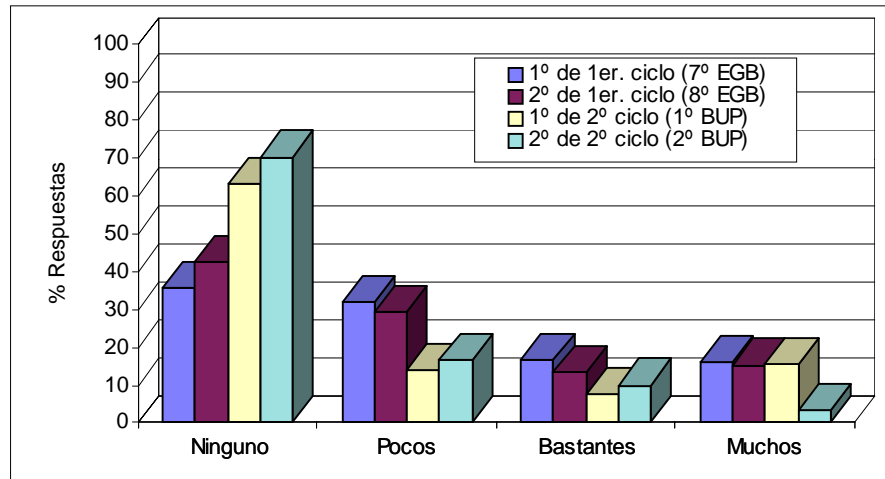
A. Descripción. El instrumento utilizado para la recogida de los datos ha sido el cuestionario C.E.F. (Contenidos en Educación Física) elaborado de forma específica para esta investigación. Se encuentra formado por 14 ítems, en los que se pide al alumnado que valoren, en una escala de cuatro alternativas (desde ninguno hasta muchos), la cantidad de contenidos, tanto teóricos como prácticos, que reciben en sus clases de Educación Física.

B. Procedimiento. Para el estudio de las posibles diferencias en los contenidos en Educación Física, se han realizado diversos análisis descriptivos, teniendo en cuenta el curso de los estudiantes.

3. RESULTADOS

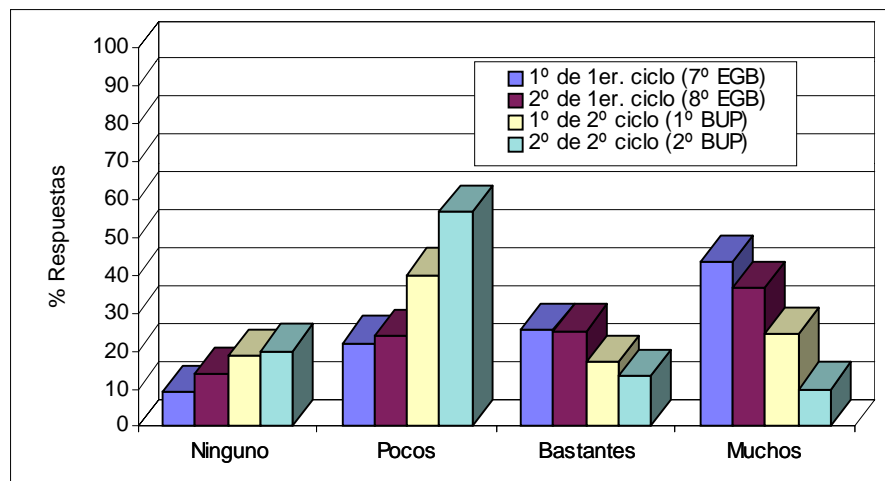
Cuando se analiza el contenido *“Conocimiento del cuerpo humano”* observamos que no es un contenido muy trabajado, aunque se puede resaltar que en el primer ciclo es visto con más asiduidad (figura 1).

Figura 1. Respuestas por cursos al contenido “Conocimiento del cuerpo humano (huesos y músculos)”.



En el contenido *“Beneficios del ejercicio físico para la salud”* los datos demuestran que es en el primer ciclo donde prima el tratamiento de este aspecto siendo menos contemplado a medida que aumenta la edad (figura 2).

Figura 2. Respuestas por cursos al contenido “Beneficios del ejercicio físico para la salud”.



Cuando se analiza el contenido *“Conocimiento de los reglamentos de los Deportes”* se advierte una mayor dedicación en el primer ciclo (figura 3). Un comportamiento paralelo nos ofrece el resultado referido al contenido *“Explicaciones de Deportes”* (figura 4).

Figura 3. Respuestas por cursos al contenido “Conocimiento de los reglamentos de los Deportes”.

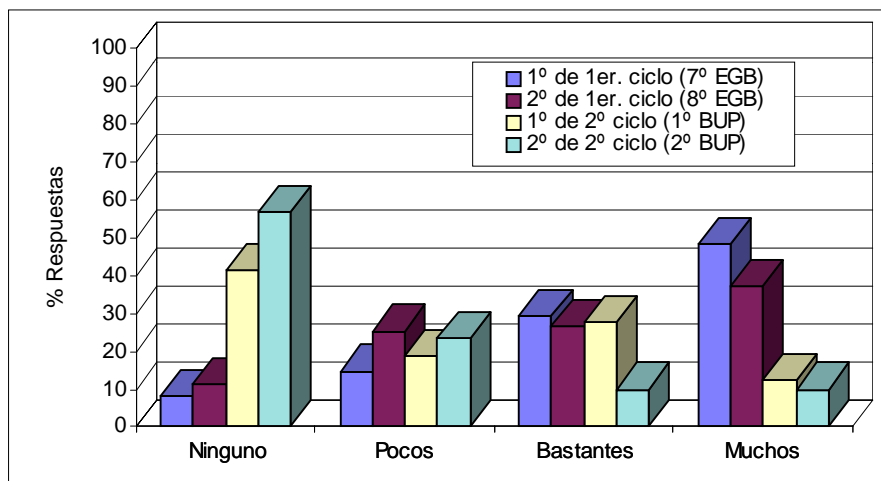
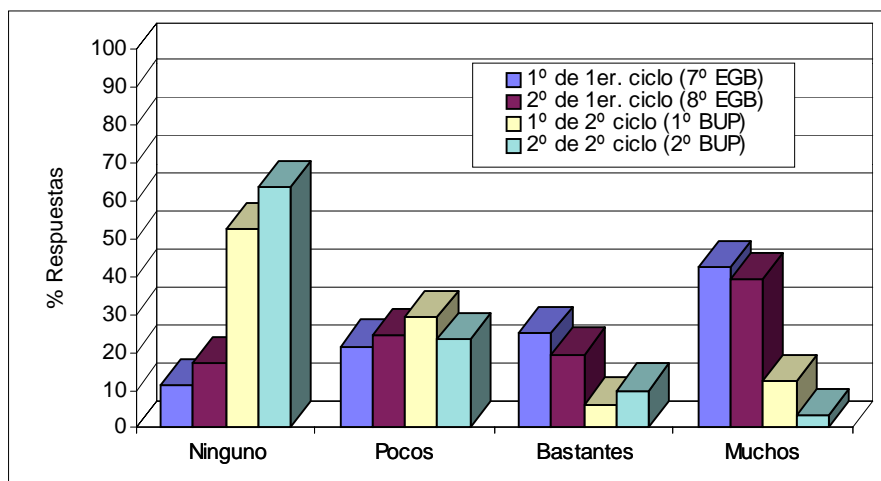
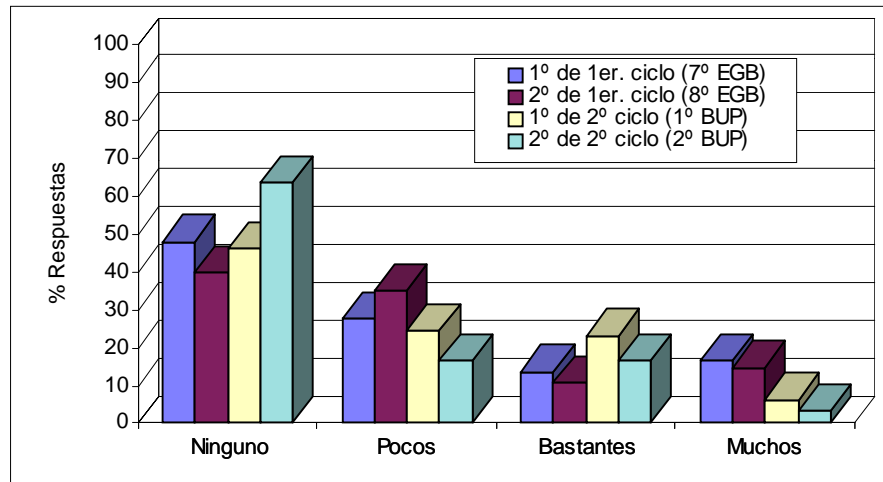


Figura 4. Respuestas por cursos al contenido “Explicaciones de deportes”.



En el análisis del contenido “Clases de Expresión Corporal” encontramos que es un tema poco impartido en los dos ciclos (figura 5).

Figura 5. Respuestas por cursos al contenido “Clases de expresión corporal”.



Las “*calidades físicas*” se trabajan de forma sistemática a lo largo de toda la Secundaria (figura 6). El contenido “Prácticas para mejorar la fuerza de los músculos” se trabaja principalmente en 1º de primer ciclo y en 2º de segundo ciclo (figura 7). La resistencia y velocidad (figura 8 y 9) son aspectos que se trabajan sistemáticamente durante todo el período de la ESO, aunque éstas resaltan en su vertiente práctica, pues cuando el alumnado contesta al contenido de “Resistencia aeróbica” y “Resistencia anaeróbica” (figura 10 y 11) encontramos que no corresponde con la respuesta en el contenido de resistencia y velocidad. La flexibilidad es un contenido que se imparte tanto en primer ciclo como en segundo ciclo (figura 12).

Figura 6. Respuestas por cursos al contenido “Conocimiento de las cualidades físicas”.

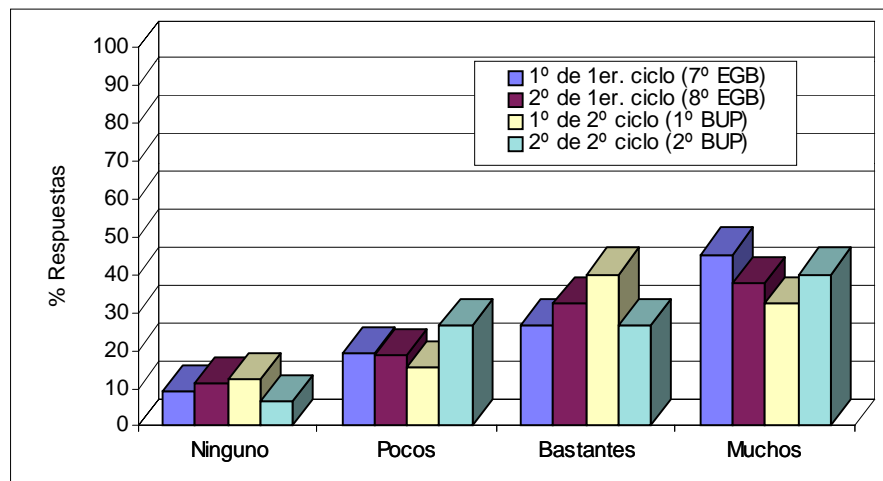


Figura 7. Respuestas por cursos al contenido “Prácticas para mejorar la fuerza de los músculos”.

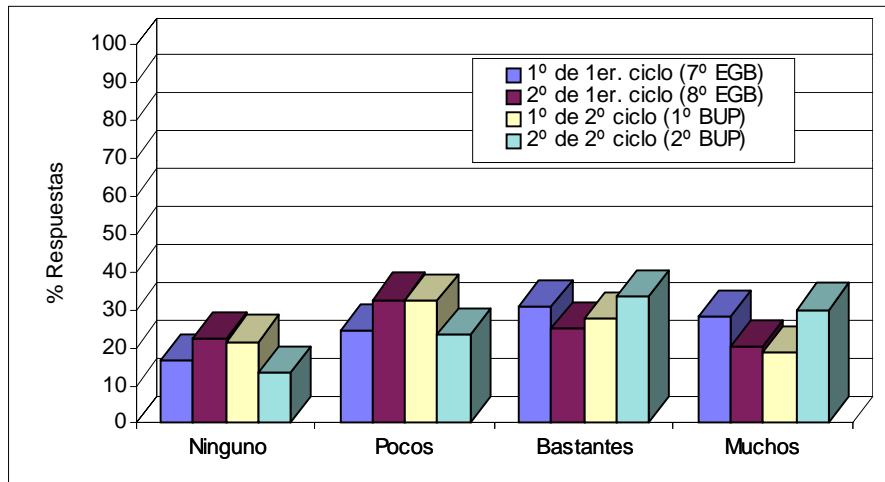


Figura 8. Respuestas por cursos al contenido “Clases donde se trabaja la resistencia”.

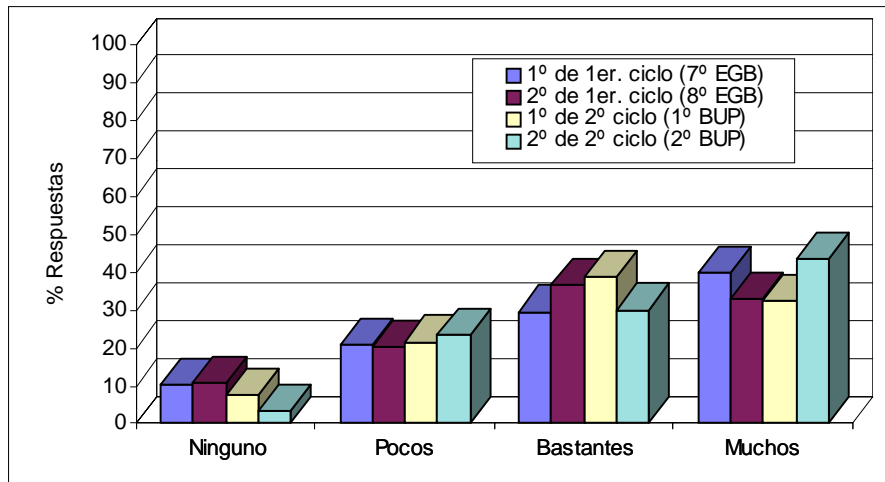


Figura 9. Respuestas por cursos al contenido “Clases donde se mejora la velocidad”.

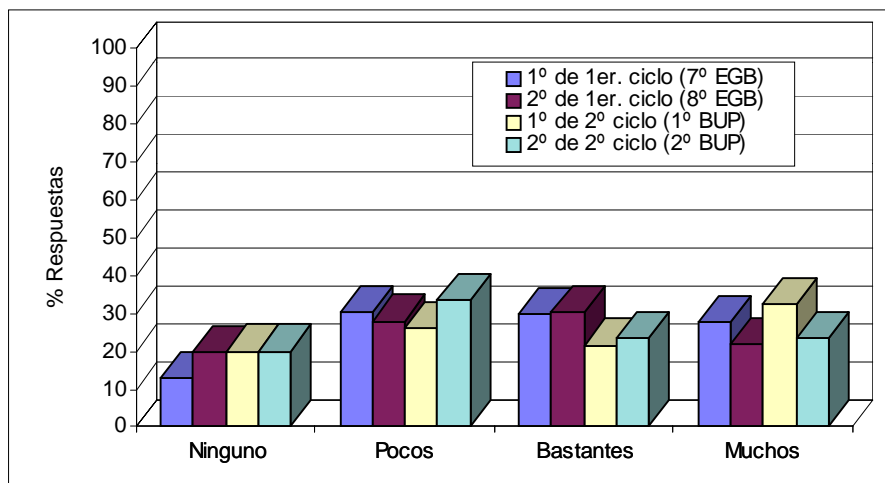


Figura 10. Respuestas por cursos al contenido “Resistencia aeróbica”.

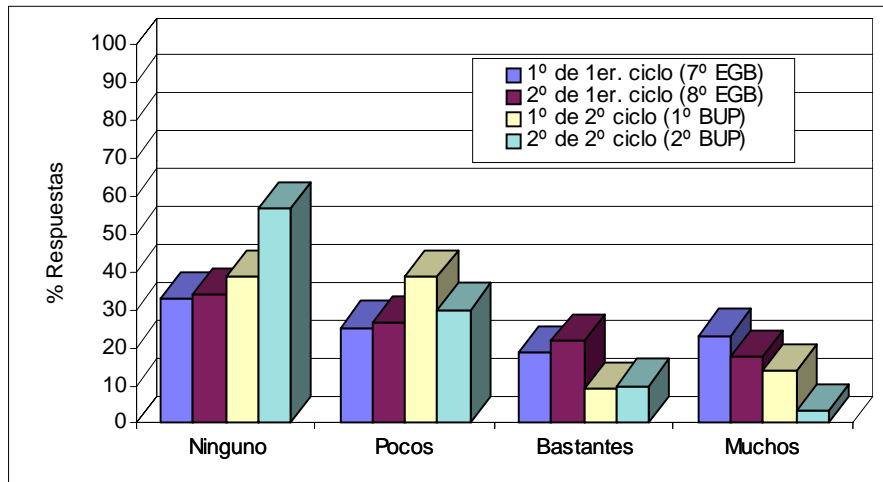


Figura 11. Respuestas por cursos al contenido “Resistencia anaeróbica”.

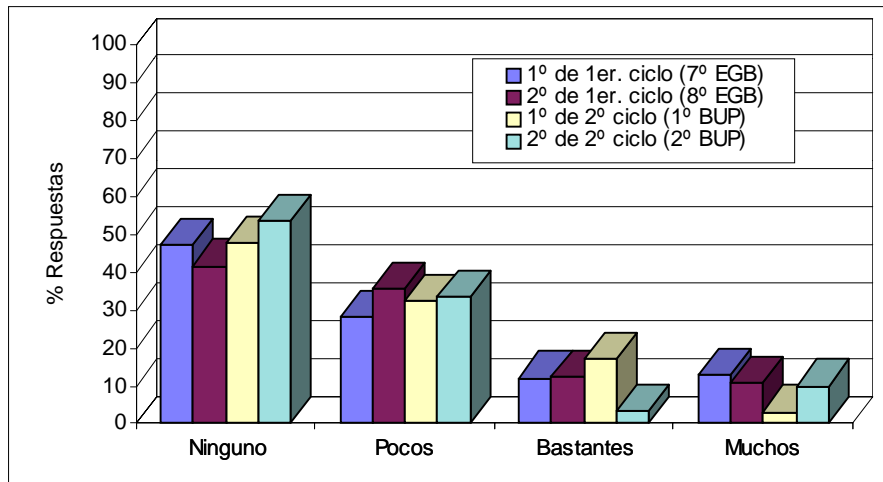
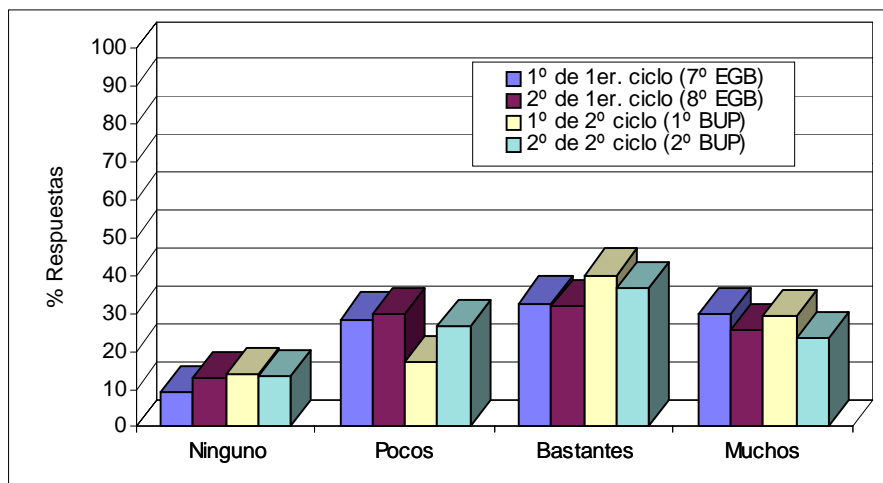
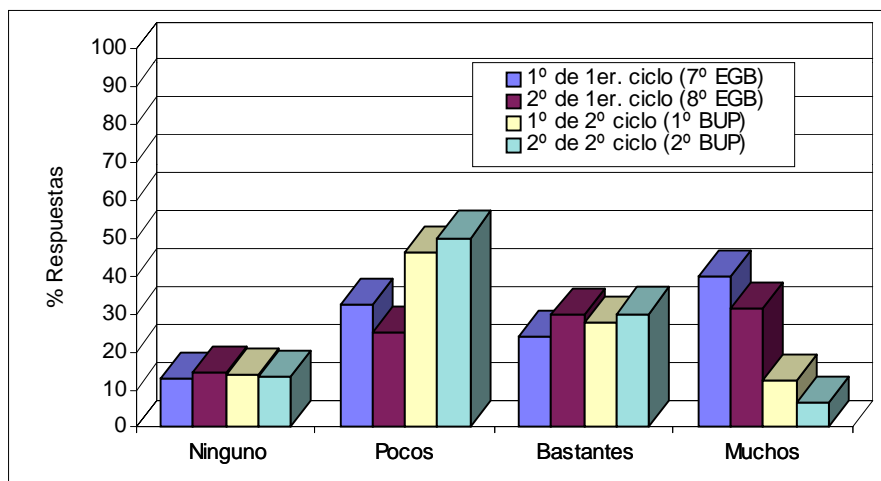


Figura 12. Respuestas por cursos al contenido “Desarrollo de la flexibilidad”.



El alumnado de primer ciclo manifiesta su participación en juegos durante sus clases de E. F. a diferencia del alumnado de segundo ciclo que no disfruta en tal medida de dichos contenidos (figura 13).

Figura 13. Respuestas por cursos al contenido “Clases con juegos”.



Uno de los contenidos que venían arrastrándose desde hace años en la enseñanza de la Educación Física, es el tema referente a “Ejercicios de gimnasia deportiva” y las “Tablas de gimnasia” (figura 14 y 15). Tras la lectura de los datos observamos que éstos están desapareciendo en toda Secundaria, tanto en primer ciclo como en segundo ciclo, aunque todavía queda algún resquicio en los centros.

Figura 14. Respuestas por cursos al contenido “Ejercicios de gimnasia deportiva”.

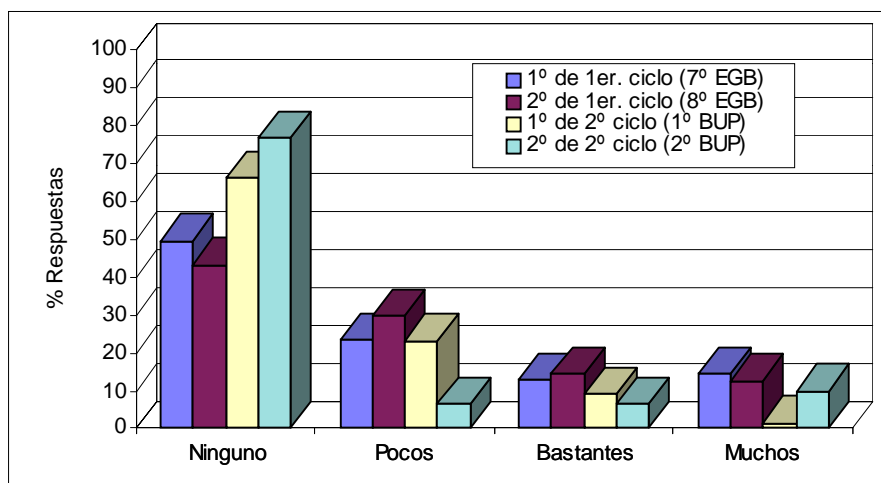
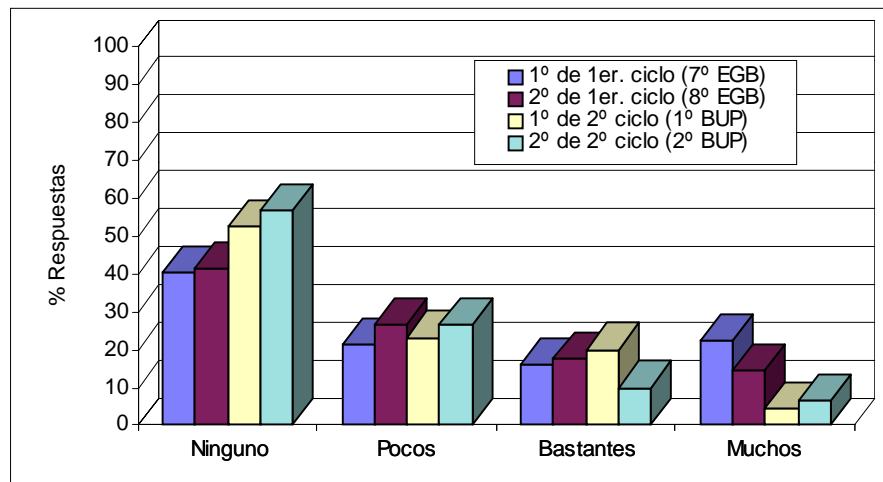


Figura 15. Respuestas por cursos al contenido “Tablas de gimnasia”.



4. CONCLUSIONES

Los análisis efectuados a partir de la muestra analizada nos aportan los siguientes datos resaltables:

- Los contenidos relacionados con el conocimiento del cuerpo humano apenas son tratados en las clases de E. F. a lo largo de la E.S.O., apareciendo, no obstante, una ligera representación en el primer ciclo. Este aspecto se encuentra contemplado en la secuenciación de contenidos que el M.E.C. establece para el primer ciclo de la E.S.O., por lo que consideramos que debe impartirse de forma más continuada.
- A pesar de que estamos convencidos que la actividad física debe tener un carácter potenciador de la salud a lo largo de la escolarización, este espíritu no se ve exactamente correspondido en la práctica diaria de la actividad física ya que, según nos manifiestan los escolares, es en los cursos más bajos, donde únicamente se trabajan estos contenidos de forma más cotidiana, perdiéndose progresivamente a medida que se va pasando de curso.
- Los contenidos relativos a los reglamentos y explicaciones de los distintos Deportes, que según el M.E.C., y por razones lógicas de crecimiento y desarrollo del ser humano, deberían contemplarse prioritariamente en el segundo ciclo, encontramos que la práctica cotidiana nos muestra una mayor presencia de estos contenidos en las clases de E. F. del primer ciclo, a criterio de los escolares.
- La expresión corporal es uno de los contenidos que menos se trabaja en las clases de E. F., tanto en las de primer como de segundo ciclo.
- El conocimiento de las cualidades físicas, como contenido propio de las clases de E. F., se ve potenciado a lo largo de los diferentes cursos de la E.S.O., coincidiendo con el espíritu de las directrices marcadas por el M.E.C.
- Un aspecto a resaltar es la pérdida del interés por el carácter lúdico de la actividad física en el segundo ciclo de la E.S.O., ya que según nos manifiestan los escolares es únicamente en los cursos de primer ciclo donde se contemplan prácticas relacionadas con el juego.
- Coherentes con la dinámica actual de transformación del concepto de la E. F., cada vez se ven menos reflejados en las clases los tradicionales contenidos de gimnasia deportiva y tablas de gimnasia.

Como conclusión general extraída del presente estudio hemos encontrado una cierta correspondencia entre los contenidos impartidos en las clases de E. F. y las directrices marcadas por el M.E.C., observando no obstante impactantes lagunas en el tratamiento de la actividad física como objetivo para alcanzar una vida saludable y una excesiva insistencia sobre los aspectos deportivos en los cursos del primer ciclo.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antúnez, S; del Carmen, L. M.; Imbernón, F.; Parcerisa, A. y Zabala, A. (1993). *Del proyecto educativo a la programación del aula. El qué, el cuándo y el cómo de los instrumentos de la planificación didáctica*. Barcelona: Graó.
- Arnold, P. J. (1981). *Educación Física, movimiento y currículum*. Madrid: Morata.
- Blázquez, D. (1989). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- BOE (1990). Ley Orgánica 1/90 de 3 de Octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE). BOE, nº 238 de Octubre de 1990 (Texto aprobado por el Congreso y Senado (13/IX/1990). Ministerio de Educación y Ciencia.
- BOE (1991a). Decreto 1006/91 por el que establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la educación primaria. BOE, nº 152 de 26 de Junio de 1991.
- BOE (1991b). Decreto 1007/91 por el que establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la educación secundaria obligatoria. BOE, nº 152 de 26 de Junio de 1991.
- Coll, C. (1990). Concepción constructivista del planteamiento curricular. *Cuadernos de Pedagogía*, 188, 14-18.
- Delgado Noguera, M. (1991). *Los Estilos de Enseñanza en la Educación Física*. Granada: I.C.E.
- Flavell, J H. (1982). *La psicología evolutiva de Jean Piaget*. Barcelona: Paidós.
- Gesell, A.; Lig, F. L. y Bates, L. (1987). *El adolescente de 10 a 16 años*. Barcelona: Paidós.
- Maravall, J M. (1984). *La Reforma de la enseñanza*. Barcelona: Laia.
- MEC (1987). *Proyectos para la Reforma de la enseñanza. Educación infantil, primaria, secundaria y profesional. Propuesta para debate*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- MEC (1989). *Diseños curriculares: Infantil, Primaria y Secundaria Obligatoria*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- MEC (1991). *Bachillerato. Estructura y contenidos*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- MEC (1993). *Secuenciación de contenidos de Educación Física en Secundaria*. Madrid: Escuela Española.
- Palacios, J.; Marchesi, A. y Coll, C. (1990). *Desarrollo psicológico y educación, I*. Madrid: Alianza.
- Pieron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.