



**redined**

red de bases de datos  
de información educativa

<http://www.redined.mec.es/>

## **TEXTO BILINGÜE**

---

---

**1ª parte: Versión en lengua española** 

**TEXT BILINGÜE**

---

---

 **2a part: Versió en llengua catalana**

## Apuntes para el siglo XXI

# En torno a la enseñanza de la educación física

El proceso de enseñanza de la educación física consiste básicamente en encontrar medios de ayuda a los educandos para aprender, practicar y formarse. Mediante la enseñanza se articulan experiencias educativas a través de las cuales se pueden incrementar las capacidades, el entendimiento y las actitudes de los alumnos, de tal modo que éstos puedan disfrutar de la experiencia del aprendizaje y de la práctica motora.

La enseñanza de la educación física queda delimitada en gran medida al comportamiento de los profesores de educación física durante su ejercicio profesional. Los profesores realizan habitualmente tareas como programar, presentar, demostrar, preguntar, corregir, motivar, retroinformar, reflexionar, etc., con el fin de ayudar a los alumnos a aprender y a desarrollarse de manera autónoma y, en suma, contribuir al desenvolvimiento eficiente de la personalidad.

La enseñanza de la educación física es eficaz cuando los alumnos asimilan rápidamente aprendizajes cognitivos aplicados al ámbito motriz y desarrollan actitudes positivas acerca de lo que han experimentado, mejorando su autoestima.

A continuación, presentamos doce propuestas sobre la enseñanza de la educación de la física que deben servirnos para sugerir, reflexionar, debatir y, si se considera pertinente, aplicar en el marco de una educación física humanista, emocional y ecológica (que coincidirá con lo social, lo personal y con el entorno medioambiental):

*Para llevar a cabo estos propósitos partiremos de la concepción del niño como **persona inteligente, autónoma y abierta al entorno**, a la que pretendemos ayudar en el proceso de autoestructuración de la personalidad y, de esta manera, mejorar sus niveles de autoestima.*

### ✓ Conocerás la historia motriz de cada uno de los alumnos

Los alumnos y los respectivos grupos que se conforman en las clases de educación física tienen una trayectoria, una historia motriz, que es preciso conocer para poder planificar nuestras propuestas de acuerdo a la realidad motriz del niño y del colectivo. Debemos recabar información de los educadores físicos que ha tenido con anterioridad, acceder a las fichas técnicas, hojas de observación de la lateralidad, calificaciones y otros datos que nos aporten pistas sobre la realidad psicofísica del niño y su evolución.

Sólo después de conocer los antecedentes motrices del niño y del grupo podremos llevar a cabo una definición de objetivos y un programa coherente de actividades.

*¿Cuál es el primer deber del hombre? La respuesta es muy breve: ser uno mismo.*

HENRIK J. IBSEN  
(Dramaturgo noruego, 1828-1906)

*Trata de mejorarte, que es lo único que puedes hacer para mejorar el mundo.*

LUDWIG WITTGENSTEIN  
(Filósofo austriaco, 1889-1951)

### ✓ Identificarás sus necesidades e intereses y definirás un objetivo

En base a los principios de atención a la heterogeneidad, la diversidad y a los fundamentos de la enseñanza individualizada, es preciso contactar con el niño (y el grupo) para diagnosticar sus necesidades y conocer sus intereses. El interés ligado a la necesidad consciente es el verdadero motor que moviliza la voluntad de nuestros alumnos. Si planteamos sesiones de educación física que responden a las necesidades de nuestros alumnos, el éxito de participación cualitativa está asegurado.

Al contrario que la educación física más tradicional que trabaja simultáneamente con varios objetivos en una sola sesión, aquí sugerimos la elección de un único objetivo de trabajo que será compatible con el área de necesidades e intereses identificada y pactada previamente con los alumnos.

### ✓ Adaptarás la clase al nivel de conocimiento, desarrollo motriz y tono emocional de los alumnos

Debemos ajustarnos al nivel, intereses y necesidades de nuestros alumnos. Los contenidos a desarrollar y la dinámica a emplear dependerán del nivel cognitivo y de su desarrollo motriz, estableciendo pequeños grupos de trabajo para favorecer la dinámica interna de trabajo con un buen clima afectivo y un nivel homogéneo para todos los componentes de ese grupo.

### ✓ Estimularás en los alumnos la búsqueda activa de información

Se ha estudiado recientemente que transmitimos un exceso de información a los alumnos creándoles situaciones de embotamiento y confusión. Es necesario dosificar la información que proporcionamos estimulando que sean los alumnos los que en el transcurso del quehacer psicomotor soliciten activamente la información al profesor para poder seguir adelante.

### ✓ Promoverás numerosas experiencias, muy variadas, en distintos medios físicos y en diversas circunstancias

Con el fin de desarrollar el potencial motriz que cada individuo lleva dentro de sí y lograr la máxima disponibilidad motriz, proponemos que el alumno sea el auténtico protagonista del proceso, autogestionando su práctica y viviendo activamente sus experiencias motrices de forma satisfactoria.

Proponemos sesiones en las que se lleven a cabo múltiples experiencias, muy variadas entre sí, desarrolladas en distintos medios físicos y en condiciones emocionales y fisioló-

gicas dispares. En las primeras etapas no promovemos la automatización de destrezas y habilidades, este paso sólo lo llevaremos a cabo a partir de la conformación polivalente de las funciones y capacidades coordinativas (a partir de los 9 años).

✓ **Favorecerás dinámicas para el desarrollo de respuestas proyectivas, imaginativas y creativas**

El paso paulatino y progresivo de procesos directivos a no directivos favorece la autonomía motriz y la espontaneidad motriz lo que contribuye al incremento de respuestas proyectivas (en detrimento de las adaptativas, propias de la pedagogía del modelo) que constituyen la antesala de las respuestas más imaginativas y cualitativas del ser humano: la creatividad.

Los requisitos básicos para que un acto motor sea creativo son los siguientes: a) Que el entorno no influya en la decisión tomada (el individuo está relativamente aislado); b) Sólo debe prevalecer la intencionalidad del individuo; c) La ejecución debe suponer una acción motriz nueva para el individuo, o sea un movimiento nuevo que nunca antes había realizado.

✓ **Potenciarás el desempeño de la capacidad de decisión motriz en diversas situaciones de competencia, dificultad, complejidad, riesgo o fatiga**

A pesar de la importancia que tiene para el ser humano el mecanismo decisorio poco podemos saber de él de una manera directa, mediante las manifestaciones del mecanismo efector podremos conocer algunos aspectos de su actuación. Sin embargo para que el movimiento propuesto sea inteligente resulta imprescindible la participación inequívoca del mecanismo decisorio.

Recomendamos plantear situaciones motrices que requieran la participación activa de la capacidad de decisión del alumno en diversas situaciones y con distintas cargas emocionales y afectivas. Todos los procesos automatizados del movimiento provocan un cortocircuito en el proceso de elaboración de respuestas de la función coordinativa, marginando la participación del mecanismo de decisión motriz.

✓ **Plantearás procesos cada vez menos directivos e incentivarás la capacidad de reflexión individual mediante la observación y autoobservación**

En el proceso de formación del ser inteligente, contemplamos el trabajo de la función correspondiente al sistema introyectivo, es decir la capacidad que posee el individuo de pensar que está pensando, de ir hacia uno mismo para poder modificarse.

Promovemos el proceso de realización de tareas que resulten para el alumno una experiencia motriz racionalizada e interiorizada que provoque, mediante procesos de observación y autoobservación, una reconocimiento de la experiencia sentida y una reflexión sobre los resultados obtenidos en relación a las metas propuestas.

✓ **Desarrollarás en las clases un clima de tolerancia, afectividad y confianza**

Si el entorno afectivo y emocional de las sesiones de educación física no es adecuado no podremos asumir los objetivos fijados. El alumno necesita confianza para poder desarrollar adecuadamente su potencial motor, debe trabajar en

pequeños grupos en un clima de colaboración y comprensión y debe confiar en sus compañeros como elementos que le proporcionarán ayuda e información. El profesor debe ser más un cómplice que una figura autoritaria, en situaciones de bloqueo suministrará a los alumnos la información precisa para seguir adelante.

La tolerancia ante los distintos niveles de aptitud motriz de los alumnos o ante las distintas capacidades y predisposiciones de los miembros del otro sexo (o de otro grupo socio-cultural), así como un entorno afectivo que genere confianza y desinhibición son imprescindibles para lograr el nivel de conductas motrices solicitado.

✓ **Mostrarás a los alumnos procesos y estrategias para que gestionen y evalúen sus aprendizajes y conductas motrices**

Mediante un constante proceso de autonomía personal, el alumno aprende a razonar, experimentar, reflexionar y evaluar sus propias vivencias que le deben llevar a un proceso de autogestión y de autoestructuración de la personalidad.

En consecuencia el profesor debe traspasar progresivamente el control y la responsabilidad del proceso de enseñanza/aprendizaje a los propios alumnos. Esta tarea deben asumirla con total independencia y la llevarán a cabo a lo largo de toda su vida.

✓ **Conectarás la educación física con otras materias y conocimientos del ciclo escolar correspondiente**

Es preciso no quedarse aislado del contexto escolar ni del resto del sistema educativo, por lo que planteamos una enseñanza globalizadora e interrelacionada con las materias de las otras áreas de currículum académico.

Con el fin de no perder de vista la educación integral del alumno debemos contribuir, a través de nuestras herramientas, al completo desarrollo de su personalidad y ayudarle a encajar adecuadamente en el contexto social.

✓ **Todos somos alumnos. Educar a los alumnos es educarnos a nosotros mismos**

No existen alumnos clónicos, cada alumno es diferente y requiere un trato singular. También los profesores somos distintos aunque impartamos la misma materia con los mismos objetivos y temarios, pero el profesor es un modelo que transmite básicamente ideología, sentimientos o estilos más que contenidos. Ese es nuestro auténtico legado.

En este proceso todos somos alumnos, los profesores y los niños, los educadores debemos dedicar a la educación tiempo de calidad y dar un buen ejemplo personal que es el verdadero valor que perciben los educandos; los alumnos se nos muestran tal como son y nos enseñan constantemente, lo que exige del educador una autoeducación permanente. Educar a los alumnos es educarnos a nosotros mismos.

*Como síntesis de la docena de propuestas podríamos condensarlas en una: Procurarás comprender a tus alumnos, te pondrás en su situación, te anticiparás a sus necesidades y buscarás maneras de ayudarlos.*

*Colaborando en la mejora de tus alumnos, contribuirás en la mejora de nuestro mundo.*

Javier Olivera Betrán

## Apunts per al segle XXI

# Al voltant de l'ensenyament de l'educació física

El procés d'ensenyament de l'educació física consisteix bàsicament a trobar els mitjans per ajudar els educands per aprendre, practicar i formar-se. Mitjançant l'ensenyament s'articulen experiències educatives a través de les quals es poden augmentar les capacitats, l'enteniment i les actituds dels alumnes, de tal manera que aquests poden gaudir de l'experiència de l'aprenentatge i de la pràctica motora.

L'ensenyament de l'educació física queda delimitat sobretot pel comportament dels professors d'educació física, durant el seu exercici professional. Els professors realitzen habitualment tasques com ara programar, presentar, demostrar, preguntar, corregir, motivar, retroinformar, reflexionar, etc., per tal d'ajudar els alumnes a aprendre i a desenvolupar-se de manera autònoma i, en definitiva, contribuir al desenvolupament eficient de la personalitat.

L'ensenyament de l'educació física és eficaç quan als alumnes assimilen ràpidament aprenentatges cognitius aplicats a l'àmbit motriu, desenvolupen actituds positives gràcies a les experiències viscudes, i milloren la seva autoestima.

A continuació, presentem dotze propostes sobre l'ensenyament de l'educació física que han de servir-nos per a suggerir, reflexionar, debatre i, si es considera pertinent, aplicar-les en el marc d'una educació física humanista, emocional i ecològica (que coincidirà amb l'aspecte social, personal i amb l'entorn mediambiental):

*Per dur a terme aquests propòsits partirem de la concepció del nen com persona intel·ligent, autònoma i oberta a l'entorn, a la qual pretenem ajudar en el procés d'autoestructuració de la personalitat i, d'aquesta manera, millorar els seus nivells d'autoestima.*

### ✓ Coneixeràs la història motriu de cada un dels alumnes

Els alumnes i els respectius grups que es conformen a les classes d'educació física tenen una trajectòria, una història motriu, que cal conèixer per poder planificar les nostres propostes, d'acord amb la realitat motriu del nen i del col·lectiu. Hem de cercar informació dels educadors físics que ha tingut anteriorment, accedir a les fitxes tècniques, els fulls d'observació de la lateralitat, les qualificacions i altres dades que ens puguin orientar sobre la realitat psicofísica del nen i la seva evolució.

Només després de conèixer els antecedents motrius del nen i del grup podrem dur a terme una identificació d'objectius i un programa d'activitats coherent.

*Quin és el primer deure de l'home? La resposta és molt breu: ser ell mateix.*

HENRIK J. IBSEN  
(Dramaturg noruec, 1828-1906)

*Tracta de millorar-te: és l'única cosa que pots fer per millorar el món.*

LUDWIG WITTGENSTEIN  
(Filòsof austríac, 1889-1951)

### ✓ Identificaràs les seves necessitats i interessos i definiràs un objectiu

Basant-nos en els principis d'atenció a l'heterogeneïtat, la diversitat i els fonaments de l'ensenyança individualitzada, cal contactar amb el nen (i el grup) per a diagnosticar-ne les necessitats i conèixer els seus interessos. L'interès lligat a la necessitat conscient és el vertader motor que mobilitza la voluntat dels nostres alumnes. Si plantejem sessions d'educació física que responen a les necessitats dels nostres alumnes, l'èxit de participació qualitativa està assegurat.

Al contrari que l'educació física més tradicional que treballa simultàniament amb diversos objectius en una sola sessió, aquí suggerim l'elecció d'un únic objectiu de treball que serà compatible amb l'àrea de necessitats i interessos, identificada i pactada prèviament amb els alumnes.

### ✓ Adaptaràs la classe al nivell de coneixement, desenvolupament motriu i to emocional dels alumnes

Hem d'ajustar-nos al nivell, interessos i necessitats dels nostres alumnes. Els continguts a desenvolupar i la dinàmica que es farà servir dependran del nivell cognitiu i del seu desenvolupament motriu; establiren petits grups de treball per afavorir la dinàmica interna de treball amb un bon clima afectiu i un nivell homogeni per a tots els components d'aquest grup.

### ✓ Estimularàs en els alumnes la recerca activa d'informació

Estudis recents, demostren que transmetem un excés d'informació als alumnes i creem situacions d'enfargegament i confusió. És necessari dosificar la informació que proporcionem, estimulants que siguin els alumnes els qui en el transcurs del treball psicomotor sol·liciten activament la informació al professor per poder seguir endavant.

### ✓ Promouràs nombroses experiències, molt variades, en diferents medis físics i en diverses circumstàncies

Per tal de desenvolupar el potencial motriu que cada individu porta dins d'ell mateix i aconseguir la màxima disponibilitat motriu, proposem que l'alumne sigui l'autèntic protagonista del procés, autogestionant la seva pràctica i interioritzant activament les seves experiències motrius de forma satisfactòria.

Proposem sessions on es duguin a terme múltiples experiències, molt variades entre elles, desenvolupades en diferents medis físics i en condicions emocionals i fisiològiques

dispars. En les primeres etapes no promovem l'automatització de destreses i habilitats, aquest pas només el durem a terme a partir de la conformació polivalent de les funcions i capacitats coordinatives (a partir dels 9 anys).

✓ **Afavoriràs dinàmiques per al desenvolupament de respostes projectives, imaginatives i creatives**

El pas lent i progressiu de processos directius a no directius afavoreix l'autonomia motriu i l'espontaneïtat motriu, cosa que contribueix a l'increment de respostes projectives (en detriment de les adaptatives, pròpies de la pedagogia del model) que constitueix la l'avantsala de les respostes més imaginatives i qualitatives de l'ésser humà: la creativitat.

Els requisits bàsics perquè un acte motor sigui creatiu són els següents: a) que l'entorn no influeixi en la decisió presa (l'individu està relativament aïllat); b) només ha de prevaler la intencionalitat de l'individu; c) l'execució ha de suposar una acció motriu nova per a l'individu, és a dir, un moviment nou que mai no havia realitzat abans.

✓ **Potenciaràs el desenvolupament o l'exercitació de la capacitat de decisió motriu en diverses situacions de competència, dificultat, complexitat, risc o esgotament**

Malgrat la importància que té per a l'ésser humà el mecanisme decisorí poc en podem conèixer d'una manera directa, mitjançant les manifestacions del mecanisme efector podrem entendre alguns aspectes de la seva actuació. Però perquè el moviment proposat sigui intel·ligent resulta imprescindible la participació inequívoca del mecanisme decisorí.

Recomanem plantejar situacions motrius que requereixin la participació activa de la capacitat de decisió de l'alumne en diverses situacions i amb diferents càrregues emocionals i afectives. Tots els processos automatitzats del moviment provoquen un curtcircuit en el procés d'elaboració de respostes de la funció coordinativa, i marginen la participació del mecanisme de decisió motriu.

✓ **Plantejaràs processos cada cop menys directius i incentivaràs la capacitat de reflexió individual mitjançant l'observació i l'autoobservació**

En el procés de formació de l'ésser intel·ligent, contemplem el treball de la funció corresponent al sistema introjectiu, és a dir, la capacitat que té l'individu de pensar que està pensant, d'anar cap a ell mateix per poder-se modificar.

Promovem el procés de realització de tasques que resulten per a l'alumne una experiència motriu relacionada i interioritzada que provoqui, mitjançant processos d'observació i autoobservació, una reconeixement de l'experiència sentida i una reflexió sobre els resultats obtinguts en relació a les fites proposades.

✓ **Desenvoluparàs en les classes un clima de tolerància, afectivitat i confiança**

Si l'entorn afectiu i emocional de les sessions d'educació física no és adequat no podrem assumir els objectius fixats. L'alumne necessita confiança per a poder desenvolupar adequadament el seu potencial motor, ha de treballar en petits grups en un clima de col·laboració i comprensió i ha de con-

fiar en els seus companys com un element que li proporcionarà ajut i informació. El professor ha de ser més un còmplice que una figura autoritària, en situacions de bloqueig subministrarà als alumnes la informació necessària per a seguir endavant.

La tolerància davant dels diferents nivells d'aptitud motriu dels alumnes o davant de les diferents capacitats i predisposicions dels membres de l'altre sexe (o d'un grup socio-cultural), així com un entorn afectiu que generi confiança i desinhibició són imprescindibles per aconseguir el nivell de conductes motrius sol·licitat.

✓ **Mostraràs als alumnes processos i estratègies per què gestionen i avaluin els seus aprenentatges i conductes motrius**

Mitjançant un constant procés d'autonomia personal, l'alumne aprèn a raonar, experimentar, reflexionar i avaluar les seves pròpies vivències, que l'han de dur a un procés d'autogestió i d'autoestructuració de la personalitat.

En conseqüència el professor ha de traspassar progressivament el control i la responsabilitat del procés d'ensenyament/aprenentatge als mateixos alumnes. Aquesta tasca han d'assumir-la amb total independència i la duran a terme tot al llarg de la seva vida.

✓ **Connectaràs l'educació física amb altres matèries i coneixements del cycle escolar corresponent**

Cal no quedar-se aïllat del context escolar ni de la resta del sistema educatiu, per això plantejarem un ensenyament globalitzat i interrelacionat amb les matèries de les altres àrees del currículum acadèmic.

Per tal de no perdre de vista l'educació integral de l'alumnat hem de contribuir, a través de les nostres eines, a la completa formació de la seva personalitat i ajudar-lo a encaixar adequadament en el context social.

✓ **Tots som alumnes. Educar als alumnes és educar-nos nosaltres mateixos**

No existeixen alumnes clònics, cada alumne és diferent i requereix un tracte singular. També els professors som diferents malgrat que impartim la mateixa matèria amb els mateixos objectius i temaris, però el professor és un model que transmet bàsicament ideologia, sentiments o estils més que continguts. Aquest és el nostre autèntic llegat.

En aquest procés tots som alumnes, els professors i els nens, els educadors hem de dedicar a l'educació temps de qualitat i donar un bon exemple personal que és el vertader valor que perceben els educands; els alumnes se'ns mostren tal com són i ens ensenyen constantment, allò que exigeix de l'educador una autoeducació permanent. Educar als alumnes és educar-nos nosaltres mateixos.

*Com a síntesi de la dotzena de propostes podríem condensar-les en una: Procuraràs comprendre els teus alumnes, et posaràs en la seva situació, t'anticiparàs a les seves necessitats i cercaràs maneres d'ajudar-los.*

*Col·laborant en la millora dels teus alumnes, contribuiràs en la millora del nostre món.*

Javier Olivera Betrán