

LA EDUCACIÓN FÍSICA, APOYO DE LAS GRANDES CAPACIDADES.

Ana Martín Maoño, Naira Sanz Vilches, Garbiñe Urbieta, Jesús M.
López Zapatero.

Grupo de trabajo de EF del IES. Ricardo Bernardo, Solares.
Cantabria.



PSIKOMOTRIZITATE PRAKTIKAKO
ESKOLA INTERNAZIONALA
ESCUELA INTERNACIONAL
DE PRÁCTICA PSICOMOTRIZ

PEI-EIP

LA EDUCACIÓN FÍSICA, APOYO DE LAS GRANDES CAPACIDADES.

Ana Martín Maoño, Naira Sanz Vilches, Garbiñe Urbieta, Jesús M. López Zapatero. Grupo de trabajo de EF del IES. Ricardo Bernardo, Solares. Cantabria.

En otros artículos hemos hablado de la razón, el porqué, de la necesidad de la Educación Física (EF). En esencia, comentábamos que *educando* a través del movimiento, o mientras desarrollamos el movimiento -desde la “cultura motriz” **dinámicamente** transmitida y vivenciada-, *apoyamos el desarrollo de las otras llamadas “grandes capacidades”*: *emocional, cognitiva, interpersonal, social; para, de esta forma, **ayudar** al alumnado a formar parte de una ciudadanía libre, comprometida con los valores éticos, responsable, con capacidad para desenvolverse en la complejidad del entorno y de la colectividad que le toque vivir, y haciéndolo de forma digna.*

Hoy vamos a tratar de desarrollar de manera breve cómo incide el desarrollo de la capacidad motriz en las capacidades que hemos señalado en el párrafo anterior. Es decir, el proceso de enseñanza de esta capacidad, la motriz, en qué **ayuda** (es decir, *apoya*) al proceso de crecimiento, o madurez, de esas otras capacidades.

En primer lugar, comentar que, como ya se explicó, el cuerpo es uno y global; por lo tanto, todo en él está interconexionado. Por eso, ahora, para una mejor explicación, pensamos que es conveniente discernir, separar las facetas en el análisis, para una fácil comprensión.

En las sesiones de EF, sobre todo en su práctica (juegos, deportes, bailes, circuitos, equilibrios, etc., individual, grupo o equipo), se dan situaciones de diferente complejidad que les llevan a tener que utilizar en la mayoría de los momentos, además de la capacidad motriz –lo esencial en la asignatura-, el resto de grandes capacidades.

Empezamos con una faceta primordial que lo atraviesa todo, o que está presente de forma casi permanente en nuestras conductas, también en las motrices: lo **emocional**. Las sesiones de EF están llenas de momentos de incertidumbre y cambio que derivan en circunstancias donde las emociones se dan; desde lo sentido, pueden comunicarse o no, pero están. Situaciones de cierta inseguridad, de miedos, de confianza; situaciones para la alegría, la tristeza, la ira, el rechazo, el afecto, la envidia, etc. Situaciones de conflicto (más o menos importantes) que requieren de capacidades que tienen que ver con la educación emocional si quieren ser resultas y, a su vez, que a través de un acertado tratamiento pedagógico (individual, o en grupo) que se dé desde o junto a lo motriz para la resolución de dichos conflictos, esa educación se va desarrollando.

Otra de las grandes capacidades es la **cognitiva**. En las sesiones de EF, empezando por el lenguaje de comunicación oral y escrita que les sirve para la preparación y realización de las acciones, explicando, dialogando, analizando, leyendo, definiendo, escribiendo; y siguiendo por las situaciones casi permanentes que les requiere puestas de acuerdo, análisis de situaciones, resolución de problemas, interpretación de propuestas y posibilidades, etc.

También un tipo de relación anatómica y fisiológica consigo mismo, relación con lo propioceptivo, con su esquema y su imagen corporal, con las posibilidades equilibradas de lo físico-motriz, etc., que ayuda al conocimiento de sí desde el plano de cómo funciona una parte esencial de nuestra salud.

Otra gran capacidad que se trabaja con asiduidad en las sesiones de EF es la de **relación interpersonal**. Son múltiples los momentos donde es necesario compartir con los demás, cooperar y ayudarse en situaciones diversas o en trabajo de equipo; se ha de elegir y decidir, resolver, llegar a acuerdos. Se aprende a salir de uno mismo -porque hay otros que demandan, necesitan, dan-, a ponerse en su lugar -la empatía-; en definitiva, se ha de participar, elaborando proyectos para sí, el equipo o el grupo; y desde todo lo anterior, respetando la norma consensuada que nos da equilibrio y regula -límites- las interacciones fundamentales de la convivencia en la AF (y en la vida). Pero también en otros aspectos menos específicos como recoger o sacar el material, en la organización permanente de diferentes momentos y para diversas actividades. Etc.

Por último, la capacidad de **actuación e inserción social**. Un aspecto esencial para que se dé la complementariedad con la anterior faceta. En las sesiones de EF se dan un montón de posibilidades para que surja y posibilite el desarrollo de esta capacidad. Si pensamos en muchas de las propuestas de las diferentes actividades, pensamos que a través de ellas, por ejemplo, hay momentos para la integración, para ver con quién y cómo lo hace, cuándo se queda solo y por qué, quién es el elegido o el relegado, quién dirige, cómo se agrupan, etc.. Todo ese cúmulo de preguntas y observaciones se recogen y se trabajan pedagógicamente, con el fin de desarrollar permanente y transversalmente estas capacidades, mientras las propuestas específicas de la EF se van trabajando.

Es importante señalar que en la EF -cuerpo y movimiento como ejes-, a través de este lenguaje motriz (principal, pero no único), para poder lograr estas ayudas al crecimiento global que comentamos, se trabaja de forma **integral u holística** como se ha explicado, por supuesto, pero lo hace también de forma **motivadora**, porque se vincula al contexto (utilizando no sólo culturas motrices actuales, sino también clásicas), se transfiere y se adapta a las posibilidades de la vida y se hace funcional; de forma **reflexiva**, sin coartar lo intuitivo ni lo espontáneo, pero sin caer en lo mecánico que no repara en el porqué, ni en el para qué; de forma **dinámica**, con la evolución y progreso que los tiempos demandan, pero sin la ávida inmediatez, ni el peligro del recurso de usar y tirar que da la llamada “modernidad



líquida”; y de forma **ética**, con la virtud y la razón como premisas para el bien individual y común, en base a los democráticos valores de los derechos humanos.