
**LAS PRÁCTICAS ESCOLARES DE LOS EDUCADORES FÍSICOS.
LA PERSPECTIVA COMPRENSIVA EN LA INVESTIGACIÓN EDUCATIVA.**



Programa de Apoyo a Proyectos de Investigación e Innovación Tecnológica (PAPIIT)
IN400411-2

COMITÉ EDITORIAL

Concepción Barrón Tirado
Ana Hirsh Adler
Juan Martín López Calva
Rodrigo López Zavala
Judith Pérez-Castro
Juan Manuel Piña Osorio
Claudia Pontón Ramos

**LAS PRÁCTICAS ESCOLARES
DE LOS EDUCADORES FÍSICOS.
LA PERSPECTIVA COMPRENSIVA
EN LA INVESTIGACIÓN EDUCATIVA**

Hilda Berenice Aguayo Rousell



Primera edición: 2013

© Hilda Berenice Aguayo Rousell

© Ediciones Díaz de Santos

Reservados todos los derechos.

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

Ediciones D. D. S. México

Elisa 161, Col. Nativitas, C. P. 03500

Delegación Benito Juárez, México, D. F.

jnicasio@diazdesantosexico.com

<http://www.diazdesantosexico.com.mx/>

Ediciones Díaz de Santos

C/ Albasanz 2, 28037, Madrid, España

ediciones@diazdesantos.es

<http://www.diazdesantos.es/>

ISBN: 978-84-9969-453-8

Corrección ortográfica y de estilo: Adriana Guerrero Tinoco.

Diseño de portada e interiores: Aarón González Cabrera.

Fecha de edición: junio de 2013.

Impreso y hecho en México.

*Al Dr. Antonio Márquez Mora.
Ejemplo de sabiduría y fortaleza espiritual*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	11
LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA PERSPECTIVA DE LA EDUCACIÓN INTEGRAL	17
SOBRE EL MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	67
COMPRENDER LAS PRÁCTICAS DE LOS DOCENTES EN EL PATIO ESCOLAR. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN EMPÍRICA	105
CONCLUSIONES	187
BIBLIOGRAFÍA	189

INTRODUCCIÓN

Esta investigación tiene su origen en mi formación inicial como profesora de Educación Física y posteriormente como docente en la asignatura Metodología de la Investigación y Seminario de Tesis en la Escuela Superior de Educación Física por más de 20 años. Durante este tiempo, me ha preocupado cómo se imparte la clase de Educación Física en las escuelas de educación básica, las características de las prácticas escolares, los procesos de formación de los docentes y el poco reconocimiento profesional de un campo educativo que es fundamental y prioritario para la salud y calidad de vida de las personas. Mientras que el discurso oficial señala reiteradamente la necesidad de la actividad física en los escolares y el incremento en la cobertura del servicio, así como mayor inversión en la formación de los docentes, basta con observar lo que pasa en las escuelas para comprender que la realidad muestra una cara totalmente diferente.

No todas las escuelas pertenecientes al nivel de educación básica —preescolar, primaria y secundaria— tienen asignado profesor de Educación Física. Aquellas que sí cuentan con el servicio, en muchos casos sólo alcanzan una clase a la semana y en algunos casos dos, lo que equivale a 90 minutos, aproximadamente, cada semana. Si ello se contrasta con el número de horas que el escolar pasa sentado ante el televisor o en situaciones de inmovilidad y sedentarismo, se entenderá el origen y la dimensión del problema. En las escuelas secundarias la clase está incorporada curricularmente como asignatura obligatoria, por lo cual se imparten dos sesiones de 50 minutos a la semana para los adolescentes, quienes por las características de sus cambios corporales requieren mayor tiempo de actividad física.

La Educación Física, como campo disciplinario y como espacio para la adquisición de conocimientos, ocupa un lugar complementario en el currículum escolar y en las prioridades de las autoridades educativas.

Es notoria la falta de reconocimiento social y profesional hacia este campo de conocimiento. Muchos factores han contribuido para tal situación: la prominencia de la cultura académica sobre la cultura física; la carencia de hábitos de actividad física en la población; el desconocimiento de la importancia de la actividad física en la calidad de vida de las personas y en la prevención del sedentarismo y, finalmente, el papel fundamental del ejercicio físico para contrarrestar el sobrepeso, la obesidad y enfermedades crónico-degenerativas como diabetes, hipertensión arterial, cáncer y algunos padecimientos del corazón.

La adquisición de hábitos para la práctica de las actividades físicas se inicia en la vida familiar y escolar. En la escuela, es el docente de Educación Física el responsable de proporcionar a los alumnos educación corporal a través de la práctica de actividades motrices. El conocimiento y aceptación de su cuerpo; el desarrollo de habilidades motoras; el incremento de su capacidad orgánica y funcional son algunos de los objetivos prioritarios de la disciplina. Es el educador físico el factor principal para que el alumno desarrolle experiencias agradables con respecto a la actividad física; o por el contrario, adopte actitudes de indiferencia y rechazo hacia el ejercicio. Las vivencias corporales adquiridas en la niñez, el alumno las aprehende y determinan sus experiencias motrices para toda la vida.

Cuando en la escuela el docente desarrolla su trabajo con profesionalismo, el niño satisface sus necesidades de movimiento experimentando placer e inclinación hacia la práctica de las actividades físicas, actitudes que se prolongarán durante toda su vida. Piéron (1999), en sus trabajos de investigación sobre las implicaciones de los profesores de Educación Física en el compromiso motor, demostró que uno de los objetivos más importantes de la asignatura es desarrollar en los alumnos el deseo de continuar realizando actividades físicas de manera sistemática, aun cuando haya concluido el ciclo escolar y con ello la obligatoriedad de éstas. Esta actitud “sólo se desarrolla si el alumno la ha practicado con éxito y si esta práctica se ha efectuado de forma agradable, en un clima de apoyo y ánimo por parte del profesor” (Piéron, 1999: 89). Poco a poco, he ido reconociendo esta situación de escasa valoración social más como producto de lo que hace el profesor durante las clases en el patio

y de su desempeño profesional, que como mala voluntad de las autoridades y de la sociedad en general, tratando de entender la condición de las prácticas de los docentes como el punto crucial de la problemática.

El propósito al realizar esta investigación fue acercarse al conocimiento de lo que ocurre en la escuela, específicamente a las prácticas escolares de los educadores físicos, por considerar que éstas inciden de manera determinante en la problemática del campo profesional. Durante el desarrollo del trabajo empírico y en el contacto con alumnos y profesores, se advirtió que profundizar en los problemas que día con día se viven en las escuelas, permite comprender situaciones que no es viable entender desde una posición ajena al contexto. Las prácticas de los educadores físicos están atravesadas por múltiples factores, como la política educativa nacional y regional, las condiciones de trabajo profesional, el perfil de los docentes, los contenidos de los planes y programas de estudio, las expectativas personales, que al conjugarse permean y dan forma al trabajo del profesor en el patio escolar.

El trabajo se ubica en la tradición interpretativa de las ciencias sociales, “interesadas en comprender la realidad social a partir de la vida cotidiana de la gente común” (Tarrés, 2004: 23), y recupera el enfoque cualitativo de la investigación, que pretende construir interpretaciones para la comprensión de sentidos, sustentadas en evidencias empíricas analizadas desde la teoría. El enfoque comprensivo permitió situar las acciones que se realizan en el patio como cualidades de los fenómenos empíricos, que nos revelan la complejidad del mundo social que los investigadores tratamos de comprender, para, a la vez, intentar contárselo a otros (Eisner, 1998). Entender el sentido de las prácticas de los educadores físicos en el patio y en las escuelas para estar en posibilidades de comunicárselo a los demás. Como argumenta Eisner al respecto:

[...] es importante intentar entender cómo funcionan los profesores y las aulas antes de repartir recomendaciones para el cambio... gran parte de lo que se ha sugerido a los profesores y administradores de escuela se ha propuesto de forma independiente del contexto y, a menudo, por personas que desconocían las prácticas que intentaban mejorar (Eisner, 1998: 28).

Durante el desarrollo de la investigación, una preocupación constante fue el reto de construir un trabajo cualitativo válido y confiable, para que los resultados fueran dignos de confianza. Se buscó el manejo riguroso de los datos y de la interpretación, a fin de no impregnar los resultados con prejuicios y creencias. Después de varios meses de trabajo intentando construir un texto interpretativo, el contenido quedó estructurado de la siguiente manera:

El capítulo I, denominado “La Educación Física en la perspectiva de la educación integral”, inicia con el análisis del sentido de las prácticas corporales y la Educación Física en distintos momentos históricos, revisando investigaciones realizadas por diferentes especialistas del campo. Se profundiza en los fundamentos de la motricidad en el ser humano, así como en las principales teorías que explican el desarrollo y aprendizaje motor, sustentos teóricos imprescindibles en el quehacer profesional del educador físico. Se expone de forma breve la situación actual en las escuelas de nivel básico y los propósitos y contenidos de la Educación Física, señalando la importancia de las prácticas escolares del docente para alcanzar los objetivos curriculares. El desarrollo de este primer capítulo permite identificar los fundamentos científicos y pedagógicos que sustentan las clases en el patio, para entonces tratar de comprender el sentido de las prácticas de los docentes. Conocer el desarrollo histórico de las actividades físicas y el papel del cuerpo en el currículum escolar en diferentes momentos históricos, permite entender la evolución de la disciplina y comprender el sentido de dichas prácticas, en donde las tradiciones, costumbres y usos corporales han tenido un papel principal.

El capítulo II, nombrado “Sobre el método de investigación”, describe de manera detallada el proceso metodológico seguido en la construcción del trabajo. Se desarrolla la perspectiva teórica desde la cual se aborda el problema, el método utilizado, el contexto de indagación, las técnicas instrumentadas para el acopio de información y el procedimiento para el análisis de los datos. Con el propósito de precisar el procedimiento, se incorpora al final de este capítulo un esquema que sintetiza el desarrollo metodológico aplicado en la investigación.

El capítulo III, denominado “Comprender las prácticas de los docentes en el patio escolar. Resultados de la investigación empírica”, profundiza en la indagación empírica y su interpretación, analizando las diferentes categorías construidas durante la investigación: la organización y estructura de la clase, los aprendizajes que se alcanzan en el patio, la distribución del tiempo y de las actividades, la enseñanza de los valores. Asimismo, se analiza la función del juego y el tiempo libre, las diversas maneras en que el profesor impone el orden y la disciplina, las prácticas corporales durante las clases y las condiciones de trabajo del profesor. Para el desarrollo de este capítulo, se consideró como fuente principal el trabajo empírico desarrollado en las escuelas: las observaciones al contexto escolar y a las clases de los profesores, que fueron sistematizadas en el diario de campo y la información obtenida a través de las entrevistas a los docentes y a los informantes clave. La información reunida fue analizada utilizando diferentes recursos metodológicos como la triangulación y contrastación de los datos. Asimismo, fue interpretada con el apoyo de las fuentes teóricas consultadas.

El trabajo finaliza con las conclusiones y algunas reflexiones en torno a cuestiones que quedaron pendientes en la investigación y que permiten abrir nuevas interrogantes para continuar profundizando en la problemática.

LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA PERSPECTIVA DE LA EDUCACIÓN INTEGRAL

Antecedentes

Enmarcada en el proyecto educativo de toda Nación, la Educación Física es en la actualidad un área reconocida como fundamental para el desarrollo integral del hombre. El significado del cuerpo humano y su trascendencia como medio educativo en los procesos de construcción personal va imponiéndose cada día como un área viable de ser investigada con rigurosidad.

Existe una evidente necesidad de fundamentar a nivel teórico el campo de la Educación Física a partir de la relación del hombre con su cuerpo. En tanto que el movimiento corporal es una condición fundamental e inherente de su existencia (Cagigal, 1979), ha de ser reconocido como objeto de estudio a partir de la categoría *hombre en movimiento*, considerando sus bases antropológicas, filosóficas y pedagógicas en el conocimiento de la verdadera naturaleza del hombre, lo que permitirá entender el sentido pedagógico de la Educación Física en el ser humano. Ommo Grupe, destacado filósofo y educador físico alemán, inició el debate acerca de la problemática de una teoría pedagógica de la disciplina:

La primera cuestión que tiene que afrontar una teoría de la Educación Física es antropológica... Toda concepción de la formación y de la educación responde a una determinada imagen del hombre que le marca su camino y dirección... Toda definición de la Educación Física, aun cuando sea de forma implícita y no expresa, presupone una determinada concepción del ser y de la naturaleza del hombre, especialmente de su relación con el cuerpo (Grupe, 1974: 35).

Renombrados filósofos y pedagogos clásicos confieren a la Educación Física un lugar prominente en la educación integral; entre los principales destacan los siguientes:

Locke (1982) señala la importancia de la salud física y la natación en la educación de los niños; parte de su obra educativa *Pensamientos acerca de la Educación* está dedicada a plantear la educación corporal como base de toda educación integral. Según Locke, la Educación Física tiene como objetivos la salud, el dominio del cuerpo y la recreación espiritual; la educación corporal no tiene una finalidad higiénica o estética exclusivamente, sus objetivos alcanzan la formación del carácter y de la moral.

Rousseau (1969) ha sido señalado como el precursor de la Educación Física moderna, por ser el primero en considerarla fundamental en la educación integral del individuo. Su enfoque naturalista propone *volver a la naturaleza* y reconoce la trascendencia del cuerpo por ser parte de la naturaleza misma. Para este teórico, el ejercicio físico posee en sí mismo un valor moral, y el cuerpo, con sus órganos y sentidos, contribuye en la formación de la inteligencia en el niño. Kant, en su texto *Pedagogía* (1983), reconoce la importancia del juego y la actividad física para la formación del espíritu en el hombre. Denomina cultura física a la educación tanto del alma como del cuerpo y distingue la cultura física de la práctica, que es pragmática y tiene como fin la moralización y el cultivo del hombre.

Pestalozzi (1974) apunta la importancia de una formación elemental que abarca tres aspectos: lo intelectual, lo físico y lo moral. Para este pedagogo suizo, la Educación Física tiene la misma importancia que la intelectual. En sus escritos documenta la necesidad de realizar durante dos horas al día, actividades corporales, juegos y deportes. Los ejercicios los divide en: *gimnasia elemental*, dirigidos a cada una de las articulaciones y *ejercicios gimnásticos* como carrera, salto, trepa, lanzamientos, que el alumno realiza al aire libre y en contacto con la naturaleza. Vázquez sintetiza el pensamiento educativo de Pestalozzi con respecto a la educación integral:

El fin de la educación para Pestalozzi es desarrollar al hombre completo (cuerpo, corazón y razón) y lograr su autonomía personal, autonomía que se manifiesta también en tres formas: la moral por la independencia del

corazón, espiritual por la independencia del pensamiento y físico con la independencia del cuerpo. El desarrollo de una de las partes afecta a las otras, de modo que cuando una se cultiva mucho y en detrimento de las demás se produce un desequilibrio antinatural. El desarrollo unilateral de las fuerzas físicas engendra, desde el punto de vista corporal, charlatanes despreciables, brutos bestiales y lastimosas bestias de carga (Vázquez, 1989: 69).

Francisco Amorós, destacado pedagogo defensor de la Educación Física, es considerado el padre de la gimnasia francesa. Señala los desaciertos de un sistema educativo que prescinde de la educación corporal. Retomando las ideas de Pestalozzi, Muths sistematiza una gimnasia militar y acrobática para desarrollar cualidades físicas como fuerza, resistencia, destreza, al mismo tiempo que cualidades espirituales como valor, paciencia, amor al bien, belleza. Publica un *Manual de Ejercicios* en 1840, en el cual propone actividades variadas para ejercitarse corporalmente como salvar muros, obstáculos, barras de suspensiones, nadar, salvamento acuático, montar a caballo, entre otros. Spencer, en su texto *Ensayos sobre Pedagogía*, dedica un apartado a la Educación Física, pronunciándose *contra el exceso y la precocidad de la cultura intelectual en los niños* (Spencer, 1983: 105). Analiza la constitución física de los infantes y señala los efectos de la falta de ejercicio; reconoce el valor del juego sobre la gimnasia, al provocar en el infante el deseo por la práctica de la actividad física placentera. La tendencia de la pedagogía actual se inclina cada vez más a separar el concepto de Educación Física de desarrollo físico o adiestramiento corporal (Vázquez, 1989), para acercarla al ámbito de lo pedagógico como elemento formativo esencial en la educación integral. Profundiza en el estudio de la esencia de la Educación Física articulada a la pedagogía desde una concepción de la educabilidad del hombre, a través de la actividad motriz corporal (Torres, 2003).

En México, existen pocos estudios en este campo. Hay esfuerzos aislados de especialistas del área por sustentar desde los fundamentos antropológicos, filosóficos y pedagógicos la trascendencia del campo (Aguayo, 1994); las bases pedagógicas y didácticas (Torres, 2003) y el estudio de las prácticas corporales en la escuela (Rivero, 2001). Es

hasta 1992, con la realización del 2º. *Congreso de Investigación Educativa*, organizado por el Consejo Mexicano de Investigación Educativa (Comie), cuando por primera ocasión aparece en el cuaderno 13 de los Estados de Conocimiento bajo el título *Enseñanza y Aprendizaje de la Salud, del Medio Ambiente, de la Educación Físico-Deportiva y de la Recreación* (Comie, 1993), un primer intento por sistematizar y difundir el trabajo investigativo de los profesionales del área. Durante la siguiente década, aun cuando se producen trabajos que profundizan en temáticas en torno a la Educación Física, en el *Congreso Nacional de Investigación Educativa*, realizado en el año 2001, desaparece de los campos temáticos y, como consecuencia, el seguimiento del trabajo investigativo queda sin sistematizar.

Entre las investigaciones realizadas en dicho periodo, hay trabajos producidos en instituciones como la Universidad Nacional Autónoma de México, que abordan temáticas desde el sentido pedagógico del campo, como el impacto que tiene la práctica de las actividades físicas en la formación de la personalidad del adolescente (Torres, 1998); investigaciones que se acercan al problema metodológico de la investigación en el campo (Aguayo, 1994) y los procesos de enseñanza-aprendizaje de esta disciplina (Torres, 1998, 2003), e investigaciones que profundizan en las condiciones de la práctica docente en el contexto educativo nacional (Torres, 1997). También en otras instituciones se han realizado diversos trabajos investigativos como en la Universidad Pedagógica Nacional (Rivero, 2001), en la Dirección General de Educación Física y en la Comisión Nacional del Deporte. Bajo la coordinación de Eisenberg, en 2007 se publica un documento denominado *Estado del Arte* del campo en cuestión para constatar el estado de la actividad investigativa producida en la década de los ochenta.

En el ámbito internacional, destacan los trabajos de investigación en España sobre el papel de la Educación Física en la educación básica (Vázquez, 1989); en Brasil también sobresalen relevantes investigaciones acerca de los fundamentos de la motricidad humana desde las ciencias del movimiento (Da Fonseca, 2000); en Argentina sobre contenidos y prácticas curriculares (Aisenstein, 2000) y sobre los nuevos enfoques de las corrientes actuales en la disciplina (Grasso, 2001; Gómez, 2002);

y en Colombia estudios sobre lo simbólico y los imaginarios en la clase de Educación Física (Murcia, 2005), por nombrar algunos de los trabajos más relevantes. Sin embargo, no existen en el ámbito nacional trabajos documentados que profundicen en el estudio del universo micro de la clase de Educación Física y en la multiplicidad de prácticas educativas del docente; situaciones que, enmarcadas en la vida cotidiana de la escuela, son determinantes para comprender los procesos educativos generados en el área y la construcción social de este campo pedagógico.

El sentido histórico de las prácticas corporales

La institución escolar, a lo largo de la historia, por lo general ha seguido un principio fundamental: formar ciudadanos capaces de asimilar y preservar el conjunto de saberes y tradiciones que las generaciones anteriores les han heredado. La educación como proceso social no permanece estática, cambia y se modifica según las diversas concepciones de hombre y las creencias y valores de los distintos grupos humanos. Históricamente, las diferentes sociedades han pugnado porque la escuela favorezca la educación integral.

La Educación Física y su contribución en el proceso de desarrollo del individuo también ha evolucionado, así como su incursión en la institución escolar es resultado de las diversas condiciones históricas del momento. Múltiples estudios desde la historia (Le Goff y Truong, 2005; Bloch, 1987; Elías y Dunning, 1992); la antropología (Huizinga, 2004); la filosofía (Merleau-Ponty, 1993; Foucault, 1998) dan cuenta del surgimiento y la institucionalización de la actividad física y de las prácticas corporales como fenómenos sociales con amplia dimensión cultural. Numerosas investigaciones (Vázquez, 1989; Cagigal, 1979; Elías y Dunning, 1992) también señalan la presencia de juegos tradicionales y prácticas lúdicas en el arte prehistórico del paleolítico superior, cuando la actividad principal del *homo sapiens* era la caza, quedando plasmada en las diferentes pinturas rupestres encontradas en 1879 en la Cueva de Altamira, en Cantabria, España.

El juego y el deporte como actividades físicas característicamente humanas, también han sido analizados desde diversas perspectivas como generadores de prácticas lúdicas, simbólicas y mágico-religiosas en el entorno cultural de los diferentes grupos humanos, demostrando su trascendente papel en el desarrollo de la civilización, como lo refieren los textos *El otoño de la Edad Media* (1996) y *Homo Ludens* (2004), de Johan Huizinga. Asimismo, Le Goff y Truong profundizan en el papel del cuerpo vinculado estrechamente con el proceso histórico y sobre el sentido otorgado a las prácticas corporales en el periodo medieval:

Efectivamente el cuerpo tiene una historia. La concepción del cuerpo, su lugar en la sociedad, su presencia en el imaginario y en la realidad, en la vida cotidiana y en los momentos excepcionales, ha cambiado en todas las sociedades históricas. De la gimnasia y el deporte en la antigüedad grecorromana, al ascetismo monástico y al espíritu caballeresco de la Edad Media hay un cambio en el tiempo, hay historia (Le Goff y Truong, 2005: 12).

El cuerpo, elemento constitutivo y esencial de las actividades físicas, siempre ha estado presente en los análisis que sobre ellas se realizan como parte importante del conjunto de tradiciones sociales y culturales de los grupos. Siendo el objeto de estudio la educación corporal, ésta adopta diferentes sentidos y valoraciones dependiendo del ideal de hombre que se privilegie en cada momento histórico. La educación del cuerpo, su sentido y significado depende del para qué se educa y de los fines y propósitos que se persiguen con su inclusión en la currícula escolar.

El sentido filosófico del cuerpo en las culturas Clásicas

En la Grecia Antigua, la cultura física formó parte de un proyecto educativo en el que el *areté* conjugaba la preparación física con el desarrollo de valores morales y sociales para la formación del ciudadano, representante de los más altos ideales de la sociedad ateniense. Los Juegos

Olímpicos representaron la culminación de las actividades físicas y los deportes. En los poemas clásicos de Homero (1976) se relatan los tiempos heroicos de esta civilización y se describe la importancia que los juegos religiosos y las prácticas atléticas tuvieron en la vida de los griegos. El ideal supremo o *kalokagathía* sintetizaba la belleza (*kalos*) con la bondad (*agatos*) y la perfección ética y moral. El culto a la belleza física conjugado con el cultivo de las virtudes intelectuales y éticas garantizaba la formación del ciudadano ideal. Licurgo, famoso legislador griego, impulsó la educación corporal de los niños; destacó la importancia de la constitución física de madres sanas y robustas para formar ejércitos de hombres fuertes y disciplinados. Hizo obligatorio el ejercicio físico para los menores a través de la práctica de la carrera, salto, lanzamiento de disco y jabalina, y tiro con arco y flecha. Otros filósofos clásicos como Sófocles (1981) —*Electra*—; Jenofonte (1957) —*La educación de los espartanos*— y Píndaro (1988) —*Olímpica I*—, a través de sus textos, también ilustran el papel trascendente que la actividad física tuvo en la civilización helénica.

Platón, en sus dos principales obras: *La República* (1986) y *El Timeo* (2007), aunque desde diferentes perspectivas, describe la importancia de la educación corporal en su ideal educativo:

La educación recta es necesario que se muestre capaz de dar la máxima belleza y la máxima bondad a los cuerpos y a las almas, y es ésta una cosa que se ha dicho con razón. La instrucción que hay que dar es doble, por así decirlo: debe formar al cuerpo por medio de la gimnasia y el alma por medio de la música [...]. Ciertamente decimos que lo principal de la educación es la buena disciplina que lleve, sobre todo, el alma del educando al amor de aquello en que, una vez llegado a hombre, debe perfeccionarse con la excelencia propia de la profesión (Platón, 1986: 188).

La educación en Atenas se dividió en cultura literaria, musical y educación física, conocida como gimnasia. Las niñas no asistían a la escuela, la madre las preparaba para las tareas domésticas. Los varones acudían a la escuela a partir de los 7 años acompañados por un esclavo llamado *pedagogo*, que significa conductor de niños. A los 14 años ingresaban a la *palestra*, dedicada a la enseñanza del deporte de los más jóvenes.

De los 16 a los 18 años asistían al gimnasio, en donde escuchaban lecciones de filosofía.

La Academia era el lugar consagrado para el ejercicio físico de los jóvenes atenienses. En la palestra —del griego *pale*, que significa lucha— realizaban actividades de educación física sistemática bajo la dirección del *pedotriba* (frotador de niños). Era un hombre experimentado en la formación corporal y atlética de los jóvenes, a quienes atendía en su alimentación, entrenamiento y masajes corporales. También estaba encargado de la preparación física de los atletas que asistían a las competencias efectuadas entre las diferentes ciudades. Los ejercicios físicos los realizaban desnudos para observar mejor el trabajo de los músculos. En la palestra también había espacios dedicados a la práctica del juego de pelota. Los gimnasios eran más amplios que las palestras, poco a poco se convirtieron en lujosas instalaciones formadas por un conjunto de edificios, departamentos, campos, jardines y albercas, administrados por el Estado.

Además de la práctica de ejercicios físicos, se desarrollaron diversas actividades relacionadas con la cultura, entendida como el cultivo del ser humano. Había sesiones de filosofía, arte, retórica, oratoria, por lo cual los gimnasios eran el centro de la vida cultural griega. Otras instalaciones dedicadas a la práctica de las actividades físicas fueron el *efebión*, *apoditerium*, *coriceo*, *conistra*. El estadio era un edificio construido en forma perpendicular al gimnasio y cobró gran relevancia por ser el lugar en donde se realizaba la presentación pública de los juegos, los torneos y los ejercicios corporales (Betancor y Vilanou, 1995). La representación del atleta griego se convirtió en la figura plástica perfecta, en el supremo *areté* del cuerpo, simbolizando las máximas virtudes físicas: la salud, la fuerza y la belleza.

Aristóteles (1977), en su libro *La Política*, incluye el capítulo: “La educación de los jóvenes: la gimnasia”, dedicado a señalar el papel del ejercicio corporal en la formación de las nuevas generaciones; otorga un lugar especial a la gimnasia, la cual debía ser moderada por otras artes como la música y el dibujo. Jaeger, en su famoso texto *Paideia*, logra captar el sentido filosófico y simbólico que las actividades físicas adquieren para los griegos en el entorno de la educación integral, en tanto su ideal de hombre perfecto y de sociedad democrática:

Platón combina las tres virtudes físicas de la salud, la fuerza y la belleza con las virtudes del alma, la piedad, la valentía, la moderación y la justicia en una unidad armónica. Todas ellas proclaman por igual la simetría del universo, la cual se refleja en la vida física y espiritual del hombre. La cultura física, tal como la conciben los médicos y gimnastas griegos, es también algo espiritual. Inculca al hombre como norma suprema la observancia rigurosa del noble y sano equilibrio de las fuerzas físicas (Jaeger, 1970: 14).

En Esparta, ciudad caracterizada por su ímpetu guerrero, se acentúa el carácter militar de los ejercicios físicos, situando el ideal humano en la fuerza física y en el espíritu combativo de sus ciudadanos. A la par del fortalecimiento físico se desarrollan otros valores como disciplina, respeto, amor a la patria y conciencia de ciudadano. El auge de Atenas como principal centro cultural otorga al cuerpo un alto valor estético; el cultivo corporal se aprecia como medio para lograr el equilibrio y la armonía en la educación integral. Los ideales griegos enlazados a los valores democráticos y a las virtudes cívicas de los ciudadanos apuntan al perfeccionamiento del hombre como fin último de sus propósitos educativos. Es tal la importancia que los griegos otorgan a la educación corporal desde una visión integral, que las principales tareas educativas las desarrollan el gramático, el citarista y el profesor de gimnasia.

La conquista de Grecia por el Imperio romano determina la influencia que la cultura helénica ejerce sobre el pueblo latino, a quien hereda sus costumbres y tradiciones. Roma fue imbuida por la devoción que sentían los griegos hacia las actividades físicas, las cuales eran la carrera, el salto, la esgrima, la equitación, la natación, el juego de pelota. Virgilio (1988), en su famosa obra *Eneida*, en el capítulo: “Juegos funerarios en honor del padre de Eneas”, describe detalladamente la majestuosidad de los juegos funerarios que incluyen actividades físicas como regata, carrera a pie, pugilato, tiro con arco y competencias ecuestres.

Cicerón (1973) se opone a la práctica cotidiana de la gimnasia, a menos de que el cuerpo se subordine a la voluntad del hombre. Séneca (1976) señala la importancia del cuerpo como parte de la naturaleza humana, pero reitera la necesidad de cultivar el espíritu sobre las cualidades corporales. Juvenal, en su famosa *Sátira X*, critica con severidad a las

mujeres por practicar ejercicios gimnásticos; es el creador de la célebre frase *mente sana en cuerpo sano*, señalando la virtud como parte del equilibrio que ha de perseguir el hombre: “Una mente sana en un cuerpo sano es lo único que debemos pedir a los dioses. Yerran los que piden el cumplimiento de sus gustos, ignorando qué es lo que verdaderamente les conviene, cosa que sólo conocen los dioses y que no niegan los mortales” (Juvenal, 1973: 85).

También Plutarco (1986), en el año 100 a. C., en su texto *Sobre la educación de los hijos*, defiende el valor de los ejercicios en la educación, pero principalmente con fines de preparación para la guerra y para la vejez. Para los romanos, embellecer el cuerpo se vincula más con el ocio y el placer que con un sentido estético, espiritual o educativo. No buscan en la educación corporal la belleza ni la armonía entre el desarrollo físico y mental; su inclinación hacia las actividades atléticas y gimnásticas adquiere sentido de exhibición, que se materializa en los combates entre gladiadores en el famoso circo romano. Sus instalaciones deportivas fueron las termas, el circo y el anfiteatro. Las termas romanas eran un conjunto de edificios semejantes a los gimnasios griegos y constituyeron el centro de la vida social y cultural. Allí se establecieron los baños públicos y los espacios para los ejercicios corporales, jardines, bibliotecas y salones para los filósofos y retóricos. En el circo se celebraban las carreras de caballos y de carros, famosos por la cantidad de personas que reunían y por las características de las competencias.

El anfiteatro estaba formado por dos semicírculos opuestos uno al otro. El más conocido existió en Roma y fue notable por su majestuosa arquitectura. Conocido con el nombre de Coliseo, funcionó como lugar en el que se ofrecían espectáculos para el pueblo. Tenía capacidad para casi 50 mil espectadores. La arena era el sitio donde se efectuaba la lucha entre los gladiadores. Las fiestas de los gladiadores romanos fue una muestra de las características particulares que la actividad corporal adquirió en esta sociedad. Eran espectáculos sangrientos celebrados con gran pompa y vistosidad. Los gobernantes impulsaban su realización y construían locales *ex profeso* para estas luchas.

Los romanos tomaron de los griegos su inclinación por las actividades físicas, pero con diferente sensibilidad e ideales estéticos, desvirtuaron

el sentido filosófico del ejercicio corporal. Convertirlo en actos ofensivos y denigrantes para el ser humano representó su desprecio por las élites cultas de la sociedad romana, provocando con ello la pérdida de su lugar en las instituciones educativas de la época. El declive del Imperio romano significó el olvido de la actividad física con sentido educativo, principalmente de la gimnasia, que va desapareciendo paulatinamente de la institución escolar.

Las prácticas corporales durante la Edad Media

Para la sociedad medieval, se diferencian claramente la función del cuerpo y el alma en la vida de las personas. Mientras que en la época clásica impera la búsqueda de las proporciones armónicas del cuerpo, los rasgos físicos ideales como expresión de la naturaleza, la imitación del orden cósmico en la simetría y proporciones del cuerpo del atleta, el periodo de la Edad Media centra su atención en la expresividad del rostro, en la mirada, los labios, ahora se busca lo sublime como manifestación del infinito interior.

Durante la Edad Media, la sociedad vive en constantes tensiones y contradicciones que la van a caracterizar: la oposición hombre-mujer, Dios-hombre, fe-razón, alma-cuerpo. Acorde con estas polarizaciones, la entidad corporal también se asume con actitudes contradictorias, que van desde el rechazo total renunciando a todos los placeres mundanos y concretándose al cultivo del espíritu, hasta una extraordinaria devoción por lo corporal durante el periodo comprendido entre los años 1200 y 1500. El cuerpo adquiere un nuevo significado desde lo religioso. Los clérigos y teólogos defienden el valor de lo corporal como parte de la naturaleza humana. La persona es considerada como unidad psicósomática, interpretando las manifestaciones corporales como expresiones del alma. El cuerpo en sí mismo ofrece un medio de acceso a lo divino. Se identifican plenamente dos opuestos: el binomio hombre-mujer y cuerpo-alma.

En los tratados de los siglos XIII y XIV, las cuestiones relacionadas con el cuerpo captaron gran atención. Los filósofos de la alta Edad

Media ya no ven en el cuerpo el enigma del alma, sino a la persona fundada en un solo ser. El cuerpo de los hombres, al igual que el cuerpo de Cristo, se glorifica para alcanzar la gloria espiritual. Ignacio de Loyola (San Ignacio, 1952), en sus recomendaciones para los colegios de la Compañía de Jesús, hace alusión a los cuidados para conservar la salud y las fuerzas del cuerpo, necesarias para lo que él denomina “del divino servicio y de los prójimos”, aconsejando el cuidado moderado de la salud, hacer ejercicio y alguna recreación corporal honesta. Tomás de Aquino, citado por Walker (1990), defiende la unión cuerpo-alma, afirmando que el cuerpo es la forma del alma, por tanto, son inseparables:

Sin el cuerpo, el alma carecería de memoria y de otras pasiones en el cielo antes del final de los tiempos... la corporeidad como forma sustancial en el hombre, no puede ser otra cosa que el alma racional. Nuestra corporeidad está totalmente llena de espiritualidad, pues su fuente es el alma racional (Walker, 1990: 222).

Vives (1987), humanista y preceptor español, escribe acerca de la educación de los niños y de las mujeres. En su texto *Diálogos sobre la Educación* aparecen documentadas las más antiguas “Leyes del juego”, en las cuales se describen las principales características que se han de considerar al jugar, muchas de las cuales hoy en día siguen vigentes en la práctica del llamado *juego limpio*. Campanella, en su obra *La Ciudad del Sol* (1975), describe las rutinas a seguir para la educación y procreación de los niños y jóvenes, en donde incluye la práctica de ejercicios corporales como lucha, carrera, disco, juegos, que van a fortalecer los miembros y a conservar la salud. La educación con carácter monástico excluye los ejercicios físicos de las actividades escolares por considerarlos propios para el esparcimiento y el ocio, pero no con fines educativos. Las actividades corporales extraescolares no desaparecen completamente, persiste la gimnasia médica con fines terapéuticos y algunas otras propias de la época como torneos, cacerías y justas. Ya desde este periodo de la filosofía cristiana, se considera que alma y cuerpo son dos entidades distintas. El alma se cultiva con la educación y la escuela es un lugar de disciplina ascética, no de juego o de ocio. El cuerpo es la dimensión a la cual tienden las pasiones y las debilidades