

## ***La Educación Física y el deporte de alto rendimiento.***

*Lic. Héctor Herrera Ortiz*

Desafortunadamente somos una nación con elevados índices de obesidad, a nivel mundial ocupamos el primer lugar en obesidad infantil. Por otro lado no hemos logrado aún una trayectoria medallística en olimpiadas ni en campeonatos mundiales. Todo ello tiene una estrecha relación con la percepción que se tiene del ejercicio físico desde las más tempranas edades así como del deporte, ya que no ocupan un lugar significativo ni en el currículo escolar ni en la vida de las personas.

La intención del presente trabajo es analizar la estrecha relación que existe entre la Educación Física, como parte del currículo escolar y el deporte de alto de rendimiento, atravesando por una serie de elementos fundamentales en este vínculo que permiten una mejor comprensión del fenómeno existente.

### ***Importancia de la asignatura Educación Física.***

La Educación Física fue definida por el Manifiesto de la Educación Física (FIEP/1970), como “El elemento de Educación que utiliza, sistemáticamente, las actividades físicas y la influencia de los agentes naturales: aire, sol, agua, etc. como medios específicos”, donde la actividad física es considerada un medio educativo privilegiado, porque abarca al ser en su totalidad.

Es incuestionable que ella es una asignatura necesaria dentro del currículo escolar. Desde las primeras etapas (0-6 años) ella se inicia con la enseñanza de la psicomotricidad, pasando por las edades subsiguientes como un área específica. Esta materia es parte integrante de la formación multilateral y armónica de la personalidad –vista así por muchos sistemas educativos con probados resultados- que tiene como propósito el desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional de su organismo, también a la formación y el mejoramiento de habilidades motrices y que a su vez contribuye a la adquisición de conocimientos y el desarrollo de convicciones, permitiéndole cumplir las tareas de la sociedad desde diversas perspectivas.

Ésta en el nivel primario favorece el desarrollo físico de los niños, así como su equilibrio emocional y psíquico y la salud en general. Los contenidos que se abordan contribuyen al aumento y la recuperación de la capacidad de trabajo intelectual, también al control y autocontrol de la conducta, a la formación de cualidades morales como la perseverancia, la honestidad, el compañerismo, el trabajo en equipo, todo esto con una buena conducción del maestro, por lo que se exige de este docente su preparación continua y sistemática, de forma tal que pueda contribuir con la adecuada formación de sus alumnos, haciendo además sus clases dinámicas y variadas, con un adecuado conocimiento de sus estudiantes.

Esta asignatura es importante durante toda la formación escolarizada, pero por lo regular no se le concede tal significado. La Educación Física se tiene que estructurar como un proceso pedagógico, no son deliberadas las actividades que se realizan en la misma, deben de planificarse, organizarse, atendiendo a las características del grupo y de cada uno de los escolares, debe establecer bases sólidas que permitan la integración y socialización de forma tal que comprometa la continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en la vida futura de estos.

La Educación Física conlleva al desarrollo deportivo en el ámbito escolar, a través de cada una de sus clases de forma educativa.

Hay que destacar que es una asignatura netamente de carácter pedagógico, una más dentro del currículo escolar, donde el docente tiene que cumplir todos los requerimientos de la pedagogía contemporánea para una clase, desde la motivación de la misma hasta su evaluación a partir de su objetivo, por lo que debe de tener conocimiento de las características de sus escolares, sus potencialidades, para en función de ello poder desarrollar las habilidades y capacidades que se plantean en el programa atendiendo a su nivel de desarrollo físico.

La Federación Internacional de Educación Física (FIEP), en su capítulo VI, acerca de LA EDUCACIÓN EN LA ESCUELA Y SU COMPROMISO DE CALIDAD, considera que "la Educación Física, por sus posibilidades de desarrollar la dimensión psicomotora de las personas, principalmente en los niños y adolescentes, conjuntamente con los dominios cognitivos y sociales, debe ser disciplina obligatoria en las escuelas primarias y secundarias, debiendo ser parte de un currículo longitudinal".

### ***Requerimientos de la asignatura y sus docentes.***

En el manifiesto mundial de la Federación Internacional de Educación Física (FIEP) del año 2000 se plantean como características de esta asignatura las siguientes:

- Brinda un desarrollo integral de la persona sin distinción de edad.
- Es un derecho.
- Se presenta como un proceso educativo formal e informal.
- Utiliza como medios los ejercicios, juegos, deportes, expresión corporal, etc. Para sus fines educativos.

Está orientada al logro de competencias del educando (orgánico funcional, capacidades físicas, cualidades motrices, desarrollo intelectual, práctica de actitudes).

Para algunos autores la educación física y el deporte no dejan de ser un hecho social donde intervienen diferentes aspectos del quehacer humano, su enfoque integral exige a este profesional de la educación física y el deporte asumir una formación íntegra sobre la base de competencias

para enfrentar las disímiles problemáticas sobre esta esfera. Entonces, ***¿qué competencias debe tener el Profesor de Educación Física y el Entrenador Deportivo según las exigencias de la profesión y la sociedad?***

Ellos deben reunir conocimientos científicos, tecnológicos y pedagógicos, que les permitan estar actualizados en la asignatura así como en la especialidad deportiva, mediante la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, de forma tal que le ayuden a su práctica diaria. Tanto el entrenador como el profesor de Educación Física son pedagogos, ambos utilizan estrategias de enseñanza-aprendizaje, sus conocimientos pedagógicos deben de sustentar la calidad en la enseñanza de la asignatura y en el rendimiento deportivo.

Deben diseñar, implementar, ejecutar y evaluar programas de educación física y/o planificación del entrenamiento deportivo, de acuerdo a las necesidades y potencialidades de los alumnos o deportistas. Es oportuno que participe en su planificación, organización, dirección y evaluación de estos programas.

Será pertinente en la medida en que se comunique de manera efectiva, estableciendo relaciones empáticas con sus alumnos y/o deportistas, orientándolos al logro del éxito en la educación y en el deporte, mostrando una actitud creativa, innovadora y emprendedora con ellos, ejerciendo liderazgo al ser un modelo a seguir por su nivel de preparación, responsabilidad, motivación, colaboración y su capacidad de solución de problemas. Su compromiso con la institución lo lleva a trabajar en equipo en pos de lograr los mejores resultados, pero no sólo con ella, sino con su país. Debe de actuar con ética profesional en todo momento.

Por su condición y formación pedagógica debe ser un profesional reflexivo, esencialmente de su propia práctica, con profundos conocimientos en su área que le permitan cumplir eficientemente su labor, actuando críticamente en el devenir de su praxis que le permitan el mejoramiento de su ejercicio profesional.

### ***Los programas.***

Deberíamos cuestionarnos si los programas de Educación Física de nuestro sistema educativo cumplen los requerimientos necesarios de la misma; permite el desarrollo de individuos sanos física, mental y emocionalmente? Resultan los programas funcionales? Al mismo tiempo surge la interrogante si la formación de estos docentes se corresponden con lo que se maneja en la actualidad en esta asignatura, están ellos verdaderamente motivados por su profesión?

La Educación Física reiteramos, es una asignatura más del currículo escolar, por tanto ella debe de relacionarse con las restantes materias y como tal debe de contribuir a los aprendizajes de los alumnos. Los contenidos de los programas de Educación Física se encaminan al desarrollo del sujeto en su aspecto motor, perfeccionando habilidades y destrezas físicas, principalmente al desarrollo de las capacidades físicas fundamentales: fuerza, rapidez, resistencia, equilibrio, orientación espacial y ritmo; a las habilidades motrices básicas: caminar, correr, saltar, lanzar,

atrapar, halar, empujar, transportar, escalar y arrastrarse, así como a la formación de nociones básicas sobre la actividad física y su importancia para la salud. Todo ello permite el desarrollo de proyectos deportivos así como recreativos.

Los contenidos de esta asignatura intervienen, además, en el aumento y recuperación de la capacidad de trabajo intelectual, en la conducta, en la formación de cualidades morales, lo que demanda del maestro la atención sistemática a estos aspectos en la puesta en práctica del programa, con la finalidad de orientar paulatinamente su formación.

### ***La detección de talentos deportivos a través de la asignatura.***

La Educación Física en el nivel primaria es la base para trabajar en la detección de nuevos talentos en el deporte de nuestro país además, de manera paralela crea una cultura física en los niños que permitirá tener un pueblo más sano física y mentalmente.

El desarrollo deportivo en el espacio pedagógico, se da en el ámbito de las clases de educación física, de forma educativa; tanto para trabajar en el desarrollo físico y mental de los estudiantes mediante las actividades pre-deportivas, como para dar los primeros soportes técnico-deportivos, encaminados hacia la obtención de una vida activa, sana e integral.

Pero resulta apropiado interrogarse si los docentes del área le están dando el valor adecuado al deporte en la clase?

Son los docentes los primeros que deben de dar el valor real de la asignatura, si ellos no están consciente de la significación de la misma, la relación que esta tiene con el desarrollo del individuo e incluso con el aprendizaje, entonces no está lo suficientemente preparado para el ejercicio de su profesión.

### ***El alto rendimiento deportivo.***

Cuando la intención de la práctica es rendir al máximo, como se hace en el deporte de élite, se requiere una gran implicación física, lo cual no ocurre en una actividad física recreativa.

Los estudios y balances realizados en el área deportiva, nos arrojan resultados preocupantes debidos a la escasa intensidad horaria, falta de recursos, elementos y materiales deportivos y didácticos, a la pérdida de valores y principios en nuestra juventud, a la poca orientación y atención familiar, a la falta de estímulo y apoyo en la práctica deportiva, al poco aprovechamiento del tiempo libre y el auge que ha tomado la drogadicción, el alcoholismo y el consumo del cigarrillo.

Es digno también de considerar que el estado no le concede la importancia que reviste esta actividad, sólo espera resultados en las competencias de alto nivel: olimpiadas, mundiales, etc., sin haber dado todo lo que se precisa para alcanzarlos.

El deporte es vida, es juventud, crea salud y su desarrollo fomenta el equilibrio de las relaciones interpersonales; por esto es indispensable que esta área sea vista por su valor, porque es donde se logra el acercamiento cuerpo, alma y espíritu, se vuelven un todo.

Algo positivo es que cada día un gran número de profesionales y especialistas de diferentes áreas se encargan del análisis y mejoramiento de las técnicas deportivas, del desarrollo de métodos de entrenamiento y preparación física y psíquica para los deportistas:

*"Por su carácter global, el proceso de entrenamiento requiere la preparación de una serie de aspectos que no sólo tienen que ver con la preparación física del deportista para desarrollar su potencial. Además se debe incluir: Preparación técnica, preparación táctica, preparación psicológica, preparación biológica y preparación teórica". (Manual De Educación Física Y Deportes, Pág. 447).*

En realidad, a pesar de la falta de apoyo a nivel gubernamental, o no recibir todo el que se requiere, existen muchos profesionales preocupados por mejorar la calidad de la práctica deportiva.

Pero no todo en este escenario deportivo es alentador, de igual manera a diario se encuentran en los campos deportivos, comportamientos que van en contra de la pureza del deporte, como por ejemplo el doping, las actitudes antideportivas por parte de deportistas y personal técnico y en muchos casos el comportamiento de los fans, quienes ante la derrota o incluso la victoria de sus equipos o deportistas preferidos, ven la oportunidad propicia para causar disturbios. Desde la clase de Educación Física debe de trabajarse toda una serie de actitudes y valores en pos de un mejor ser humano en todos los sentidos: intelectual, emocional, moral...

No se puede dejar de mencionar que una correcta aplicación de los programas de Educación Física permite que un mayor número de jóvenes con talentos alcancen el alto rendimiento.

### ***Para finalizar:***

Es válido que cada uno de los especialistas del área, profesores de la asignatura, entrenadores, incluso los mismos directores de las instituciones educativas valoren si están cumpliendo con su rol. Sirva este breve análisis en semejante empeño.

"El deporte es fuente de voluntad, constancia, vigor físico y agilidad mental" palabras inmemorables de un gran estadista del área que pueden servir como tema para otra disertación.

### Bibliografía:

Castañer, M. y Camerino, O (1993). *La Educación Física en la enseñanza primaria*. Barcelona: INDE.

Fernández Porras, José Miguel. ***La importancia de la Educación Física en la escuela.*** <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - N° 130 - Marzo de 2009

Isla Alcoser, Sandy Dorian. ***Competencias profesionales del profesor de educación física y del entrenador deportivo.*** <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires – Año 11 - N° 100 - Septiembre de 2006

***La actividad física y su influencia en una vida saludable.*** En <http://www.efdeportes.com/efd51/salud1.htm> (Revisado 20 de julio 2011)

Macías Sainz, Adelaida (2001) "***La Formación Continua del Personal Docente en Cuba***". Seminario Internacional de Formación Continua de Docentes en Servicio, Editorial Ministerio de Educación del Perú.

Manifiesto Mundial de Educación Física 2000 En <http://www.fiepmexico.org/manif.pdf> (Revisado 20 de julio 2011)

Sánchez Bañuelos, F. Contreras Jordán Onofre. (1998). *Apuntes de Sociología del Deporte*. Toledo.

Tinning, R. (1996) "Definiendo el área ¿cuál es nuestra área?" en *Revista de Educación*. Madrid N° 113.