

Educación Física y la otra didáctica

M^a José Mateos Carreras

Dpto. Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. UEX

Resumen

Este trabajo trata de complementar los conocimientos impartidos en la asignatura "Educación Física y su Didáctica II" de tercero del título de maestro de E.F.

En él, se hace referencia a una serie de cuestiones, no reflejadas en los programas oficiales, que preocupan a nuestros alumnos, y que descubren a su vuelta de los periodos de prácticas de enseñanza.

La mayoría de ellos no son conscientes de las dificultades que entraña la enseñanza de la E.F. en los colegios de Primaria, y no por falta de conocimientos propios sobre la materia, sino por todos aquellos pequeños detalles que no pueden enseñarse desde la Facultad, son aquellos que solo pueden aprenderse con la práctica.

Palabras clave: Educación Física, Didáctica.

Summary

This paper aims to complement the knowledge imparted in the subject "Physical Education and its didactics II" offered in the third year of the degree in PE teaching at primary level. We refer to a series of aspects not reflected in the official programmes which worry students and which they disclose on returning from teaching practice. The majority of them are not conscious of the difficulties involved in teaching PE in primary schools, not from lack of knowledge of the material itself but because of all the small details that cannot be taught in the Faculty but only learned with practice.

Key words: Physical Education, Teaching

Educación Física y la otra didáctica

Cada vez que los estudiantes de tercero regresan de su periodo de prácticas,

comprobamos como nuestros alumnos de la especialidad de Educación Física de la Facultad de Educación, nos plantean

los problemas con los que se encuentran durante las semanas de prácticas en los centros de enseñanza Primaria.

No son problemas en cuanto a sus conocimientos del área, o con problemas de adaptación, con los que ya cuentan dada la inexperiencia, sino que hacen referencia al concepto sobre lo que debe ser una clase de Educación Física y la diferencia entre lo que adquieren en la Facultad y lo que ven durante las prácticas.

La mayoría de estos alumnos, y con cada promoción se hace más patente, experimenta la sensación de que el profesor de educación física tiene que representar un papel entre animador y vigilante.

La impresión con la que vuelven a la Facultad es la de no encontrar sentido a todo lo que se les exige aprender en sus estudios universitarios. Para qué estudiar tanta didáctica si al final todo se reduce a enseñar algunos juegos, y lo que es peor, para qué saber juegos si los niños solo quieren jugar a fútbol.

Tal vez escrito así, el tema resulte escandaloso, pero pocos son los que, después de su tiempo de prácticas, encuentran sentido a las horas de estudio dedicadas a su carrera. Parece que lo que se les exige desde la escuela es saber “hacerse con los niños”, “controlar bien el recreo”, y “conseguir que los niños lo pasen bien”.

Estamos convencidos de las diferencias existentes entre la práctica desarro-

llada en las Facultades y la realidad de los centros de Primaria, pero también somos conscientes de las enormes dificultades con las que se encuentran unos profesores y otros.

La primera dificultad que los profesores de Primaria tienen que sortear se refiere a la calidad del espacio de trabajo, y la disponibilidad de los materiales específicos de su asignatura.

Mientras que el resto de compañeros de otras áreas tienen perfectamente delimitado su lugar de trabajo, el profesor de educación física, en la mayoría de los casos, tiene que “hacerse” de un espacio idóneo para desempeñar su labor.

Mientras que para el resto de compañeros de otras áreas la climatología de la zona no afecta al desarrollo de los programas, el profesor de educación física se ve abocado a depender, en un gran porcentaje de casos, del frío, el calor, la lluvia y el viento, para llevar a cabo las actividades previstas y modificar, sobre la marcha, todo el plan de trabajo para ese día o esa semana.

Mientras que el resto de compañeros de otras áreas, disponen de un aula concreta en la que atender a sus alumnos, el profesor de educación física, en muchos casos, se ve obligado a compartir con otro colega el único espacio cubierto si lo hay, o a dividir el espacio descubierto, cuando el tiempo lo permite, y en algunos casos hasta el material disponible.

Esta falta de infraestructuras provoca

en los alumnos en prácticas cierta sensación de pérdida, cierto desconcierto y bastante desconfianza ante las enseñanzas que reciben en la Facultad. "Nadie me había dicho dónde debía colocarme" (alumna de 3º de E.F. a la vuelta de sus prácticas)

Creemos que los contenidos que se imparten en "E.F. y su Didáctica" se quedan algo cojos, olvidan algunos conocimientos que, por supuestos, contribuyen a aumentar la inseguridad de las primeras experiencias docentes.

No sé si mis colegas de otras Facultades y Escuelas Universitarias dedican algún tiempo de sus créditos correspondientes a explicar estos temas, no sé si haciéndolo, salimos de lo que entendemos por Didáctica, pero sí sé que cuando los explicamos en clase, nuestros alumnos abren la boca y se sorprenden por no haber caído antes en esas cuentas.

Cuando damos nuestras clases prácticas en la Facultad, creemos que todos nuestros pasos son seguidos por nuestros alumnos, pero la experiencia nos ha demostrado que, todo lo que bien resulta, resulta obvio.

Algo tan aparentemente simple como distribuir el material puede suponer un gran problema cuando se es novato.

El simple hecho de distribuir la clase en dos grupos iguales supone un gran escollo para no perder el control de la misma.

La utilización de la voz como instrumento de trabajo, o el uso adecuado de

algún instrumento sonoro, para indicar el mensaje que se quiere transmitir, es otra de las facetas que tendrán que dominar.

Encontrar un lugar, en el espacio de trabajo, desde el que poder controlar a toda la clase también parece ser un problema.

La actuación del profesor durante el desarrollo de los juegos provoca incertidumbres en nuestros alumnos, ¿cuándo hay que participar?, ¿en qué tipo de juegos no debo participar?.

Estas cuestiones más parecen temas de formación profesional que de formación académica, pero no podemos perder de vista el futuro para el que estamos preparando a nuestros alumnos; queremos decir que, además de la formación académica universitaria de los futuros maestros de E.F., deberíamos también informarles sobre aquellas cuestiones que puedan suponer para ellos algún problema para el desempeño de sus funciones profesionales.

Somos conscientes de que muchas de estas cuestiones se aprenden con la práctica, pero también sabemos de las frustraciones que su desconocimiento produce en nuestros alumnos.

Si entendemos la Didáctica como el conjunto de estrategias para transmitir y enseñar los conocimientos que se poseen, y aceptamos la Didáctica como "el arte de enseñar", tendremos que reconocer que ni enseñamos todo lo que sabemos ni todo lo que sabemos lo podemos enseñar,

pero sí podemos plantear algunas soluciones prácticas a los problemas con los que sabemos que se enfrentarán en sus primeras clases.

La otra didáctica

Sabemos que, didáctica puede traducirse como “arte de enseñar”, y como tal otorga al docente las características propias de un artesano, es decir, que su trabajo tiene algo de inspiración.

Por otro lado nuestros alumnos, a la vuelta de su periodo de prácticas, invariablemente nos presentan el problema de la poca conexión de la teoría con la práctica diaria en los colegios.

Prescindiendo y apoyándonos en lo que entendemos por didáctica, e intentando responder a nuestros alumnos, hemos llegado a la conclusión de que existe otra clase de conocimientos que resultan muy instructivos para ellos a la hora de impartir nuestra asignatura en los colegios.

Para ello debemos tener en cuenta unos factores que afectan muy de cerca a la E.F.:

- A) El lugar de trabajo
- B) Los materiales específicos
- C) Los riesgos del área
- D) El trabajo subterráneo

a) El lugar de trabajo

La mayoría de las Escuelas de Magisterio y Facultades de Educación, donde se imparte la especialidad de Educa-

ción Física, están dotadas de unas instalaciones más o menos adecuadas, que permiten desarrollar el curriculum de las diferentes asignaturas de la especialidad, se cuenta con el material necesario y se sitúan las clases en el horario más conveniente; pero cuando un alumno de Educación Física se incorpora a los centros de Primaria, el panorama con el que se encuentra, dista mucho de lo que, desde la Facultad, se le presentó.

Creemos que, al mismo tiempo que se les imparte los contenidos propios de la especialidad, se les debería enseñar a desenvolverse en aquellas situaciones que presumiblemente pudieran encontrarse, y así plantear, según las características del lugar de trabajo con el que cuentan, las distintas posibilidades de acción.

1.- Lugares de trabajo más comunes

Los espacios donde se desarrollan las clases de Educación Física, pueden ser clasificados en base a muchos factores, pero creemos que el que más afecta a su utilidad y a la posibilidad de programar la asignatura es el hecho de estar protegido de las inclemencias de la meteorología. Así estos espacios quedan divididos en “cubiertos” y “descubiertos”.

Cubiertos.

Con esta característica podemos disponer de: Salas, Gimnasios, Pabellones.

Estos son los más difíciles de encontrar en los colegios públicos, pero siempre podemos conseguir una sala de usos

múltiples e intentar adaptarla a nuestras necesidades.

Las dimensiones deberían ser de al menos 6m² por alumno y con una altura mínima de 3 m.

El piso debe ser de material antideslizante, con la dureza adecuada para poder absorber parte de la energía desarrollada durante los saltos , y aislante del frío y el calor.

Debe tener una ventilación controlada con ventanales protegidos y enfrentados para evitar la condensación de la humedad producida por el sudor de los usuarios.

La iluminación artificial debe estar colocada de forma que no deslumbre y protegida de posibles golpes para evitar accidentes.

La acústica no debe favorecer la reverberación del sonido, con una arquitectura simple, sin adornos y a ser posible revestida de material absorbente de sonidos.

Ventajas:

No les afecta la climatología. Se pueden programar las actividades sin miedo a la lluvia, el frío o el excesivo calor, (en Extremadura es importante)

Permiten controlar mejor al grupo. El recinto cerrado evita la dispersión y ayuda al profesor a la hora de hacer correcciones y ayudar a sus alumnos.

Permiten ampliar las programaciones. Hay muchas actividades que se rea-

lizan en el suelo, o que hacen necesario sentarse o tumbarse en él.

Mejor disponibilidad del material. Resulta más fácil utilizar el material específico cuando el almacén está en la misma sala, o distribuido por ella.

Facilitan la relación profesor- alumno, prestando intimidad a la acción docente.

Inconvenientes:

Generalmente su tamaño es más reducido que los espacios al aire libre.

Tendremos que planificar mejor las actividades de mayor movilidad, así como algunos juegos.

En función de su ubicación pueden producir molestias a otras aulas. Si la sala está en el mismo edificio que el resto de las aulas, podemos tener problemas con los compañeros de otras áreas; tendremos que evitar, en lo posible los chillos de los niños, y controlar el volumen de la música cuando la utilicemos.

Dificultan la práctica deportiva, si no es un pabellón. Normalmente no presentan la altura necesaria para desarrollar algunos deportes de conjunto, aunque sí pueden servir para jugar a fútbol.

Descubiertos:

Los más usuales son: Patios de tierra, Patios de cemento, Pistas Polideportivas.

Este tipo de instalaciones son los más generalizados porque todas las es-

cuelas tienen patio de recreo; a los niños parece gustarles más, quizá porque relacionan demasiado nuestras clases con el recreo.

Para poder ser utilizados como zonas de clase de E.F. deben reunir varias características:

- Deben estar alejados del resto de las aulas del centro para no molestar a los demás.

- Tener acceso fácil a las zonas de vestuario. Deben facilitar el cambio de ropa y el aseo.

- Deben estar incomunicados de las calles. Esto evitará la distracción de los alumnos, la salida del recinto de pelotas y otros materiales, así como la expectación que nuestras clases despiertan entre la población transeúnte.

Ventajas:

La primera y más importante es que propician el trabajo al aire libre que, cuando el clima lo permite, y esto siempre resulta además de placentero más saludable.

Generalmente son mayores dimensiones que los cubiertos. Los patios, presentan mayores dimensiones, fundamentalmente porque son los espacios dedicados a los tiempos de recreo.

Inconvenientes:

- Horario de recreos. En los centros con muchas unidades, se ven en la necesidad de distribuir los tiempos de recreo en varias bandas horarias ,

lo que reduce la disponibilidad de los patios para la E.F.

- Interferencias con otros grupos. Normalmente los grupos de Infantil tienen que salir al patio más a menudo, lo que podría suponer un inconveniente para nuestras clases.

- Espectadores. Si el patio linda con las calles de la población, no es extraño tener a los mayores y las amas de casa de espectadores de tanto en tanto.

- Transporte de material. Normalmente el almacén de material está en el edificio de la escuela, esto ocasiona pérdida de tiempo a la hora de su utilización y dificultad con los aparatos pesados.

- Climatología. Siempre se está obligado a tener en cuenta la temperatura y la lluvia.

- Programación mermada. No todos los contenidos de E.F. pueden ser desarrollados a la intemperie.

Existen, además de los descritos, unos espacios que no pueden considerarse ni cubiertos ni descubiertos y que podemos encontrar en muchas de nuestras escuelas, son los porches. Estos son unos espacios adosados al edificio principal de la escuela en los que nos podemos proteger de la lluvia pero no del frío; su piso suele ser duro, y sus dimensiones escasas, pero pueden ser mejor solución que dejar a los niños en el aula.

2. Espacio del Profesor

Los profesores de otras áreas de co-

nocimiento saben, cuando entran en sus aulas, dónde situarse, cual es su espacio y dónde se colocarán sus alumnos, dónde localizarlos en un momento determinado, y de un simple vistazo, controlar los que están y los que faltan.

En los espacios donde se imparte la Educación Física, estas localizaciones son más complejas.

En el espacio dedicado a las clases de E.F. se pueden encontrar tres espacios propios del profesor:

- Espacio inicial: desde donde se comienza la clase, se dan explicaciones, se dejan los materiales propios (apuntes, listas de alumnos, silbato, llaves, etc.) y los alumnos localizan fácilmente a su profesor.
- Espacio de trabajo: es aquel por donde el profesor se mueve, dirige y controla a la clase, normalmente está representado por todo el espacio disponible.
- Espacio administrativo: donde el profesor ordena sus programaciones, guarda sus carpetas y fichas, y recibe a los padres. Generalmente, y cuando no hay más posibilidades, este espacio coincide con el almacén, en el que el profesor habilita una zona donde colocar una mesa, pero también puede ser un despacho más o menos alejado de la zona de trabajo.

3. El lugar de los Alumnos

Aunque todo el espacio está disponible para ellos, es aconsejable que todos

sepan de antemano cual es su espacio en situaciones como escuchar explicaciones, depositar sus objetos personales, trabajar determinados objetivos, etc.

Si se establecen grupos desde el principio de curso, se les numera, y se les facilita un lugar en el espacio de trabajo, evitaremos muchas pérdidas de tiempo.

Muchos profesores utilizan los bancos suecos, debidamente colocados, para recibir a los alumnos y dar las primeras explicaciones de la sesión, en este caso cada niño conoce el lugar donde sentarse que será el mismo en el que depositar sus efectos personales.

b) Materiales específicos

Son aquellos que utilizamos para impartir nuestras clases, y los podemos clasificar de muchas formas pero lo haremos según sea su instalación:

Materiales fijos:

- +de suelo: bases de tableros, postes de redes, puertas de DxTs, etc.
- +de pared: espalderas, escalas, rocódromos, dianas, etc.
- +de techo: cuerdas de trepa, canastas de baloncesto, anillas, etc.

Materiales móviles:

- + aparatos grandes: potro, plinto, bancos, colchonetas, barras, etc.
- + aparatos manuales: balones, pelotas, aros, picas, etc.

La situación de estos materiales, su colocación y su disponibilidad, deben ser tal que no nos obliguen a perder mucho tiempo para su utilización, así como no estorbar cuando no los utilizamos

Los materiales móviles grandes plantean problemas a la hora de almacenarlos, el almacén debe tener fácil acceso para facilitar su traslado al lugar de trabajo.

Los materiales manuales presentan como principal problema la dificultad de su custodia, son fáciles de perder, y se deterioran con facilidad. La mejor solución para el transporte y almacenaje de este tipo de material son las jaulas con ruedas de cualquier material resistente y si tienen cerramiento mejor.

En nuestras clases también utilizamos otros materiales no específicos del área:

Aquellos que se pueden adquirir en el mercado, como conos de tráfico, neumáticos, pañuelos, etc.

Y aquellos que son materiales reutilizables: periódicos, envases plásticos, papel de embalar, etc.

c) Los riesgos del área

La salud de los alumnos.

Aunque en los últimos tiempos, parece que la E.F. se imparte para "entretenir" a los alumnos, no podemos perder de vista la principal función por la que surgió la E.F. como materia obligatoria

dentro del curriculum escolar: el mejor desarrollo de los alumnos como seres físicos, con cuerpo y con posibilidades de movimiento.

Lo que se pretende es mantener y mejorar el desarrollo normal de los alumnos, y para ello debemos:

- Conocer el grado de desarrollo físico de los niños. Se impone la evaluación inicial.
- Convencer a los alumnos de la necesidad de realizar el ejercicio físico sin adornos (anillos, relojes, cadenas, etc.) que puedan producir cortes o contusiones.
- Evitar esfuerzos innecesarios. Clarificar la selección de los contenidos.
- Controlar los tiempos de digestión. Verificar las comidas y los desayunos en el centro.
- Vigilar las fatigas. Prestar atención a la sudoración y el color de la piel, así como enseñar a los niños a tomarse las pulsaciones y autocontrolarse.
- Evitar los enfriamientos bruscos. Respetar la vuelta a la calma.
- Prestar atención al aseo después de las clases.
- Disponer de un botiquín de urgencias con lo necesario para limpiar una herida, vendar un golpe, o aplicar una pomada calmante.

La salud del profesor

- Evitar el trabajo en frío. Si vamos a implicarnos en la clase, hacer nuestro

propio calentamiento o calentar al tiempo que los alumnos.

- Evitar el trabajo repetitivo. Si tenemos que ayudar en alguna actividad, dosificar el esfuerzo, bien haciendo grupos, bien trabajándolo en días alternos.
- Dosificar el esfuerzo en cada clase. Pensar que la clase en cuestión no es ni la única ni la última, y la carrera profesional es larga.
- Vigilar el nivel de estrés. Adoptar medidas de disciplina consensuadas con los alumnos, para evitar enfados.

El miedo y la responsabilidad.

No son pocas las denuncias que se van produciendo contra los responsables de la E.F. en sus clases.

Esto hace que los profesores no quieran correr riesgos en el desarrollo de su trabajo, y se limiten a programar juegos sencillos huyendo de cualquier actividad que conlleve un riesgo.

Pero la responsabilidad y la profesionalidad se ven cuando, a pesar del riesgo, el programa se imparte en su totalidad adoptando las medidas de seguridad necesarias.

Se hace necesario, y cada vez más, pedir un certificado médico que especifique que el alumno no tiene problemas para recibir nuestras clases, así como el permiso de los padres cuando se vaya a salir del centro.

La clarificación de las actividades a

realizar, y el convencimiento de su necesidad real, evitará accidentes.

La voz y otros instrumentos

Todos los profesores acaban teniendo problemas con la garganta, es su instrumento de trabajo, lo utilizan a diario y no siempre correctamente. Sería necesario que, desde la Facultad se nos enseñara a utilizar la voz de forma correcta, pero mientras esto llega podemos recordar ciertas recomendaciones.

En nuestro caso el problema puede ser peor. Los espacios grandes obligan al profesor de Educación Física a utilizar la voz de manera forzada, y al estar a la intemperie, la mayor parte del curso, sufrimos más los cambios de temperatura, esto hace necesario observar algunas normas preventivas:

- Reservar la voz en la mayor medida posible. No hablar por hablar.
- Vocalizar despacio emitiendo los mensajes con claridad. (En Extremadura hablamos demasiado deprisa)
- Conseguir el tono idóneo de la voz para que se nos oiga en todo el espacio pero sin llegar al grito.
- Cerciorarse de la atención de todos los alumnos antes de emitir el mensaje, esto ahorrará tener que hacer repeticiones
- Utilizar ayudas sonoras siempre que sea posible, estos nos ayudarán a conservar la voz
 - Silbato
 - Pandero

- Palmas

Estos instrumentos pierden eficacia si los utilizamos con profusión, si los alumnos se habitúan, su sonido pasa desapercibido, pero si aprendemos a utilizarlos nos sacarán de más de un apuro en caso de padecer una disfonía.

d) El trabajo subterráneo

Hay pocas áreas de conocimiento que, como la E.F., se vean tan implicadas en la organización, dirección y vigilancia de eventos fuera de sus horarios académicos.

En la mayoría de los colegios de nuestro entorno, se celebran algunas festividades, que podríamos considerar extraescolares, como la Navidad, el día del centro, el patrón o la semana de la comunidad autónoma.

En estos casos y de forma invariable, es el profesor de E.F. a quien se le encarga de organizar algún partido, algún teatro, alguna excursión.

Va siendo hora de repartir el trabajo entre todos, podemos y debemos implicar a los otros compañeros en esa tarea, los de Lengua pueden seleccionar un texto para representar y vigilar la actividad, los de Manualidades pueden encargarse de los decorados, los trajes, etc., los de Naturaleza, organizar una recogida de plantas, animales, piedras, etc. como en un campeonato de velocidad por equipos, etc.

No se trata de renunciar a esta tarea, sino de aceptarla implicando a los demás.

Todo lo expuesto anteriormente, constituye lo que hemos llamado "La otra didáctica", esa parte del aprendizaje que no se estudia en los libros de texto, pero que creemos muy útil cuando nos enfrentamos por primera vez a un grupo de clase en la especialidad de Educación Física.

Seguro que quedan algunos temas en el tintero, pero este adelanto puede resultar de alguna utilidad.

Bibliografía

- Castejón Oliva, F.J. (coord..) (1997) "Manual del Maestro especialista en Educación Física"ed. Pila Teleña. Madrid
- Chivite, M. (1989) "Aspectos didácticos de educación física,2" ed. ICE. Universidad de Zaragoza.
- Ruiz Pérez, L.M. (1987) "Desarrollo motor y actividades físicas"ed. Gymnos. Madrid
- Siedentop, D. (1998) "Aprender a enseñar la educación física." ed. Inde.Barcelona.
- Tinning, R. (1992) "Educación física: la escuela y sus profesores."ed. Servei de publicacions. Universidad de Valencia.