

ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS

(Aspectos pedagógicos)

Por: Carlos Eduardo Vargas Olarte*

RESUMEN

La presente exposición pretende presentar la importancia y necesidad de tratamiento pedagógico de las actividades físicas recreativas, dada la opción socioeducativa que éstas presentan a la base de los procesos de comunicación y de aprendizaje de comportamiento social que en ellas se pueden generar.

No se intenta en modo alguno presentar este campo como el más óptimo para ello, ni tampoco como un sendero generador de virtudes sociales, se trata más bien de presentar las formas de comportamiento social que se puedan promover dentro de la práctica de actividades físicas recreativas sin que haya la necesidad que sean estrictamente dirigidas y supervisadas, como consecuencia de un buen manejo del "currículo oculto" de las actividades físicas en la escuela o en la secundaria.

Tomando un modelo esquemático general, se plantea la proyección que debe hacerse desde los procesos formales de la escuela hacia lo informal extra-escolar con proyección a la vida futura del escolar y a la atención de la creciente necesidad que tiene de preparación para el ejercicio de la espontaneidad, la creatividad y la determinación democrática y crítica dentro de las formas de organización social de las situaciones deportivas en el tiempo libre.

Es una realidad donde las actividades físicas (juego, movimiento, ejercicio, deporte, danza) han limitado (reducido) su acción educativa a la transmisión de técnicas o a la búsqueda de rendimientos, depurando movimientos y generando exclusivamente, en la

mayoría de las veces, competencias y selectividades, olvidando la disposición que tiene el hombre para jugar, disfrutar y crear en este campo no sólo a nivel de técnicas y formas de ejecución, sino también en formas de participación.

1.0 PREMISAS

1.1. Las diversas relaciones sociales que se dan en las actividades físicas, (entre ellas las deportivas) como son: Cooperación, asociación, identidad, crítica, solidaridad, sensibilidad y creatividad; no pueden ser ignoradas dentro de su práctica, ya que son estas actividades muy propicias para individualizar y distanciar el proceso social (alienación).

Los procesos de comprensión que son necesarios antes, durante y después de la propia acción deportiva o de juego o danza, constituyen esas relaciones sociales.

1.2. Si en ellas se desconocen los principios básicos del hombre, como la satisfacción de poder hacer algo con su movimiento, con su instinto de juego (Homo Ludens), con su disposición de rendimiento, de creación y de interacción con otros hombres, se desconoce también el placer que busca disfrutar con su propio cuerpo en totalidad, mente-cuerpo, como argumenta Seybold*6

"En el movimiento el hombre se percibe a sí mismo, se percata de la plenitud de sus posibilidades, aumenta su radio de acción, su mundo disponible. Finalmente la fantasía cinética, que aparte de la utilidad y la finalidad es el móvil principal de la vida motriz

halla un campo de acción en el movimiento. El aspecto común de estos factores es el placer funcional”.

El placer de trabajo que ellas hicieran y que motiva al cumplimiento y satisfacción de realizar algo, parte por la propia voluntad, por el esfuerzo y el éxito, pero no es alegría pura como el placer funcional.

1.3. Las actividades físicas proporcionan un campo que ofrece una intersección entre lo aparentemente vacío (juego) y no necesario (para unos) y el aprender a actuar socialmente. Estos factores no están contemplados en renglón especial en la escala primaria de nuestra sociedad (trabajo) —como lo necesario — Eichler*7 p. 172.

1.4. La conducta de juego entendida como una exploración del medio ambiente natural y social, Eichler, op. cit. p. 176, se inicia en la infancia con juegos primeramente físico-motores los cuales “se atribuyen significados a sí mismos, a los objetos y a las personas”. Recién, durante la tercera fase, se efectúa la diferenciación de la personalidad social, a nivel de juegos sociales, por intermedio del proceso de asumir y realizar un papel.

1.5. Entre las oportunidades que se brindan dentro de la actividad física están: practicar, aprender, corregir, comprobar, cimentar facetas (no virtuosismo — sí realidad enfrentable) que sirven para producir o motivar una adaptación real con el mundo y el momento social a través de una dinámica pedagógica social que no es la panacea pero que puede influir en las ideas, actitudes, sentimientos, valores sociopolíticos de un grupo. En ellas se incluyen experiencias específicas de juego y deporte, con objetivos: personales, sociales, de salud, de estética, de experiencias mentales y las comprensiones sociales y personales (conducta social, juego limpio, autodominio, voluntad, de juego, de alegría de movimiento y libertad de un fin). (Gruppe*1 p. 144.

2.0 ESTRATEGIAS

2.1. La Educación Física y el Deporte como compensación del trabajo escolar: situaciones de no clase.

2.1.1. La Educación Física y todas las actividades físicas, deben ofrecer la oportunidad de ser iniciadas como algo espontáneo, voluntario que se hace por gusto y con gusto, algo que en cualquier momento se pueda abandonar, que no se intencione tanto pedagógicamente sino que permita desfogarse, poder gritar, vivir el momento, ser creativo, etc.

En la escuela deben darse estas situaciones (condiciones o sentido) de no clase, sin embargo, en la actualidad se presenta la educación física como un deber, es clase, es supervisada, debe hacerse algo determinado, se debe aprender algo, se debe evaluar algo, etc. No pocas veces puede llegar a considerarse fatigosa, incómoda, aburrida, pero debe realizarse. Aunque en algunos casos, se le considera la materia más agradable de la escuela.

2.1.2. Esas situaciones de no clase, se constituyen en la base para el deporte post-escolar y se enmarcan dentro de ese contexto amplio no programado pero sí manejable que es el “currículo oculto” que Gruppe, op. cit. llama “aprendizaje no planeado” y Henting*2, denomina “oportunidades de aprendizaje libre”.

Esta exigencia del “currículo oculto”, se puede comprender como la reacción al esfuerzo unilateral de lograr una operacionalización de objetivos de aprendizaje como consecuencia de la clase programada. La programación en forma de clase es una forma de lograr los objetivos de la Educación Física que pueda ser complementada con otras formas.

Aquellas situaciones no programadas en forma de clase y aquellos objetivos no fija-

dos, que a veces se logran, también tienen su importancia ya que son oportunidades en las cuales el alumno no aprende en el sentido corriente de la palabra (abandona, se desfoga o suspende, disfruta) y en cambio guarda un sentido de compensación o suspensión, que sí encuentran algunos adultos como medio para restablecer o equilibrarse ante la unilateralidad de las situaciones, en este caso del alumno ante la escuela.

2.1.3. La no planeación de esas situaciones tampoco es un criterio absoluto que el docente deje al vaivén del azar, para que los alumnos puedan disponer de oportunidades en las cuales puedan realizar movimientos organizados espontáneamente, practicar deportes, jugar, depende entre otras de:

– **Algunas condiciones de organización.** ¿Pueden los estudiantes llegar a obtener o aportar pequeños implementos deportivos necesarios para estas actividades?

– **Algunos requisitos legales.** ¿Permite la reglamentación de descansos que los estudiantes sin supervisión alguna, fuera de la clase, hagan algo que no sea juntarse, estar de pie o andar lentamente?

– **La división por horario del día de clase.** ¿Existen en absoluto pausas que sean lo suficientemente largas, en las cuales se puedan presentar situaciones de equilibrio?

Tales condiciones nos presentan en conjunto, como resultado, la **actividad latente**, pero no por ello menos efectiva de la escuela hacia la educación física y el movimiento, lo cual acogiéndonos al concepto de "currículo oculto" puede enunciar su "plan oculto" de movimiento. Casi ninguna de estas condiciones es inmodificable, todas son el resultado de decisiones modificables. No es fácil determinar quién ha tomado estas decisiones, muchas veces estas condiciones se han vuelto costumbre y se da por establecido que las cosas tienen que ser como están hasta ese momento.

– **Las condiciones existentes** (aparatos, espacio). El terreno de la escuela (tal como lo es fuera de las horas de clase) es un espacio de movimiento con posibilidades atractivas múltiples para practicar actividades lúdicas y deportivas?

El principio de currículum aquí enunciado quiere decir que la responsabilidad del profesor de Educación Física, Deportes, Movimiento, Danza, no está limitada a las 2 ó 3 horas de clase; su responsabilidad debe incluir el "plan oculto de movimiento". A su vez, este plan de movimiento en la escuela no debe ser analizado en forma aislada, debe analizarse en el contexto de las posibilidades de movimiento extra-escolar y de las costumbres extraescolares del alumno (evidentemente están influenciadas por la edad).

2.2. Preparación para el deporte en el tiempo libre.

La Educación física fuera de la escuela (post-escolar), no es idéntica a la educación física escolar, las condiciones propias de la vida post-escolar varían según la edad, la situación familiar y profesional. Se modifican las condiciones y motivación para la práctica de los deportes. De ahí se plantean dos objetivos: la facilitación del acceso hacia la práctica del deporte durante su período escolar y la preparación para la práctica después de su finalización.

En relación al primer objetivo, hay que tener en cuenta que el deporte es estímulo y contenido de la comunicación, por lo cual es básico proporcionar las oportunidades de contacto con sus coetáneos. La tarea de la escuela es buscar que las limitaciones de unos no disminuyan las posibilidades de comunicación.

A partir de los 10 años pueden incluirse los fundamentos de los deportes para agregarle un fondo más objetivo a la comunicación de los escolares y no olvidar que hay ai-

gunos deportes cuya forma de práctica se puede revisar puesto que no son muy propicios para estos fines ya sea por condiciones o influencias del medio.

El profesor debe:

- Conocer qué posibilidades de práctica de deporte o actividad física (que escoja el alumno) tiene fuera de la escuela y, posiblemente, qué condiciones le hacen falta para poder practicar y aprovechar estas posibilidades.
- Buscar en el plan de estudios de la escuela, la libertad de tomar en forma efectiva las medidas que permitan a sus alumnos el acceso a campos de comunicación relacionados con el Deporte.
- Ofrecer oportunidades de aprendizaje libre (comunidades de trabajo escolares) o posibilidad de practicar dentro de su misma escuela.
- Tener en cuenta que las limitaciones musculares o neuromusculares de uno u otro estudiante pueden limitar también su comunicación, y no sólo la fisioterapia lo puede atender, hay que ofrecer curvas de actividad física propias para ellos, con el fin de desarrollar y mejorar su capacidad de rendimiento y comunicación hasta un nivel en el cual puedan tener una verdadera participación en los deportes o al menos en unos tipos de actividad física (Volck*4).

Las tareas quedan planteadas así:

La preparación para la Educación Física en el tiempo libre, exige crear en la escuela las condiciones adecuadas para participar en todas las formas de deportes o actividades físicas extraescolares, presentando esta opción no como una alternativa para el alto rendimiento (Dieckert*3). La decisión final corresponde a los alumnos, a participar de ello sin suscribirse a la organización institucional o a ganar dinero por su práctica (no deporte de tiempo libre).

2.3. La preparación para la Educación Física y el Deporte post-escolar.

Este tema es punto de discusión actual ya que, una corriente de pedagogos del deporte, pretende justificar el valor del deporte, como contenido del tiempo libre con mucho fundamento pedagógico y han llegado incluso a considerar este objetivo como directriz de la Educación Física escolar, del cual según ellos, deben ser derivados los demás objetivos; y otros que no participamos de esta opinión ya que se coincide en considerar la preparación para el futuro tiempo libre como un objetivo importante entre varios también importantes. Según esta aclaración sobre la discusión actual, abordamos el tema así:

Partiendo del individuo y de las características democráticas de la recreación se ve oportuno hacer coincidencia en los procesos para definir paralelamente la opción individual de libre elección y decisión sobre su quehacer recreativo y la correspondiente necesidad de crear una individualización de la oferta (no de la forma de práctica) de actividad física para que así cumpla el principio pedagógico de estar de acuerdo con las condiciones, posibilidades y limitaciones de cada individuo.

Se propone así:

Construir un currículum en forma tal que cada alumno esté preparado para encontrar después del período escolar un tipo de deporte o actividad física adecuado para su caso particular, pero entregado a un grupo (grupos de inclinación) lo que seguramente conduce a un mayor logro del placer funcional y por qué no, del trabajo.

Cómo resolver la propuesta:

Primero que todo, no pensar en resolverlo unilateralmente como si fuera un problema de "selección de contenidos" pertinentes al tiempo libre. Las alternativas de opción

presentadas deben ser estudiadas con base en las diferencias individuales no sólo de acuerdo con las exigencias (estado atlético, motor, táctico) sino también:

- El sentido que le da cada individuo: no solamente al rendimiento, también puede estar la salud, la sociabilidad, la tensión, la recuperación, la diversión, etc.
- Las relaciones sociales: se hace algo en compañía o se hace solo; tienen los demás la misma edad o el mismo sexo? etc.
- Las otras condiciones externas (institucionales, organizativas): se realiza la actividad con organización planeada por el mismo individuo y (cuando no lo es) en una liga o en el marco de una oferta comercial o comunal?

La opción para que el alumno decida bajo criterios conscientes, no se le puede quitar, hay que tener en cuenta que su elección, tomada durante el período escolar, puede ser modificada posteriormente; por eso no hacemos recomendaciones generales (sino solamente individuales) sobre la estructuración del tiempo libre; en lo general no sabemos qué es lo aconsejable y qué no lo es; mientras que cada individuo si puede considerar sus condiciones naturales, instalaciones, necesidades e intereses.

Para completar el cómo resolver la propuesta, tenemos las siguientes indicaciones para realizar una transformación curricular dividiendo la tarea en tres niveles:

NIVEL 1: Crear condiciones que permitan al alumno el acceso a diversos tipos de deporte en la estructuración del tiempo libre, por ejemplo: 1) salidas al bosque Vs. judo, 2) Jazz/baile.

NIVEL 2: Transmitir y permitir experiencias (y costumbres) con diversos tipos de estructuración del tiempo libre, relacionados con la Educación Física y los deportes, por

ejemplo: cursos, deporte recreativo, salidas después del período escolar.

NIVEL 3: Ofrecer y enseñar a aplicar criterios de acuerdo con los cuales deben evaluarse esas alternativas, por ejemplo: instrucciones electivas, deberes sobre algo no "natural" que es el deporte y está sujeto a cambios.

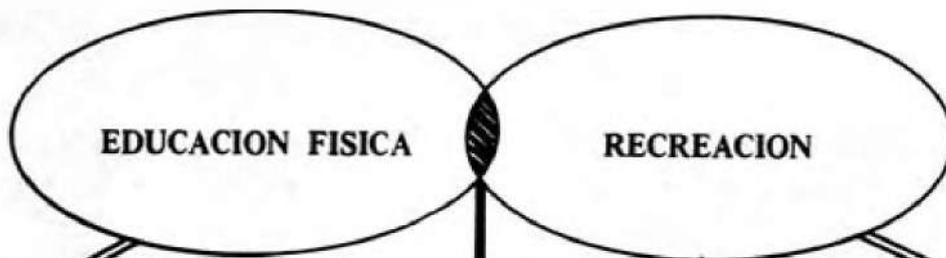
3.0 CONCLUSIONES

3.1. La integración entre la recreación y las actividades físicas se hace necesaria ya que en el tratamiento conceptual y práctico se pueden combinar sus acciones, concepciones, métodos, metas y procedimientos, dentro de los puntos de interacción que nos refuerza la orientación pedagógica social.

3.2. Las actividades físicas recreativas, sin un fondo pedagógico, se quedan en un principio que orienta la ejecución de movimientos.

3.3. Las opciones socioeducativas que propenden tanto la recreación como las actividades físicas, constituyen el soporte de la dimensión e importancia de estas actividades para la sociedad actual, no en función de resignación (aceptación pasiva) sino en acción dinamizadora de procesos sociales críticos.

3.4. Las actividades físicas recreativas deben ayudar a preparar al ser humano para afrontar lo que ocurre en la sociedad, por eso la conducta pedagógica no es la de integrar explícitamente lo que convenga y excluir intencionalmente lo que no. Al contrario, la experimentación de situaciones es lo que ha de conducir a una actitud. Eso lo demuestra la forma de convencer de un muchacho, lo exclusivamente teórico no le satisface, en cambio la vivencia, si no le satisface, le enseña; en otras palabras, también se aprende experimentando y viviendo su desconectarse de lo conceptual. Estas oportunidades están dadas en estas actividades. (Vargas, Braun*5



- Vida por jugar
- Aprender a actuar socialmente
- Exploración medio ambiente social
- Exploración medio ambiente natural
- Creatividad
- Espontaneidad
- Alegría
- Compensación
- Equilibrio (distensión)
- Salud

Desarrollo del movimiento y del rendimiento de propósitos educativos.
OBJETIVOS: sistemáticos
CONTENIDOS: Juego, Deporte, Danza, aprendizaje social, actividades físicas.
METODOS: Formales
EVALUACIONES: parametrales, de técnica, es importante.
CURRICULUM: Institucional

Medio socioeducativo que busca el desarrollo de potencialidades del individuo.
CRITERIOS: amplios
CONTENIDOS DIVERSIFICADOS: Culturales, artísticos, deportivos, juego, vacacionales
METODOS: Libres
EVALUACIONES: amplias, procesos más importantes que la técnica.
CURRICULUM: No formal

**ACTIVIDADES FISICAS
RECREATIVAS, PEDAGOGICAS, DIRIGIDAS**

BIBLIOGRAFIA

1. GRUPE O. "Algunos aspectos antropológicos de las decisiones del Currículo en Educación Física", en Sportwissenschaft (1), 1971, 156.
2. HENTIG V. "Oportunidades de aprendizaje para la Educación Física y el Deporte", en Sportwissenschaft (2), 1972, 239 - 257.
3. DIECKERT J. "Deporte del Tiempo Libre Vs. Deporte del alto rendimiento en la sociedad elitista". Freizeit sport Vs. Leistungssport. Hamburgo, 1973. 147 - 168.
4. VOLCK G. "Barreras Sociales en el Deporte". Schorndorf, 1974, 367 - 365.
5. VARGAS C. y BRAUN H. "Posibilidades Pedagógicas del Deporte, con planteamientos de acuerdo al sistema educativo colombiano". Tomo V del Convenio Colombo-Alemán en Educación Física, Deporte y Recreación. Edit. XYZ, Cali, 1980.
6. SEYBOLD A. "Principios Pedagógicos de la Educación Física". Edit. Kapelusz, Buenos Aires, 1974.
7. EICHLER, G. "Spiel und Sport in der Freizeiterziehung versus einer Soziologischen Kritik der Spieldidogic und der Spielorziahung". Stuttgart Froman 1973, 161 - 186.

* * *

* Profesor de Pedagogía del deporte y del área de especialización en recreación. Universidad del Valle, Cali. A. A. 2188.

