

# El deporte universitario como medio de formación

Por: Alberto Calderón García\*

## Introducción.

Cuál es el perfil del hombre que necesitamos en Colombia?

Un profesional eficiente, culturalmente desarrollado, comprometido sociológicamente, moralmente diáfano y físicamente bien educado, podría ser una respuesta satisfactoria, sin embargo, se queda al margen de lo idealista, pues el currículo o plan de estudios que brindan las universidades, no propicia la formación de un ciudadano íntegro.

Primordialmente la universidad latinoamericana y colombiana, con ligeras excepciones, ha centralizado su misión en la formación profesional y cultural, descuidando de paso la sicosomática. Muchas veces examinando planes de estudio, nos encontramos con la triste verdad que su tendencia es más informativa que formativa, debido a la poca intensidad en tiempo, en espacio y a la misma formulación de objetivos que se da a la preparación humanística del educando.

El desfase que existe en la formación integral del hombre colombiano se inicia en el

hogar, en que sus padres alguna que otra vez consagran parte de su tiempo al juego y a mejorar su menuda dotación músculo-articular, o su ventilación pulmonar.

En el ciclo pre-escolar y en la escuela primaria, la ausencia de profesores de Educación Física, pese a que hoy en día hay más conciencia sobre el "aprendizaje jugando" marca limitaciones en el crecimiento integral del joven. Surge el bachillerato o enseñanza media como el antídoto a la estrecha actividad que ha tenido el niño.

Pero el deficiente desarrollo de las habilidades y destrezas básicas antagoniza con la técnica deportiva, que se basa en aprendizajes motrices previos. Por otra parte el educador físico, se encuentra enfrentado al dilema de satisfacer necesidades de sus alumnos, nunca antes satisfechas, pero éstos no están en edad para rendir.

Los alumnos sobresalientes o talentos, que surgieron casi silvestres, o magnetizados por la intervención o motivación de sus padres, amigos o profesores de Educación Física, al finalizar su educación secundaria se retiran de la práctica lúdica, cuando encuentran la marcada exigencia en la etapa de adaptación a la universidad, en que se respira un ambiente de estudio e investigación.

---

\* Jefe del Departamento de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional.

Lo delicado es que los grandes deportistas de nuestro país, atletas, boxeadores, ciclistas, no han pertenecido al estamento estudiantil universitario y que los profesionales egresados multitudinariamente de nuestras universidades carecen de los conocimientos, habilidades y destrezas requeridas para luchar contra las lacras que va dejando el industrialismo y el afán de progreso, como son la vida sedentaria, la contaminación ambiental, el "stress" y sus conocidas consecuencias sobre la salud del hombre.

## El Movimiento es la Vida

Aristóteles parafraseó "El movimiento es la vida" y justamente la composición corporal del hombre lo comprueba. Un 40% de nuestro peso corresponde aproximadamente a masa muscular y 15% a esqueleto. Nuestros órganos y funciones están diseñados para servir al cuerpo en movimiento. El mismo sistema nervioso determina la demanda de movimiento del cuerpo. Por ello el cerebro es muy complejo, pues le corresponde coordinar los movimientos músculo-articulares.

En síntesis el cuerpo humano está construido para la acción y no para el descanso o la vida sedentaria, a pesar de que en nuestra época la supervivencia no ejerza una sobrecarga a nuestro corazón, circulación, músculos, esqueleto, sistema nervioso, etc., como las ejercidas por el medio de nuestros antepasados.

El hombre primitivo satisfizo sus necesidades básicas, sobrevivió a incontables peligros y laboró arduamente merced a su condición y capacidades físicas. El hombre moderno apenas se está percatando que para sobrevivir en un ambiente en que permanece sentado, transportado y acostado, precisa un estímulo vital para su organismo denominado ejercicio.

## Funciones del Deporte

Retomando el documento básico del Deporte Universitario, en que sus autores tipifican el deporte universitario en Formativo, Recreativo y Competitivo, es trascendental reflexionar sobre las funciones del deporte en la humanización de la educación, abierta a las tres concepciones mencionadas.

### 1. Complemento formativo

Como apreciamos en la introducción, el hombre colombiano no ha cumplido adecuadamente las etapas de aprendizaje motor en la escuela primaria y secundaria. Podría tratar de vivenciarlas en la Universidad, último escalón de enseñanza dirigida, tangencialmente le ofrece oportunidad de hacerlo.

La formación universitaria debe apuntar hacia la promoción de desarrollo normal del hombre en sus ámbitos físicos, psíquicos, emocional y espiritual, para compensar los innumerables vacíos de los procesos educativos anteriores y equilibrar los efectos deformantes de la vida tecnológica e industrializada.

Como un "ser artificialmente reducido" describe el pedagogo alemán Heise, el alumno, pues la enseñanza escolarizada es fundamentalmente de forma verbal, circunstancial que debe propiciar la utilización de la **didáctica de movimiento**, para motivar un cambio.

### 2. Incentivo al descanso

El descanso de acuerdo a varios especialistas no debe ser ocio sino cambio de actividad. La rutina de la vida cotidiana académica rescatada por algunas metodologías atractivas fomenta la apatía, la tensión, la concentración máxima, etc., que cansan al organismo humano. En cambio las actividades deportivas modifican el estado monótono y tendencioso a que se ve sometido el estudiante y produce efectos relajantes.

En la actividad física y deportiva el alumno se libera. Su esfuerzo aumenta la asociación con sus compañeros ocasionales o de curso, que sumadas a cambios, un ambiente (al aire libre p.e.) resulta ser una experiencia agradable y recuperadora.

### 3. Fomento de salud

"Para la institución escolar actual lo corporal sólo existe como algo marginal": escribe Ommo Grupe. En verdad parece que se le prohíbe moverse al estudiante, pues no hay alternativas, instalaciones o material adecuado y profesores idóneos para mejorar su desarrollo, prevenir sus enfermedades o mantener su condición saludable.

Los ejercicios aumentan los valores de tipo biológico, fisiológico y motriz y como contenido del currículo son la única asignatura que influye directamente en la salud física y mental del alumno universitario.

La actividad deportiva juega un papel rehabilitador y preventivo en el desenvolvimiento social, psíquico y físico de los estudiantes, comprometidos en una sociedad invadida por el sedentarismo, por la neurosis, sicopatía, cansancio permanente, etc., y previene contra las malformaciones y el desequilibrio sicofísico.

### 4. Coadyuva bien al esparcimiento

"Los juegos son la Sonrisa de la Humanidad" reza un refrán anónimo, que resalta la trascendencia de las actividades recreativas libres para el estudiantado universitario. En sí lo prioritario es que el alumno apunte su mirada a la felicidad aunque sea por cuotas.

La evolución de un hombre, encasillado en la prohibición y en la inhibición, influido por la pedagogía paterna y escolar del "eso no lo hagas" que más tarde se denomina disciplina en la universidad y manual de funciones y deberes en el campo laboral, determina que un currículo complazca al hombre en alejarse de las cosas serias y gra-

ves, de lo dirigido y expectante, de los condicionamientos en general y rubrique su optimismo por la vida, dándole armas para salir de la rutina y el aburrimiento.

### 5. Causas de Socialización

La industrialización y tecnología, la inseguridad y desconfianza, están llevando al hombre colombiano a "ensimismarse" aunque su sentido gregario aún más propio del hombre de nuestra latitud, cobre toda su fuerza en eventos como la "Caminata de Solidaridad".

Los escasos momentos de interacción, aunque la didáctica y metodología de la enseñanza plantea sistemas grupales, se ven obstruidos por la exigencia de la vida estudiantil y recónditamente por un afán de competencia intrínseco de cada humano.

En actividades físicas y recreativas bien estructuradas, el joven estudiante puede afirmar el concepto de cooperación, en una sociedad que se torna beligerante por la competición, por el logro de aspiraciones a cualquier precio.

El espectador deportivo de una vez por semana, está siempre rodeado de otros fanáticos en el estadio y a pesar de gritar por el mismo equipo, esporádicamente llega a dialogar con su vecino. Por un lado la tecnología de un aparato transistor lo aliena, y por otra su poca educación para la comunicación le frustra cualquier posibilidad de relacionarse.

"En pantaloneta y tenis todos somos iguales" digo informalmente, pues en el deporte no hay distinción de ninguna especie y su característica es la democracia, el entendimiento, la comprensión y la simpatía, actitudes que se despiertan o se mejoran en el deporte y son indispensables en una sociedad que está perdiendo su fraternidad, compañerismo y deseo de "compartir".

### 6. Mejoramiento del rendimiento humano

El educador inglés Stanley Hall, sentenció "con los músculos se han realizado todas

las obras de la humanidad". El Profesional que egresa de la Universidad está llamado a proseguir construyendo el futuro y debe ser preparado para éllo mediante la sistematización de actividades físicas, que mejoren su nivel sicomotriz.

Investigaciones en diversas regiones del mundo han demostrado que un hombre apto y en condición física, produce más en la empresa, aunque hay entidades laborales que ven la recreación de sus empleados como medio utilitario para incrementar su productividad.

Podríamos trasladar el concepto anterior, a la productividad estudiantil que es uno de los fines de la universidad de mayor auto-realización en su campo ocupacional.

### Un Ejemplo

Una investigación realizada por el autor y sus estudiantes de la asignatura **Recreación**, de la Universidad Central del Valle, dirigida a los primeros semestres —primíparos— de cuatro carreras, de dedicación nocturna y que en un 80% trabajan durante el día como maestros, arrojó sorprendentes resultados.

Tomando como parámetro 168 horas semanales de vida y para dormir y asearse 62 horas, los estudiantes, utilizaban su tiempo así:

ACTIVIDAD	TIEMPO
Trabajo	25 horas
Estudio	20 horas
Actividad social	20 horas
Deporte	2 horas
Eventos culturales	14 horas
Hacer nada	25 horas
Dormir, asearse y comer	62 horas
Total	168 horas semanales

Entre casi 120 estudiantes entrevistados, se pudo establecer que la actividad mínima de la semana era el **deporte**, mientras que la

máxima era **hacer nada** (exceptuando el dormir, comer y asearse). Nos preguntamos aquella ocasión, comentando los resultados de la investigación, por qué no se incrementaba la práctica deportiva de la universidad para evitar ese gran lapso vacío de 25 horas a la semana.

### Problemática del Deporte Universitario

Muchos postulados más, similares a los anteriores, podríamos plantear.

Sin embargo, encontraríamos mayor número de obstáculos que desarticulan el factor educativo del deporte universitario. Pero en virtud a éllo es importante destacar tres de los más importantes de carácter conceptual, que complementarían lo planteado en el Documento Básico del Deporte Universitario (ciclo administrativo).

#### 1. Masificación Vs. Elitismo

El esquema piramidal sustentado por los alemanes en el desarrollo del deporte en la sociedad, no se ha previsto en Colombia y menos aún en la Universidad. La base de la pirámide estaría conformada por la masificación de las actividades físicas, recreativas y deportivas en vías de lograr no solamente el mejoramiento cualitativo del estudiante, sino también la formación de un deportista de alto rendimiento.

Por problemas presupuestales, más que de políticas administrativas, la universidad ha invertido más en el respaldo del deportista de élite, que en la generalización del deporte entre todos sus estudiantes.

Algunas ocasiones parece que la Universidad está influida del acontecer olímpico actual en que contraviniendo los ideales del Barón Francés Pierre de Coubertin, restaurador de las olimpiadas modernas, emplea el desempeño y marcas y registros de sus atletas y deportistas, como promoción a su sistema educativo. O beneficiamos a unos



pocos, o nos comprometemos con todos los estudiantes de nuestros claustros. O bien satisfacemos a todos, pero a qué precio?

## 2. Cooperación Vs. Competición

El deporte, especialmente el de alto rendimiento, trae consigo el afán de lucimiento, la discriminación y estratificación, el estrellato, y con ello un alto sentido de competencia, que desliga al hombre de su afán solidario y cooperativo.

Es importante dar un transcurso pedagógico al deporte para evitar sus vicios, pues el deporte de competencia, tiene virtudes, pero también en su objetivo común que es la victoria, puede filtrarse, actitudes nocivas, para el profesional del mañana.

## 3. Deportistas o profesionales

En países avanzados, como Estados Unidos, el rendimiento escolar de los deportistas se ve cuestionado, porque ellos utilizan la mayoría de su tiempo entrenando y compitiendo. No obstante la investigación realizada por dos sociólogos de la Universidad de Oregón, Shafer y Arner<sup>(3)</sup>, que estudiaron un grupo de 585 estudiantes discriminados entre deportistas y no deportistas, produjo las siguientes conclusiones:

- a. Los deportistas alcanzaron mejores notas que los no deportistas.
- b. A mayor participación en deporte más éxito en los estudios.
- c. La participación en deportes hace permanecer más a los estudiantes en la Universidad (ambiente de estudio).

Otras investigaciones convergen a conclusiones similares. La profunda diferencia con el medio colombiano, es el sostenimiento económico del estudiante deportivo que lo introduce desde los albores de sus estudios universitarios en el medio laboral. Así que tiene que servir a tres patrones: el aca-

démico, el deportivo y el laboral, disminuyendo lógicamente su rendimiento en cada uno de ellos.

Por otro lado, como anotamos previamente, la universidad está llamada a colaborar a la formación de los deportistas representativos de Colombia, pues analizando la edad de los deportistas que intervienen en los juegos olímpicos, ésta cada vez se hace menor.

Olimpiada	Año	Sede	Edad Promedio
XV	1952	Helsinki	27.5
XVIII	1964	Tokio	25.3
XXI	1978	Montreal	24.9

Esto incide en planes deportivos universitarios que resuelven la problemática de la etapa de transición entre bachillerato y universidad (aproximadamente de 17 años) y es aquella justamente en que el estudiante acaba su actividad deportiva escolarizada, pasado si tiene interés al deporte de liga y federación, que culmina a la edad en que se hace profesional. Esto se deduce de la distribución de edades por deporte que hace el médico de Coldeportes Efraín Sánchez, en su análisis poblacional deportivo.

Sánchez encontró que la participación en 17 deportes de alto rendimiento en la Regional de Deporte en Bogotá, era de 13 deportistas entre los 15 y 19 años y de 101 entre los 20 y 24 años, o sea que en un 60% de los 289 deportistas de alto rendimiento de Bogotá, estaban en edad post-universitaria.

Empero en la tabla de "Escolaridad" del mismo autor, se comprueba lo contrario, pues una minoría **28 casos**, eran universitarios o sea que 146 de los 174 tenía otra dedicación en 1970.

## El Decreto 80 de 1980

El artículo 80 del decreto 80 de 1980, sirve de soporte para emprender una verdadera transformación en la vida universitaria,

pues su texto dice que: "La formación Universitaria se caracteriza por su amplio contenido social y humanístico y por su énfasis en la fundamentación científica".

Como hemos analizado el deporte universitario abre una senda dentro del contexto social y humanístico enfatizado por el Decreto que nos ocupa. Esto determina preparar un educando que al finalizar su carrera, se integre fácilmente a la sociedad y tenga conciencia del humanismo, circunstancia que no es exclusivamente dependiente de su labor de aprendizaje en materias académicas, científicas e investigativas, sino que se vivencia con optimización en las actividades físicas, recreativas y deportivas.

### El Decreto 3191 de 1980

"El aprendizaje", sostiene el decreto 3191 de 1980, "es un proceso integral que combina la actividad teórica de la clase con la actividad práctica, la investigativa y el trabajo independiente del alumno", y establece la Unidad de Labor Académica (ULA) que es "La medida del trabajo académico evaluable, realizado por el estudiante a través de las experiencias de aprendizaje, previstas en un programa de formación superior".

Esta ley favorece ampliamente la obligatoriedad del deporte universitario, amparada en la Ley 80, dado que la actividad física, la recreación y el deporte se ajustan perfectamente a las perspectivas metodológicas de la ley 3191, así:

- a. La ULA de tipo "A" o clase dirigida, se adapta a la concepción de una clase de acondicionamiento físico, de recreación impartida, o de entrenamiento en deporte de alto rendimiento.
- b. La ULA de tipo "B", que equivale a dos horas de actividad práctica supervisada por el docente, se adapta a la metodología del deporte universitario que permite fomentar la autodeterminación del es-

tudiante, sin sujetarlo completamente a la decisión del profesor. Así el estudiante va siendo consciente de la importancia de continuar practicando actividades físicas en su tiempo libre.

- c. La ULA de tipo "C" que equivale a "tres horas de actividad académica independiente, teórica, o práctica, desarrollada con asesorías y evaluación por parte del docente", es quizás la metodología que reivindica acciones que ha venido cumpliendo el deporte universitario desde su génesis.

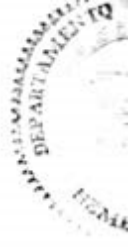
Cuántos jóvenes estudiantes han pasado por la universidad, sacrificando su tiempo en la organización de eventos, en arbitraje de los mismos, en la orientación desinteresada de sus compañeros y participando en representación de su "Alma Mater", que acaso le ha dado el uniforme deportivo, sin que hayan tenido recompensa.

La ULA "C" permitiría retribuir al estudiante su dedicación al deporte universitario y ayudaría al autofinanciamiento de la universidad.

Aparte del aspecto anterior, la ULA "C" prepara al estudiante para su futuro, pues propicia su responsabilidad, y si de deporte se trata, muy seguramente nunca en la vida dejará la práctica. En este último hay que reconocer que la universidad debe brindar actividades físico-deportivas, para que el alumno las practique toda la vida.

### La flexibilidad curricular tabla de salvación

Muchos autores entre ellos William Alexander, Benjamín Blum, Mario Leyton Soto, Hilda Taba, Arieth Lewy, enfatizan la importancia de la flexibilidad en los planes de estudio. Merced a ello en la mayoría de los centros educativos superiores, el porcentaje mínimo que se brinda al concepto "Flexi-



bilidad", se utiliza como Paleativo para generar alguna acción mejoradora de la conducta sicomotriz del universitario.

Lamentablemente la afirmación anterior reitera que el universitario podría o no mejorar su condición fisiocodeportiva y recreativa, si es su deseo dentro de la definición de su perfil profesional.

Soy de los que piensan que la flexibilidad curricular debe estar enfocada a forjar los deseos de los estudiantes, mientras que la obligatoriedad debe ser directriz que otorgue el medio docente superior para satisfacer las necesidades de sus alumnos.

Aunque hace muchos siglos, el filósofo griego Demócrito dijo: "La fuerza de la inteligencia, aumenta con la salud del cuerpo, cuando el cuerpo está enfermo, la mente es incapaz de pensar", aún seguimos desechando la evidencia de las repercusiones que tiene un buen programa deportivo, educativo-físico, y recreativo, en la salud del estudiante universitario.

Por otra parte como lo establece el pensador español José María Cagigal "El deporte al servicio del hombre comporta una serie de hábitos y aprendizajes transferibles a la vida no deportiva".

## Los Objetivos

Muchas y variadas actividades puede ofrecer un programa de deportes en la universidad, dependiente de las siguientes áreas:

- Conceptos
- Juegos
- Danzas
- Educación del Movimiento
- Autoconcepto de la Imagen Corporal
- Percepción Motora
- Deporte para toda la vida.
- Deporte Competitivo.
- Aprendizaje Motor.
- Acondicionamiento Físico.

El ofrecimiento debe ser de carácter obligatorio en los conceptos educativo-físicos, recreativos o deportivos y elegibles en la especialización que escoja el estudiante.

La parte obligatoria común a todas las carreras podría tener los siguientes objetivos:

- a. Promover el entendimiento del papel que juega la educación física, el deporte y la recreación en la sociedad colombiana.
- b. Enseñar al estudiante, el desempeño del organismo humano, estructura, funciones, capacidades y limitación en relación con las actividades físicas.
- c. Presentar información concerniente al valor del ejercicio en desarrollo de todos los aspectos de la condición física.
- d. Promover un adecuado conocimiento del significado de condición física, destreza, desempeño y rendimiento humano, mecánica corporal, postura, obesidad "stress" y los valores del ejercicio.
- e. Presentar al estudiante diferentes programas para que vaya en vías de conseguir acondicionamiento físico y eficiencia en la vida diaria.
- f. Proveer consejería y guía al estudiante en la selección de actividades para sus necesidades inmediatas y futuras.
- g. Colaborarle al estudiante en la búsqueda de las aptitudes físico-deportivas.
- h. Enseñar al estudiante a desempeñarse correctamente en la ejercitación, la técnica, etc.
- i. Conducir al estudiante hacia el aprendizaje de los primeros auxilios.
- j. Desarrollar habilidades en la interacción social, que faciliten un comportamiento ético en los asuntos de cada día.

- k. Introducir al estudiante en la cultura deportiva, a través de su participación intensiva en eventos y certámenes.
- l. Inducir al estudiante al desarrollo de la actividad, de sentimientos emocionales, esparcimiento, conciencia y riesgo a través de las actividades físicas.

### La parte electiva u opcional

Estaría determinada por las actividades deportivas, recreativas y educativo-físicas propias de la región, sustentadas en el documento básico del deporte universitario (3.a.) cuyos objetivos están formulados para satisfacer los dominios afectivos, cognoscitivos, y sicomotores del educando.

### Conclusiones

Analizando el deporte como medio de formación, me permito plantear las siguientes conclusiones:

1. Introducir el deporte como una asignatura obligatoria en todo currículum universitario.
2. Aprovechar la flexibilidad curricular para ofrecer posibilidades de acuerdo a los deseos e intereses de los estudiantes.

3. Aplicar las diferentes metodologías utilizando el sistema de ULAS, en difusión del deporte como materia en la formación superior.
4. Instruir al estudiante para que continúe ejercitándose durante toda la vida.
5. Programar hacia el éxito.
6. Individualizar, clasificar, nivelar, y adecuar la enseñanza.
7. Desarrollar un ambiente universitario abonado para el compañerismo "Fair-Play", la realización potencial de estudiante, y el mejoramiento de su salud, bienestar, seguridad, para el enriquecimiento de su personalidad.

### Recomendación Final

Llamar la atención al ICFES (Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior), para que estudie la posibilidad de gestionar ante las universidades colombianas la implantación del deporte universitario, como una asignatura obligatoria dentro de sus planes de estudio.

### Bibliografía

- Zvonimir, Ostelc. Necesidad de la Educación Física, el deporte y la recreación. Santiago de Chile Ed. Academic Isadora Xuncan, 1968.
- Guillemain, Bernard. El deporte y la Educación, Buenos Aires Ed. Ruy Díaz S.A. 1968.
- Palacios, Juan José. Hablando de Deporte Universitario. Boletín de la FIEP, Vol. 50, 3, 1980.
- Andrivet, Robert. Fisiología del Deporte, México Ed. Diana S.A. 1967.
- Arenas, Ciro y Otros. Documento Básico del deporte universitario ASCUN 1982.
- Singer R. Dick M. Teaching Physical education Edit. Houghton Mifflin Company Boston 1980.
- Grupe, Ommo. Teoría Pedagógica de la Educación Física, Madrid, Edt. Instituto Nacional de Educación Física 1976.
- Van Huss Wayne. Englewood Cliffs, N.J. Physical Activity in modern living. Edit. Prentice Hall Inc. 1969.