

**TRABAJO DE FIN DE GRADO  
DE MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**REVISIÓN TEÓRICA**

**EL ESTATUS ACTUAL DE LA  
EDUCACIÓN FÍSICA**

**ALUMNA:**

**MARÍA VELÁZQUEZ FRANCISCO**

**TUTOR:**

**ANTONIO GÓMEZ RIJO**

**CURSO ACADÉMICO 2018/2019**

## **EL ESTATUS ACTUAL DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

### **Resumen**

El propósito de esta revisión, es conocer el estatus actual que tiene la educación física para la sociedad. Para ello, ha sido necesario definir lo que entendemos actualmente por EF, y realizar una recopilación de la historia de esta desde el siglo XVI hasta la actualidad, pasando así por diferentes escuelas que trataban la gimnasia, término usado anteriormente para referirse a lo que hoy entendemos por EF, y por diferentes corrientes, presentes actualmente en esta asignatura. La EF no ha sido obligatoria en todo momento en los colegios de España, pasando por Rabelais que le daba mucha importancia al cuerpo, hasta la ley de EF, que fue la primera vez que la EF se imparte en las escuelas, aunque no como lo es en la actualidad con la LOMCE, por lo que el conocimiento del recorrido histórico de ella es de vital importancia.

Por último, cabe destacar que la EF proporciona una serie de beneficios tanto corporales como de intelecto, y así ha sido comprobado mediante diferentes estudios. A pesar de todo lo que proporciona esta materia, no es valorada socialmente como debería, teniendo en cuenta el carácter obligatorio de esta en los colegios de España.

### **Palabras clave**

Actividad física, gimnasia, corrientes, estatus, beneficios e historia.

### **Abstract**

The purpose of this review is to know the current status of physical education for (the) society. For that, it has been necessary to define what it is currently understood by PE, making a compilation of the history of this from the sixteenth century to the present, passing through different schools that referred to gymnastics, a term previously used to allude to what it is understood by PE today, and by different currents, present in this subject nowadays. PE has not been always mandatory at Spanish schools, going through Rabelais that gave a great importance to the body, up to the PE law, which was the first time that the PE was taught in schools, although not as is currently with the LOMCE, so the knowledge of the historical route of PE is of vital importance. Finally, emphasise that PE provides a lot of benefits both body and intellect, it has been proven through different studies. In spite of the benefits of this subject and taking into account the obligatory nature of this subject in the schools, it is not valued socially as it should be.

### **Key words**

Physical activity, gymnastics, currents, status, benefits and history.

## ÍNDICE

<b>1. Delimitación del campo y objeto de estudio. Justificación .....</b>	<b>1</b>
<b>2. Marco teórico.....</b>	<b>2</b>
<b>2.1. Concepto e historia de la educación física .....</b>	<b>2</b>
<b>2.2. Las diferentes Escuelas.....</b>	<b>6</b>
2.2.1. Escuela Alemana... ..	6
2.2.2. Escuela Sueca... ..	7
2.2.3. Escuela Francesa.....	8
2.2.4. Escuela Inglesa.....	9
<b>2.3. Corrientes del siglo XX.....</b>	<b>10</b>
2.3.1. Psicomotricidad.....	10
2.3.2. Expresión corporal.....	11
2.3.3. Praxiología motriz... ..	11
2.3.4. Deportiva.....	12
<b>2.4. Implantación de la educación física en el currículo actual en España...</b>	<b>12</b>
<b>2.5. Beneficios de la educación física.....</b>	<b>14</b>
<b>2.6. Estatus actual e investigaciones acerca de la educación física... ..</b>	<b>17</b>
<b>2.7. Selección, estructuración y secuenciación de fuentes documentales.....</b>	<b>18</b>
<b>3. Síntesis y discusión .....</b>	<b>20</b>
<b>4. Referencias bibliográficas.....</b>	<b>23</b>
<b>Anexos... ..</b>	<b>28</b>

## 1. Delimitación del campo y objeto de estudio. Justificación.

El trabajo que aquí se presenta, recoge una revisión teórica en base a una revisión bibliográfica acerca de las propuestas de diferentes autores relacionados con la importancia de la EF en la sociedad, para, posteriormente desarrollar un análisis crítico.

Aunque son muchas las opiniones que existen acerca de esta temática. Por un lado, existen varias opiniones que reafirman el bajo estatus que se le da en la sociedad a la EF, como la de autores como Kirk, que afirma que *"para muchos profesores, alumnos y padres ocupa un estatus educativo bajo"* (Kirk, 1990, p.59) o Hargreaves (1977) que nos comenta cómo se les da mayor importancia a otras asignaturas destinadas exclusivamente al desarrollo del intelecto del niño, frente a una asignatura más práctica como es la EF, ocupando esta el último lugar por orden jerárquico si a conocimientos adquiridos se refiere (Hargreaves, 1977). Por otro lado, hay opiniones positivas de algún autor como Carr (1993), considera que la educación física es un aspecto muy importante en la educación ya que ayuda a la adquisición de conocimientos de una manera más práctica y lúdica, en comparación con otras asignaturas. Por lo que en definitiva, es otra manera de adquirir conocimientos y transmitir cultura. Es por todo ello, por lo que me he decidido a tratar este tema tan debatido para tratar de contestar a la pregunta de: ¿se le da realmente la importancia que se merece la EF?

Dicho interrogante, me lo planteo a lo largo de mi periodo de prácticas, más concretamente en el Prácticum II del Grado en Maestra de Educación Primaria, realizado en un colegio de la zona metropolitana de Tenerife. Durante este periodo, tuve la suerte de poder vivenciar desde un primer plano la peculiar importancia que le daban algunos tutores a la asignatura de EF dejando a algunos alumnos sin poder desarrollar la clase, por un mal comportamiento de estos en otra de las asignaturas. Cuando digo suerte, es porque, gracias a ello, y viendo todo esto desde la perspectiva de una futura maestra de EF me hizo llegar a plantearme algo que hasta ahora no me había planteado, y es si realmente se conoce la gran importancia que posee esta asignatura para el alumnado, y todos los beneficios que esta aporta, o si realmente los maestros de educación primaria, se han llegado a plantear la importancia que tiene la asignatura de EF , materia obligatoria en el currículo, al igual que otras áreas como matemáticas, lengua, inglés, etc. Para resolver el interrogante que me planteo durante mi periodo de prácticas, realizo una síntesis histórica de la EF a lo largo de los años hasta la actualidad, pudiendo apreciar así, los diferentes cambios por los que se ha visto afectada, hasta

la actualidad, donde la EF se considera una asignatura obligatoria y así lo contempla el currículo (LOMCE, 2013)

## **2. Marco teórico.**

### ***2.1. Concepto e historia de la educación física.***

La EF es una asignatura que se imparte actualmente en todos los centros tanto en educación primaria, como en enseñanza secundaria obligatoria y primero de bachillerato como asignatura obligatoria. Cuando hablamos de lo que es la EF, es decir, del concepto, nos encontramos con que esta tiene un carácter polisémico, es decir, no tiene unidad conceptual, ya que según la perspectiva desde la cual se observe, puede asemejarse más a una definición u otra (González, 1993). Son muchos los autores que han elaborado una definición sobre este concepto, como por ejemplo Blázquez, quien nos dice que la EF *“es una práctica escolar que se enseña de forma obligada y cuya función es la educación del individuo a través de las conductas motrices, mediante el aprendizaje de unos contenidos para lograr unos objetivos oficiales utilizando una didáctica específica y para contribuir al éxito del alumno en su formación integral* (Blázquez, 2001, p. 37). Otro de los autores que define este concepto, es Pierre Parlebas, quien nos dice que *“la educación física es la ciencia de la conducta motriz, es decir, la organización de comportamiento motor”* (Parlebas, 2003, p. 85). Un año más tarde de que Parlebas (2003) elaborara su definición, Contreras realizó otra, donde quiso dejar claro que el objetivo de la EF era educar a través de la motricidad, ya que esta ayuda a la expresión de percepciones y de sentimientos (Contreras, 2004).

Basándonos en las diferentes definiciones que han aportado autores como Blázquez (2001), Parlebas (2003) y Contreras (2004), observamos el carácter polisémico del que nos hablaba González (1993), el cual se debe a las diferentes concepciones que ha tenido esta a lo largo de los años.

Lo que entendemos actualmente por EF, se ha ido creando a lo largo del tiempo a través de diferentes concepciones que iban teniendo diferentes precursores de la materia tal y como la entendemos actualmente. Los Griegos le daban mucha importancia al cuerpo, ya que se creía necesario un desarrollo físico del hombre para lograr un desarrollo espiritual, aunque a lo largo de los años esta importancia del cuerpo y su relación con lo espiritual se fue perdiendo (Sainz, 1992).

En cambio, con la llegada del Renacimiento, se fue recuperando esa importancia que le daban los griegos al cuerpo. El Renacimiento fue uno de los periodos más importantes con respecto

a la idea de EF, y así lo afirma Rodríguez (1942) cuando dice que “*las magníficas escuelas del renacimiento hicieron de la educación física, una parte importante de la educación...*”. Durante los siglos XVI y XVII, empiezan a aparecer algunas obras escritas por diferentes autores con la finalidad de convencer a los lectores de la utilidad de la EF en la formación de los jóvenes (Sainz, 1992). Uno de los autores más destacados de la época es Rabelais (1494-1553), consiguió que se le volviera a dar al cuerpo la importancia que merecía (Sainz, 1992). Para Rabelais, la clave de la educación es “haz lo que quieras”, destacando que la educación tradicional carecía de muchos aspectos de gran importancia como lo era la EF, y así lo reflejó en su obra “*Gragantúa y Pantacrúel*” (Rabelais, 2011), visto desde una perspectiva humanista. Gracias a Rabelais y a la importancia que este le da al cuerpo (Sainz, 1992), facilita el paso a la creación de una de las primeras concepciones que tenemos de la EF, es decir, la educación del cuerpo. Otro de los autores que trata la educación del cuerpo desde la naturaleza, es Rousseau (1712-1778), teórico de la educación e introductor de la corriente naturalista en la enseñanza. Rousseau es uno de los primeros en nombrar al niño como el centro del proceso educativo, siendo este uno de los primeros autores en tomar en cuenta al niño (Rivas, 2010), ya que anteriormente, autores como Rabelais, nos hablaba de la importancia de la EF, pero enfocado a los jóvenes (Sainz, 1992), y no a los niños. Debido a esto, Rousseau justifica que el niño necesitaba experimentar por sí mismo diferentes aspectos de la vida, en breves palabras, necesita libertad para poder desarrollarse y no estar siempre dirigidos por los maestros. Cabe destacar que, Rousseau (2011), en su obra “*Emilio, o De la educación*” (1981) nos decía que para que el niño consiguiera la libertad, tendría que tener una relación plena con la naturaleza, aunque siempre a través de la actividad. De esta manera, se le da al niño la oportunidad de investigar, de tener mayor independencia y de enriquecerse por sí mismo de lo que le rodea, sin ninguna presión sobre él y sin la necesidad de estar dentro de un aula.

Entre las aportaciones de Rabelais y Rousseau, nos encontramos a Locke (1632- 1704), un empirista muy interesado en la integración de la EF en el programa educativo y así se ve reflejado en su obra (Locke, 1986). En su obra “*pensamientos sobre la educación,*” (Locke, 1986), relata los principios para una buena educación desde su perspectiva, lo cuales deberán ser físicos, morales e intelectuales (Locke, 1986). Así pues, en su obra, habla de la importancia de los ejercicios corporales, de ahí a la frase que cita de “*mens sana in corpore sano*” lo que ha influenciado a lo largo de la historia en la elaboración de lo que podemos

entender actualmente por EF (Locke, 1986). Destaca así su gran interés por la materia desde un sentido corporal.

Pestalozzi (1746-1827), otro de los autores de la época naturalista, también nos habla del ejercicio físico desde un sentido corporal. Además, hizo grandes aportaciones que muestran una clara conexión con la esencia de la EF. En su caso, Pestalozzi está de acuerdo con Rousseau en que el niño debe educarse en la naturaleza, aunque no se queda solo ahí y va más allá, ya que no cree que solo deba educarse desde la naturaleza para obtener el desarrollo integral del niño, sino que debe existir un equilibrio entre naturaleza y sociedad, siendo la familia, la que juega un papel fundamental (Pestalozzi, 2001)

Pestalozzi, fue uno de los autores clásicos de la EF, y así se vio reflejado en su obra *la velada de un solitario y otros escritos* (Pestalozzi, 2001), más concretamente en uno de los escritos de dicha obra, titulado “sobre la educación física...”, traducida por Quintana (2001). Pestalozzi fue uno de los autores clásicos de la EF (Quintana, 2001 pp.25), por lo que realiza el escrito “sobre la educación física...”, como explicación a lo que él impartía en las clases en Neuhof, una escuela donde Pestalozzi impartía docencia a los más pobres, aunque para costearse su formación, debían hacer trabajos de hilado y tejido de algodón (Soetard, 1994). En este escrito, nos habla de cuán importante es la EF, y cómo esta está estrechamente relacionada con la educación intelectual y afectiva, ejercitándose así tanto el carácter intelectual, como el afectivo y el físico-motriz (Quintana, 2001).

Por su parte, Luis Vives (1492-1540), autor español de la época renacentista, también quiso realizar aportaciones a cerca de la EF, al igual que Rabelais, Rousseau, Locke y Pestalozzi, aunque Vives en su lugar, nos relata sus ideas desde un sentido más psicológico, de tal manera que, a pesar de considerar la importancia del cuerpo, considera que el juego juega un papel transcendental como medio para conocer las aptitudes, actitudes e intereses del niño. Vives, destaca además de la importancia del juego, su carácter naturalista, por lo que dice que a los niños “*se les ejercitará en juegos que denuncien el acumen y la índole nativa, particularmente con otros niños de su edad, con los cuales congenien. Aquí no habrá la más pequeña sombra ni el asomo leve de fingimiento, sino que todo saldrá natural, pues toda competencia alumbra y revela el ingenio no de otra manera que el calentamiento de la hierba o de la leña o de la fruta que por el olor delatan su naturaleza*” (Vives, 1959, p. 26).

Este autor (Vives, 1959) no fue el único que habló de la importancia que tenía el juego en el desarrollo del niño, sino que hubo autores como por ejemplo el también renacentista Froebel,

quien estaba de acuerdo con Vives en ello. Es por ello que Froebel (1782-1852), pedagogo que marcaría un antes y un después en la educación, ya que fue el creador de la educación preescolar y del concepto de jardín de infancia (Kindergarten), bajo su premisa de la importancia del juego (Soetard, 2013), considerando así que el núcleo de la enseñanza Frobeliana es la teoría del juego como la expresión más profunda de la existencia humana. Debido a la importancia que Froebel le da al juego, todas sus propuestas metodológicas se basan en él, viéndolo así como un instrumento para que el niño se relacione y conecte tanto con el mundo interior, como con el exterior. Además, si el juego se realiza con más niños, favorece el aprendizaje de la socialización y el respeto.

Froebel estuvo muy influenciado por Pestalozzi ya que estos dos grandes pedagogos, pasaron parte de su vida adulta trabajando juntos. Froebel, tuvo la oportunidad de ayudar a Pestalozzi en diferentes actividades e investigaciones, y es de él de donde extrajo la importancia del juego en el desarrollo del niño. A pesar de la gran admiración que sentía Froebel por Pestalozzi, este cree que en algunos de sus pensamientos hay muchas lagunas, como por ejemplo el abandono de los niños más pequeños a los que no tiene en cuenta en ningún momento, lo que le ayudó años más tarde a forjar sus intereses y elaborar así su proyecto educativo (Soetard, 2013).

Froebel velaba por la libertad, al igual que Rousseau, aunque, es este caso, Froebel, no solo nos habla de la necesidad de la libertad en el niño para un desarrollo integral, sino que va un poco más allá, hablando así de un conjunto entre libertad y actividad, como aspecto fundamental en todo niño durante el proceso educativo. A su vez, se conoce a Froebel gracias a sus grandes aportaciones en el mundo de la educación, destacando sobretodo la enseñanza moderna, donde prima el aprendizaje a través enseñanza activa, de la cual fue precursor, como bien nos dice Vlasich (2010).

En palabras de Froebel (1999) *“El jugar, el juego, constituye el más alto grado de desenvolvimiento del niño durante esta época; porque el juego es manifestación espontánea de lo interno, inmediatamente provocada por una necesidad del interior mismo. ¿No es, pues, la más hermosa manifestación de la vida infantil en este período la del niño que juega, la del niño entregado enteramente a su juego?”*. (Froebel, 1999, pp. 56-57). Es por esto, por lo que para este autor, la actividad, el movimiento y el juego, eran aspectos claves y fundamentales para el desarrollo intelectual del niño (Froebel, 1999).

A partir del siglo XIX la sociedad va cambiando a raíz de las introducciones de las nuevas tecnologías, lo que influye directamente en el sistema educativo ya que empiezan a añadirse nuevas materias en los colegios, y como no, también influye en la EF, ya que aparece como tal por primera vez debido a la demanda requerida por la sociedad en cuanto a los aspectos higienistas y como medio de solución al problema del sedentarismo (Equipo de profesores del centro de documentación, s.f.)

Para cubrir esta serie de problemas y necesidades que demanda la sociedad, se van creando diferentes escuelas (alemana, sueca, francesa e inglesa) a lo largo de los años, tratando así un nuevo concepto que se introducirá a partir del siglo XIX, la gimnasia, que proviene del griego *gymnastikós* (aficionado a ejercicios atléticos), de *gymnasía* (ejercicio), que se define como la actividad destinada a desarrollar, fortalecer y mantener un buen estado físico del cuerpo por medio de una serie de ejercicios y movimientos reglados (Real Academia Española, 2018), y que no es lo mismo que la EF, término por formado por dos palabras, la primera palabra es educación, que viene del latín *educatio*, que es una suma del prefijo *ex* (“hacia fuera”) y el verbo *ducere* (“guiar”) y la segunda palabra, proviene del griego *phisis* (“naturaleza”) y el sufijo *-ica* (“conocimiento”), y es definida como el conjunto de disciplinas y ejercicios encaminados a lograr el desarrollo y perfección corporales (RAE, 2014).

Al igual que años atrás, lo que pretendían los diferentes autores naturalistas era la educación del cuerpo, a través de las diferentes escuelas, se pretende trabajar la educación del movimiento mediante la gimnasia.

## **2.2. Las diferentes escuelas.**

### **2.2.1. La Escuela Alemana**

Esta escuela se inicia con el nacimiento de la gimnasia en Alemania. Tuvo una gran influencia en la gimnasia española entre 1940 y 1970. La gimnasia en esta época, tenía un carácter meramente patriótico y militar, donde se pretendía crear individuos políticamente correctos, fuertes, disciplinados y con un gran espíritu patriótico (González, Madrera y Salguero, 2004). Uno de los principales representantes dentro de esta escuela, fue Guts Muths (1759-1839), ya que gracias a él y a su obra titulada “*gimnasia para jóvenes*” (Muths, 1793), la concepción de gimnasia se difundió y evolucionó. Muths es considerado como el padre de la pedagogía moderna, tal es así, que luchaba porque la gimnasia se combinase con la pedagogía. Además, considera los ejercicios corporales como una parte fundamental de la educación integral del niño, por lo que creía indispensable el establecimiento de la gimnasia en la escuela (Sainz,

1992). El concepto que se tenía en la Escuela Alemana sobre la gimnasia, supuso la superación del juego motor como único medio para la actividad física, del que nos hablaban autores como Vives (1959) y Froebel (1886), siendo este suplantado por ejercicios regulares, realizados bajo unos cánones de ejecución cerrados acorde con la época temporal.

Otro autor muy importante en la escuela alemana, fue Jahn (1778-1852). La publicación de una de las obras de Jahn titulada “*La gimnasia alemana en el Turnplätze*” (1816), hizo que las ideas pedagógicas de Muths (1793) se vieran en cierto modo ahogadas, ya que Jahn propuso una serie de ideas patriótico-sociales, que tuvieron un gran peso (Sainz, 1992). La gimnasia a la que se dirigió Jahn, fue a una gimnasia para los jóvenes fuertes, ágiles y valientes, vista desde una perspectiva militar, destacando así en su gimnasia propuesta su ideología nazi y la exaltación de la raza germana. Jahn además, prohibió la palabra “gimnasia” y la sustituyó por “Turkuns” (mezcla entre formación pedagógica y militar), para recalcar el origen nacional de su sistema (González et al., 2004).

### 2.2.2. *La escuela Sueca.*

Esta escuela se basa principalmente en una metodología en la que un instructor, guiaba los ejercicios que debían realizar los alumnos. Estos ejercicios eran repetitivos y simétricos, ya que se realizan de igual manera en un lado del cuerpo como en el otro. Estos ejercicios estaban divididos en tres bloques, por un lado, una introducción con ejercicios de orden, por otro una serie de ejercicios fundamentales compuestos por la movilidad de brazos, piernas y tronco, y, por último, una serie ejercicios fundamentales compuestos por saltos, trepas y destrezas (Maldonado, 2013). Esta escuela tenía una estrecha relación con la gimnasia médica.

El creador y principal representante de esta escuela, es Ling (1776-1839), médico, militar y profesor de esgrima en la Universidad de Copenhague. Ling a lo largo de su vida padece infinidad de enfermedades, entre ellas el desarrollo de gota en uno de sus brazos, lo que le produce la inmovilidad de este. Es por ello que empieza a realizar una serie de ejercicios, notando así una especial mejoría. Por lo que se interesa por la gimnasia, para así poder ayudar a otras personas. La gimnasia en la que se basa, es por tanto considerada por él una gimnasia médica (Maldonado, 2013).

Ling a sus 23 años de edad, asiste al instituto de gimnasia de Copenhague, donde se enriquece de las ideas de Muths a través de la palabra y de Nachtegall a través de la práctica. Otro de los autores de la corriente sueca es Nachtegall, por su parte, también se recreó de las ideas y

pensamientos de Muths, propagando así sus ideas en Escandinavia, y creando posteriormente en el año 1799 el primer instituto privado de gimnasia en Europa. Años más tarde, en 1801, se introduce la gimnasia como una asignatura en los colegios y tres años más tarde, en 1804, se funda también el instituto militar de gimnasia en Copenhague, y todo ello gracias a la gran influencia de Nachteggall (Sainz, 1992).

Ling permaneció varios años en el Instituto de gimnasia de Copenhague formándose y enriqueciéndose de las ideas de algunos autores, como por ejemplo de Nachteggall, autor que marcó significativamente en la concepción del término EF. Ling, siguiendo con su ideal de la importancia de dar un fin correctivo a los diferentes ejercicios físicos y el valor de modelaje al cuerpo con sus formas y actitudes, fundó el Instituto central de gimnasia de Estocolmo. Este instituto se convirtió en el centro docente de EF más prestigioso de Europa (Sainz, 1992).

### *2.2.3. La escuela francesa.*

Esta escuela está caracterizada por un enfoque natural del ejercicio físico, donde a través de los gestos propios de los humanos, se podía llegar a un desarrollo integral, aunque debido al carácter militar propio de algunos de los autores presentes en esta escuela, también tenía un enfoque militarista (Maldonado, 2013).

Francia a lo largo de la historia ha tenido muchos autores representativos en el desarrollo de ideas que han ayudado a la elaboración del término actual de EF. La escuela francesa dio sus primeros pasos en España y uno de los autores más significativos fue Francisco Amorós y Ondeano (1770-1848), el cual, tomó ciertas ideas de las obras de Muths (1753). Amorós, por su parte, también fue director del gimnasio normal militar en Francia. La gimnasia de Amorós, tuvo mucho éxito en Francia, a pesar de que, debido a su carácter militar y exigencias acrobáticas y de riesgo, obtuvo muchas críticas, queriendo así formar a atletas-soldados. Debido al riesgo que tenían sus ejercicios, se consideraba que dicha gimnasia no tenía carácter escolar, aunque también la practicaban los niños (Sainz, 1992). En esta escuela, la gimnasia recibe un enfoque natural y utilitario de los ejercicios físicos, donde el cuerpo participa como un todo en las ejecuciones, y dichas ejecuciones están enfocadas hacia la preparación del individuo para la vida adulta, siendo este último aspecto del modelo en cierta manera equivalente a lo que se entiende en la actualidad, es decir, en el siglo XX por EF, siendo el objetivo principal la participación del cuerpo en todo momento (González et al., 2004).

Años más tarde surge el movimiento del oeste, mediante el cual Hébert recupera los ideales de Amorós en cuanto a los movimientos naturales del cuerpo se refiere, creando así un método natural, en contraposición al método analítico de la anterior escuela, es decir, la escuela sueca (Maldonado, 2013). Hébert considera que el hombre puede alcanzar su desarrollo físico mediante actividades que tengan un contacto directo con la naturaleza, lo que fue de gran importancia, y así lo ratifica Pérez (1993) ya que considera que Hébert tuvo un gran peso en cuanto a la actividad física se refiere, proponiendo ejercicios al aire libre, con torsos y pies desnudos. Los principios básicos en los que se basa Hébert en cuanto al ejercicio físico, son aquellos que deben surgir de forma espontánea como por ejemplo correr, lanzar, saltar, etc. (Maldonado, 2013).

#### 2.2.4. La escuela Inglesa.

Esta escuela, cambió notablemente la línea que llevaban las demás escuelas. La escuela inglesa muestra especial interés en la actitud deportiva de los jóvenes, a través de la recreación, el juego, el deporte y las reglas de juego (Maldonado, 2013)

El máximo representante en la escuela inglesa, fue Arnold (1795-1842) y surge como reacción a la excesiva importancia que se le estaba dando al intelecto por encima del desarrollo corporal. Arnold fue el único que no impulsó el movimiento gimnástico como los autores que se han nombrado anteriormente presentes en algunas de las escuelas, ya que por el contrario, velaba por la introducción de los juegos y las actividades atléticas en las clases de EF (Maldonado, 2013). A través de sus ideales pretendía introducir en las escuelas el deporte a través de juegos deportivos como el rugby, donde su objetivo principal no era el deporte en sí, sino que pretendía controlar el tiempo libre y de ocio de los alumnos, que dedicaban a realizar actividades violentas o al consumo de bebidas o juegos de azar, canalizando así sus energías, transformando sus ritmos de vida y desarrollando una actitud deportiva en los alumnos, a lo que denominó "*fair play*". El sentido que se le da al "*fair play*" es que los alumnos empiecen a jugar a deportes reglamentarios, lo que ayuda a la mejora de la competitividad, solidaridad y compañerismo, todo a través del juego limpio (González et al., 2004).

Por el contrario de Arnold, Pierre de Coubertin (1863-1937), pedagogo e historiador francés, surge para recuperar los valores deportivos que se habían ido perdiendo, por lo que se considera uno de los precursores de la corriente deportiva, logrando así restaurar los Juegos Olímpicos. Sigue las ideas de Arnold, pero Coubertin sí que le da mucha importancia al

deporte, destacando así su acción reformadora en Rugby y, además, lucha porque se introduzcan los deportes en la comunidad escolar (Martínez y Hernández, 2004)

A partir del siglo XX empiezan a aparecer diferentes corrientes que surgen a partir de las diferentes escuelas que se fueron desarrollando a lo largo de los años. Estas corrientes se llevan a cabo actualmente, una vez instaurada la EF como tal (Equipo de profesores del centro de documentación, s.f.)

### **2.3. Corrientes del siglo XX**

#### *2.3.1. Psicomotricidad*

El inicio de este término está muy ligado a Dupré (1862-1921). Dupré, se centra en la idea de que es posible educar al sujeto retrasado estableciendo relaciones entre movimiento y psiquismo (Dupré, 1913). Este autor hizo así una similitud entre la acción física y la acción motriz (Pacheco, 2015).

A pesar de que no se especifica en qué escuela o corriente podría integrarse a Montessori (1870-1952), pedagoga de la escuela nueva, debido a la metodología que representa, donde su objetivo principal es el tratamiento de aspectos que le sirvan al niño para la vida adulta, tiene una estrecha relación con la corriente de la psicomotricidad. La metodología de Montessori, está destinada en gran parte a la atención a la diversidad, ya que está basada en partir del desarrollo integral de cada alumno y su proceso evolutivo, mediante una serie de principios, como son el principio de libertad, para que el niño pueda desarrollarse íntegramente, el principio de actividad, que permite al niño quemar las energías necesarias, el respeto a la personalidad del niño, y el principio de disciplina, respetando eso sí, el desarrollo de las actividades del niño. Montessori se basa en el lema “ayúdame a hacerlo sin tu ayuda”, ya que considera que si un niño no sabe hacer algo, debes decirle cómo hacerlo, pero no hacérselo (Utrilla, 2017). Es por ello, que Montessori en su método (1912), nos habla de la EF a través del capítulo que recibe el nombre de *Educación Muscular- Gimnástica*. A través de este, nos habla de varios tipos de gimnasia como son gimnasia muscular, practicada en un gimnasio con aparatos, la gimnasia libre, efectuada sin aparatos, la gimnasia respiratoria, compuesta por diferentes ejercicios para mejorar la respiración y la gimnasia educacional, destinada con un fin utilitario hacia diferentes aspectos de la vida cotidiana para los niños y niñas. Montessori dirige su gimnasia a niños entre 3 y 6 años, ya que considera que la gimnasia es indispensable porque ayuda los niños a fortalecerse y a optimizar las diferentes labores cotidianas de un niño como puede ser vestirse, atarse los cordones, etc.

Por el contrario, Wallon (1878-1962), otro de los autores pertenecientes a esta corriente, le da mucha importancia al desarrollo emocional del niño basándose en la unidad psicobiológica del individuo y ambiente, considerando así esencial la unión entre lo psíquico y lo motor, y no siendo entendidos como dos dominios yuxtapuestos (Jacobo, 2011). Es por ello que Wallon le da mucha importancia al movimiento en el desarrollo psíquico y en la construcción de esquemas corporales, y así lo refleja en su libro “*la evolución psicología del niño*” (Wallon, 1987).

Por otro lado, Jean Piaget (1896-1980) también nos habla de la psicomotricidad, y nos dice que la actividad psicomotriz es el inicio de desarrollo de la inteligencia y que el conocimiento corporal no tiene solo relación con el propio cuerpo sino que también la tiene con el cuerpo de otros (Pacheco, 2015).

### 2.3.2. *Expresión corporal*

La expresión corporal surge por primera vez como corriente de la EF en la década de los 60 y estaba orientada a la expresividad del cuerpo y la creatividad. Han sido bastante significativos tanto en España como a nivel internacional, autores como Arteaga, Viciano y Conde, los cuales en líneas generales, nos hablan de la expresión corporal como un proceso de exteriorización de lo más oculto de nuestra personalidad a través del cuerpo, y cómo mediante se llega a interpretar diferentes sensaciones y sentimientos (Arteaga, Viciano y Conde, 1997). Además, creen que la expresión corporal es una parte de la materia de EF fundamental ya que la persona es un ser social que necesita relacionarse, para lo cual utiliza diferentes instrumentos (sonidos, palabras, gestos), porque la personalidad comienza a estructurarse a partir de las experiencias corporales y se modifica con las experiencias relacionales, y por último, porque constituye una vía de bienestar y satisfacción personal.

### 2.3.3. *Praxiología motriz.*

El máximo representante de esta corriente es Parlebas (1934), profesor de educación, sociólogo y psicólogo, director durante veinte años del Instituto Nacional del Deporte y responsable del Laboratorio de Juegos Deportivos y Ciencias de la Acción Motriz en Francia. Según este autor, la EF ha pasado a lo largo de los tiempos a constituirse en base a 4 versiones como son la visión naturalista de Rousseau nombrada anteriormente, una visión gimnástica, de la que nos hablaban las diferentes escuelas, una visión deportiva, de la que nos hablan autores como Arnold y por último la psicomotricidad, la que según Parlebas, es el eje desde el

cual confluyen todas las visiones que se han dado a lo largo de los años, y así lo demuestra en su libro *L' education physique en miettes* (Parlebas, 1967).

Parlebas crea un nuevo concepto denominado sociomotricidad, y el cual se opone a la psicomotricidad. Ya que considera que lo sociomotor es todo aquello que hacemos compartiendo con otros, sea con otros adversarios o compañeros o ambos a la vez, y por el contrario, psicomotor es lo referido a aquel sujeto que se mueve o se desenvuelve en solitario. Además, Parlebas nos habla de aspectos muy importantes como son la ciencia de la acción motriz o praxiología motriz y la lógica interna, que puede definirse como la raíz del juego, lo principal de este (Parlebas, 2001).

#### *2.3.4. Deportiva.*

Por otro lado, dejando un poco atrás el juego del que nos habla Parlebas (2001), nos encontramos con José María Cagigal (1928-1983), pedagogo y prolífico pensador en el área del deporte y de la EF en España, va un poco más allá que los demás autores, ya que fue uno de los pioneros en darle una nueva orientación al deporte y a la EF como tal, contribuyendo así a la consolidación institucional y social de estos. Además, cabe destacar que para Cagigal, el deporte era un instrumento esencial para la educación del hombre y así lo reflejó en una de sus primeras obras publicadas (*Cagigal, 1968*).

#### ***2.4. Implantación de la educación física en el currículo en España.***

El sentido de la actividad física en el ámbito escolar ha ido evolucionando a lo largo de los años, ya que ha pasado por diferentes etapas hasta que finalmente se consolidó la EF como asignatura obligatoria en el currículo en 1961 con la Ley de EF.

Sobre los siglos XVI y XVII, empiezan a aparecer las primeras ideas acerca de lo que es hoy la EF, con autores como Rabelais, Rousseau y Locke, donde el ideal principal era trabajar el cuerpo. Años más tarde, sobre el siglo XIX, debido a los cambios que se producen en la sociedad, aparecen diferentes escuelas, que empiezan a tratar un término que anteriormente no se había tratado como tal, y es la gimnasia. Las escuelas que empiezan a tratar el tema de la gimnasia son la escuela alemana, sueca, francesa e inglesa, aunque cabe destacar, que no es hasta 1801, con la escuela sueca, cuando introduce la gimnasia como una asignatura en los colegios de España.

Cabe destacar que la EF tarde más de 100 años en aparecer en las escuelas de España ya que, no es hasta la época franquista (1939-1959), más concretamente en 1945, con la Ley sobre Educación Primaria, cuando la EF forma parte del currículo, (Barba, Coterón, Prieto y

Berrecil, 2015) aunque, cabe destacar que debido a las ideas de esta ideología, esta asignatura tenía un carácter especial, siendo así una asignatura considerada de las “marías” (asignaturas que se superaban con facilidad en la época franquista) por los diferentes alumnos, y no dependían del Ministerio de Educación Nacional, sino a organismos externos al sistema educativo, que, en el caso de la EF, se trataba del Frente de Juventudes y de la Sección Femenina (Molina, Valenciano y Úbeda, 2016).

No es hasta 1961, cuando se aprueba la Ley de EF, gracias José Antonio Elola-Olaso, mediante la ley que promulgó, llamada Ley-Olaso (1961), lo que produjo el establecimiento de la EF como asignatura obligatoria en el currículo. Aunque el Ministerio de Educación Nacional, ya es el encargado de regular las normas que hacen de esta asignatura efectiva, este toma la decisión de seguir con los planes y programas propuestos por los diferentes organismos citados anteriormente. Años más tarde, en 1967, se inicia el Instituto Nacional de Educación Física (INEF), como centro para formar a los diferentes profesores de EF, y se promulga como director a Cagigal. Además, posteriormente, a este instituto se integran la Escuela Superior de Educación Física de la Academia Nacional José Antonio y la Escuela Superior de Educación Física Femenina Julio Ruiz de Alda, formándose así un instituto en el que se aprecian tres visiones diferentes de la EF, una visión más deportiva, otra más militar, y otra más adaptada a las mujeres, según los pensamientos de aquella época (Martín, Romero y Chivite, 2015).

Debido al gran número de cambios que se produjeron desde el punto de vista social y económico, en 1970, se promulga la Ley General de Educación (LGE), promovida por el actual ministro de educación (LGE, 1970). Lo que supuso un paso más para la EF, ya que gracias a ella, se empieza a contemplar esta asignatura en todos los niveles educativos de la Educación General Básica (EGB). A pesar de ello, la EF no mejoró su prestigio, ya que no era reconocida como área educativa específica, no siendo hasta las Orientaciones Pedagógicas realizadas posteriormente, cuando se incluye en las enseñanzas mínimas (Martín et al., 2015). Con la llegada de la democracia en 1978 se aprueba la Constitución española, lo que propició a que en 1980, se publicara la Ley General de la Cultura Física y el Deporte. Gracias a la publicación de esta ley, se empieza a reconocer la titulación de los profesores por los INEF, pasando de ser profesores de EF, a ser licenciados en EF (Martín et al., 2015). Estos cambios realizados durante estos años, se recogen posteriormente en la Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE) de 1990, durante la cual, la EF pasa a ser área

obligatoria en toda la Primaria, en la Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) y en el primer curso de Bachillerato (Martín et al., 2015). Además, no solo le da importancia a los aspectos motores, sino que también a aspectos cognitivos, afectivos y sociales, defendiendo así la práctica deportiva con fines educativos, destacando el valor social-cultural del deporte. Por último, gracias a esta nueva ley, se puede considerar por primera vez a la EF como área de igual importancia a las demás, contribuyendo de forma global e integradora a la consecución de los Objetivos Generales de Etapa (Martín et al., 2015).

Pasados alrededor de quince años de que se implantó la última Ley educativa (LOGSE, 1990), se implanta la Ley Orgánica de Educación (LOE), en 2006, como respuesta a la mejora de la calidad educativa, y como solución al gran porcentaje de fracaso escolar. Con esta ley, se introdujeron las competencias básicas para cada materia, de las cuales, la EF trata las ocho competencias, aunque alude principalmente sobre dos, *la competencia en el conocimiento y la interacción en el mundo físico y la competencia social y ciudadana*. Además, cabe destacar que en la LOE se diferencian los diferentes bloques de contenidos a tratar, que hasta ahora no estaban presentes (Martín et al., 2015).

Siete años más tarde, en 2013, se implanta la ley que está actualmente vigente, es decir, la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), no siendo considerada una ley que deroga a la anterior como de costumbre, es decir, a la LOE, sino una reforma de esta. Uno de los aspectos que destaca de esta nueva ley, es la inclusión en el currículo de los estándares y resultados de aprendizaje evaluables, que ayudan a concretar lo que el alumno debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura y, además, se reducen las competencias de 8 a 7, quitando así la competencia de conocimiento e interacción con el medio físico y natural, la cual tenía una relación cercana con a EF (Martín et al., 2015). Por último, cabe destacar que la finalidad que le da la LOMCE a la EF es la de desarrollar la competencia motriz, de la cual ya nos hablaba Parlebas (2001), definiéndola así como “*la pedagogía de las conductas motrices*”.

### **2.5. Beneficios de la educación física.**

La actividad física en general, y así pues, la EF en particular, está ligada a muchos factores importantes en nuestra vida y en nuestro día a día. Así pues, la práctica de la educación física en los colegios, tiene grandes beneficios, y no solo físicos, sino que también a nivel social, psicológico y académico.

Como he dicho anteriormente, uno de los beneficios que nos trasmite la práctica de la E.F, son beneficios a nivel físico. Actualmente, en pleno siglo XXI y tras diferentes encuestas realizadas por el estudio ALADINO (ALimentación, Actividad física, Desarrollo INfantil y Obesidad, 2013), realizado para conocer los valores antropométricos de los escolares en Canarias mediante el criterio de la OMS (Organización Mundial de la Salud), se ha podido comprobar cómo tomando como muestra a un total de 1611 niños entre 6 y 9 años, el porcentaje es de un 19,9% de niños con obesidad, y si, además del número de niños con obesidad, sumamos la cifra de niños con sobrepeso, nos remontamos a un total de 44,2%, lo que viene siendo que casi la mitad de los niños a los cuales se les ha realizado los estudio, tiene sobrepeso u obesidad.

Por otro lado, cabe destacar que un estudio realizado por Cáceres (2015) con una muestra de 4.282 alumnos entre 12 y 16 años, ubicados en la provincia de Santa Cruz de Tenerife, y teniendo en cuenta el diagnóstico Índice Cintura Altura (ICA), ya que es considerado más fiable a la hora de comprobar la obesidad, se puede comprobar cómo el índice de alumnos con sobrepeso es de 42,10% y el índice de niños con obesidad es de 13,74% , por lo que, mediante un estudio realizado en Torrevieja (Alicante) a 1248 niños de entre 6 y 12 años (Reverter, Plaza, Jové y Hernández, 2014), a partir del cual se realizaron cuestionarios para conocer el grado de actividad física del alumnado fuera del colegio, se pudo comprobar que ese gran porcentaje de sobrepeso y obesidad del que nos hablaba Cáceres (2015), es en gran parte debido a que un 45, 7% de los alumnos, es decir, casi la mitad, no dedica tiempo a realizar actividad física fuera del colegio, lo que quiere decir que muchos niños, solo practican ejercicio físico dentro del colegio en las horas de educación física. Uno de los principales problemas de la obesidad, es el sedentarismo, y así nos lo afirma Villa, premio de medicina del deporte, considera que la escasa actividad física y deportiva, genera más que la alimentación, sobrepeso, obesidad infantil y riesgo de síndrome metabólico, al realizar un estudio sobre obesidad (Villa, 2007). Por lo que de aquí viene la importancia de la educación física en los colegios, ya que gracias a ella, podemos combatir la obesidad y así lo afirma Castillo (2017), cuando dice que la EF es la clave para reducir la obesidad infantil en España.

Por otro lado, otra de las causas de este gran índice de obesidad en Canarias, se debe a que los alumnos en su mayoría, no realizan actividad física, como por ejemplo, ir caminando al colegio, ya que a través del estudio ALADINO, también se pudo comprobar cómo a pesar de

que el colegio está situado cerca de sus casas, casi el 50% del alumnado, va en coche al colegio. Además, podemos apreciar también a través de este estudio, como más del 50% de los niños encuestados, solo realizan juegos al aire libre en el tiempo de ocio una hora a ninguna (ALADINO, 2013).

Además, muchos autores, entre los que destacan Castillo (2017) e Iglesias (2015) también creen que debería ser obligatorio tener 60 minutos diarios de EF en los colegios, ya que visto a que fuera de este, los ejercicios físicos realizados son mínimos, de esta manera se puede combatir la obesidad infantil, ya que si no se propone una solución, la obesidad irá aumentando, y en palabras de Castillo (2017), *"en 2050 habrá un 70% de sobrepeso infantil en España"*. A esto se le suma Iglesias (2015), cuando nos relata que en Canadá ven insuficientes los 60 minutos de actividad física a la semana (Chunlei, 2012) para alcanzar beneficios para la salud.

Otros de los beneficios físicos que tiene la EF, es que fortalece los huesos, aumentando su densidad, aspecto muy importante en estas edades, donde los niños están en la etapa de crecimiento, mejora a elasticidad y movilidad de los ligamentos, aumento de la eficacia de la musculatura respiratoria, fortalece las paredes del corazón, etc. (González, 2011). En definitiva, la práctica de la EF hace que mejore considerablemente la salud.

La EF, también tiene beneficios sociales, como pueden ser las relaciones que se establecen, la integración, el respeto tanto a los demás compañeros como a las diferentes reglas que hay que seguir, la cooperación al realizar actividades grupales, y la autonomía e iniciativa personal en ciertos aspectos (Iglesias, 2015).

Además, se ha comprobado que la actividad física proporciona ciertos beneficios desde el ámbito psicológico, ya que ayudan a mejorar el estado de ánimo, a disminuir el estrés, y aumenta la autoestima (Serrano, 2017). Por lo que como dice Castillo (2017) *"mediante la práctica de actividad física, se desarrollan niños más felices"*.

La EF también es beneficiosa a nivel académico, ya que está comprobado que gracias a la práctica de actividad física, mejora el rendimiento académico (Sibley y Etnier, 2003). Como bien dice Iglesias (2015), los estudios realizados sobre la estrecha relación que existe entre la actividad física y la mejora del nivel académico de los alumnos, son bastante recientes, siendo así a finales de la década de los 90 cuando se empiezan a publicar los primeros, en los que intervienen niños entre 4 y 18 años. A través de estos estudios se encontró una correlación positiva entre la actividad física y el aprendizaje (Sibley y Etnier, 2003).

Por último, cabe destacar la relación negativa que hacen algunos autores acerca de la actividad física y el bajo rendimiento que ocasiona esta entre los jóvenes (Shephard, 1996). Ante este planteamiento de poder desmentir estas creencias de algunos autores, Iglesias (2015), realiza un estudio a 528 escolares de niveles de 1º de la ESO hasta 1º de bachillerato en Tenerife. Iglesias (2015) demuestra en su tesis doctoral, cómo la actividad física realizada tanto dentro como fuera del contexto escolar, hace que aumente el rendimiento académico, específicamente en la asignatura de EF.

A través de este estudio se comprueba que la actividad física realizada tanto dentro como fuera del contexto escolar, no afecta negativamente al rendimiento académico, sino que por el contrario es beneficiario.

### ***2.6. Estatus actual e investigaciones acerca de la educación física.***

A lo largo de los años, la asignatura de EF ha sufrido grandes cambios, y se ha podido comprobar en los apartados anteriores. A pesar de los cambios que ha sufrido, no se ha considerado una asignatura con gran peso o importancia, y así se puede ver reflejado allá por el año 1945, donde dicha asignatura era considerada de las “marías”, ya que los alumnos la veían dentro del grupo de asignaturas fáciles de aprobar y sin mucha utilidad (Molina et al., 2016). Es por ello, que autores como Kirk (1990), afirman que “*para muchos profesores, alumnos y padres, la EF ocupa un estatus educativo bajo*” (Kirk, 1990,p.59). Según algunos autores, la razón de que esta materia, no esté del todo valorada por la comunidad educativa, y, por consiguiente, reciba un estatus social bajo, se debe a que antiguamente la objetivo de la escuela se vinculaba a un carácter más teórico (Arnold, 1991; Kirk, 1990). Es por ello, que algunas asignaturas, preocupadas mayormente por desarrollar el intelecto del niño, están consideradas como superiores a otras con un carácter más práctico, como la EF que, para muchos, ocupa el último lugar en un orden jerárquico de conocimiento. Claro está, que sobre el siglo XIX, dicha asignatura todavía no tenía gran apoyo ni a través de las leyes de educación que nacieron casi cien años más tarde (LGD, 1970; LOGSE, 1990), por lo que la importancia que la sociedad le daba a esta asignatura, no iba a ser más que la que le daban las leyes presentes.

Actualmente, la LOMCE, ley actual de educación, recoge en el currículo de la Comunidad Autónoma de Canarias (Decreto 89/2014, de 1 de agosto) desarrollada específicamente la asignatura de EF conforme a los mismos principios que las otras asignaturas presentes, por lo que no se establece ninguna distinción entre asignaturas desde el plano curricular. Cabe

destacar, que, a pesar de que no exista ninguna distinción en cuanto al plano curricular se refiere, sí que existe en la sociedad, y así se ha podido comprobar a través de diversos estudios realizados, como por ejemplo el que presenta Dalmau (2004) realizado en la Universidad de la Rioja a 1434 alumnos de 6º de primaria, a 2868 padres de dichos alumnos, a 51 profesores de EF y a 562 profesores de otras materias (Dalmau, 2004). Encontrando una gran valoración de la asignatura, aunque esto cambia cuando se compara con otras asignaturas, siendo entonces cuando se percibe por parte de los encuestados, que su opinión cambia, ya que consideran que es una asignatura importante, pero menos que otras como matemáticas o lengua, teniendo así más importancia en el orden jerárquico de las asignaturas según parte de los encuestados.

Por otro lado, Albarracín, Moreno y Beltrán (2014) desarrollaron un estudio similar en la Región de Murcia, encontrando que, a pesar de haber pasado unos años del estudio realizado por Dalmau en la Rioja (2004) no se hallan grandes cambios en los pensamientos y concepciones de la sociedad acerca de la importancia de la EF. En este estudio, se realizaron diversas entrevistas a 29 docentes de EF, se pudo comprobar cómo gran parte de ellos, reafirmaban el bajo estatus que se le daba a la asignatura de EF tanto por parte de sus propios compañeros, como por los alumnos y padres. Cabe destacar que algunos de ellos, consideran que los jóvenes que están adentrándose actualmente en el mundo de la EF en las escuelas, son los que vienen con una visión más renovada sobre de la importancia que esta materia requiere, por lo que consideran que si siguen entrando jóvenes con esas perspectivas y pensamientos, la concepción que todavía se tiene de esta asignatura puede ir cambiando (Albarracín et al., 2014). Estos mismos autores afirman que quién único puede mejorar el estatus y la idea actual que se sigue teniendo de la EF es el docente, empeñándose día a día por llevar su materia hacia adelante (Albarracín et al., 2014).

### ***2. 7. Selección, estructuración y secuenciación de fuentes documentales***

Para el desarrollo de este trabajo se han consultado diferentes bases de datos como Dialnet, Google académico y el Punto Q de la Universidad de la Laguna utilizando los términos “educación física”, “historia de la educación física”, “importancia de la educación física” y “beneficios de la educación física”.

La base de datos que más he utilizado a lo largo de esta revisión teórica, ha sido Dialnet, a través de la cual he encontrado diversos artículos y revistas que me han sido bastantes útiles. La búsqueda inicial que he seguido, ha sido a través de las palabras “educación física”,

apareciendo un total de 17.905 documentos, reduciendo así esta búsqueda al filtrar los resultados añadiendo el término “historia de la EF” se aprecia una considerable reducción de los resultados, hallando un total de 1.095 documentos, y que posteriormente se volvió a filtrar seleccionando únicamente los artículos como referencias a consultar. De los que se preseleccionaron por su temática y relación con el trabajo 22 documentos. De los cuales solo tuvieron relación directa con el objetivo del trabajo 4 documentos, tal y como se puede ver en la *Tabla 1* (expuesta en el apartado Anexo). Por otra parte, al realizar una búsqueda de la “importancia de la educación física”, se hallaron 2.612 documentos y realizando así una filtración posteriormente seleccionando únicamente los artículos como referencia a consultar y en relación a la temática del trabajo, se preseleccionaron 20, de los cuales solo tuvieron una relación directa con el trabajo 1, tal y como se expone en la *Tabla 2*. En cuanto a los “beneficios de la educación física”, se hallaron un total de 679 documentos, de los cuales reduje la búsqueda a partir de tesis y artículos, hallando así 634 documentos, aunque teniendo en cuenta la temática y relación con el trabajo, preseleccioné 8, de los cuales solo tuvieron una relación directa con el objetivo del trabajo 1 documento (*Tabla 3*).

Otra de las bases de datos que he consultado, ha sido el Punto Q de la Universidad de la Laguna, donde he realizado las mismas búsquedas que en la anterior base de datos Dialnet, con el objetivo de contrastar artículos y hallar alguno inexistente en esta. Mediante la búsqueda de las palabras “educación física”, se encuentran un total de 20.792 documentos, apreciando así una considerable reducción de los resultados a través de la búsqueda de la “importancia de la educación física” en 2.648 documentos, al volver a realizar una filtración de la búsqueda, a partir de artículos como referencia a consultar, se reduce la búsqueda a 177 documentos. De los cuales por el título y en base a la relación con el trabajo, preseleccioné 5, y finalmente, solo tuvo una relación directa con el objetivo del trabajo 1 (*Tabla 2*). Por otro lado, mediante la búsqueda de “historia de la educación física”, se aprecia una considerable reducción de los resultados, hallando 1.970 documentos, los cuales se filtraron seleccionando únicamente los artículos como referencia a consultar con un total de 136 documentos, de los cuales, al leer el título y abstract, y considerar la estrecha relación de estos con mi trabajo, preseleccioné 6, aunque, al realizar una lectura completa del artículo, no seleccioné ningún documento, ya que no eran de mi interés en relación al trabajo. Mediante las palabras “beneficios de la educación física”, los resultados se redujeron aún más, a un total de 1.236, aunque refinando los resultados a actividad física, quedaron un total de 305 documentos, de

los que, tras la lectura del título y el abstract preseleccioné 12, aunque finalmente, a realizar una lectura profunda de todos, descarté 9, y solo seleccioné 3 (*Tabla 3*) ya que presentaban una estrecha relación con el trabajo.

Google Académico ha sido otra de las fuentes utilizadas, realizando así las mismas búsquedas que en las bases de datos anteriores, obteniendo así mediante las palabras “educación física” un total de 1.930.000, reduciéndose así considerablemente al añadir la palabra importancia a las mencionadas anteriormente en 1.320.000 documentos, de los que, por su temática y relación con este trabajo, y tras una lectura del abstract, preseleccioné 10, de los cuales al realizar una lectura completa de los artículos, no escogí ninguno, ya que no encontré en ellos aspectos de gran interés para el desarrollo del trabajo. Además, al realizar la búsqueda de “historia de la educación física”, se reduce el número de documentos a 1.040.000, de los que, por la relación que encontré tras la lectura del título, preseleccioné 10, aunque finalmente seleccioné 2 documentos, al realizar una lectura completa de estos, presentaban una relación en cuanto al objetivo del trabajo (*Tabla 1*). Finalmente, mediante la búsqueda de “beneficios de la educación física”, se redujo a 426.000 documentos, y aunque preseleccioné 4 tras la lectura del título y el abstract, finalmente no seleccioné ninguno, ya que en ellos no existían aspectos de interés para añadir al trabajo.

Cabe destacar que además de las diferentes bases de datos mencionadas anteriormente, también consulté diversas páginas y blogs a través del buscador Google, lo que me ayudó aclarar algunos aspectos de mi trabajo. Además mediante este buscador también consulté el diccionario de la Real Academia Española lo que me facilitó la definición y etimología de algunas palabras como educación física y gimnasia. Y otra de las fuentes consultadas mediante Google, fue la fecha de las diferentes leyes educativas por las que ha pasado España. Por último, otra de las fuentes mediante la cual me he regido, han sido algunos libros que he extraído de la biblioteca de la Universidad de la Laguna.

### **3. Síntesis y discusión.**

A lo largo de los años, desde el origen de la EF en el siglo XIX hasta la actualidad, se ha comprobado cómo ha ido evolucionando y mejorando la concepción que se tenía de la EF gracias a las aportaciones de los diferentes autores, desde la importancia del cuerpo que se le daba en el siglo XVII, pasando por las diferentes escuelas y corrientes del siglo XX, hasta llegar a la actualidad, donde lo que entendemos por EF se ha convertido en una unidad que

trata aspectos motrices, de educación para el ocio, sociales, psicológicos y de mejora de la salud, englobando así ciencias como la medicina, la psicología, sociología, filosofía, etc.

Teniendo en cuenta todos los aspectos que trata la EF, las ciencias con las que tiene una estrecha relación, y la relación directa que tiene con las diferentes concepciones que se han ido creando a lo largo de los años sobre este término, estoy totalmente de acuerdo con González (1993), cuando nos dice que el concepto de EF tiene un carácter polisémico, ya que debido a todos los campos que trata la EF, no presenta una unidad conceptual. Además, cabe destacar mis ideales sobre este concepto, se asemejan a la definición que aporta Domingo Blázquez “*la EF es una práctica escolar que se enseña de forma obligada y cuya función es la educación del individuo a través de las conductas motrices, mediante el aprendizaje de unos contenidos para lograr unos objetivos oficiales utilizando una didáctica específica y para contribuir al éxito del alumno en su formación integral*” (Blázquez, 2001, p.37), aunque considero que carece de algunos aspectos fundamentales, como el carácter lúdico que tiene esta asignatura, del que ya nos habló Froebel (1886), con el que coincido al otorgar el juego como componente fundamental, ya que a partir de él se construye el aprendizaje del alumnado. En cierta forma, es una manera de aprender jugando, lo que hace que el niño aprenda, sin ser consciente de todo lo que está aprendiendo.

Por consiguiente, considero que si la EF ha ido ganando peso en el currículo educativo durante estos años, con las diferentes leyes de educación, hasta la ley actual (LOMCE), dándole así cada vez más prestigio dentro del currículo, será gracias a la implicación de los diferentes docentes de EF y porque la sociedad así lo ha ido demandando, lo que demuestra la gran importancia que tiene esta, aunque cabe destacar que en la actualidad todavía no se le da toda la importancia que merece.

Respondiendo a la cuestión planteada en la introducción, ¿se le da realmente la importancia que se merece la EF? La respuesta es que en cuanto a la importancia actual que tiene la EF, estudios citados anteriormente (Albarracín et al. 2014; Dalmau, 2004) exponen que tanto para padres, como para profesores ajenos a la asignatura de EF, y, aunque en menor medida, para algunos alumnos, dicha materia no es considerada como esencial, considerando otras asignaturas como lengua castellana y literatura y matemáticas como más importantes, aunque bajo mi punto de vista, tal y como se ha expuesto en este trabajo y dado los beneficios que esta materia puede producir en el alumnado, sí que debería ser considerada por toda la

sociedad como una asignatura fundamental, igual que las demás, dándole así gran importancia en la escala jerárquica.

No obstante, a lo largo de la realización de este trabajo me ha surgido otra pregunta, ¿cuál es realmente el objetivo de la educación? Encontrando respuesta en las aportaciones de Jacques (1994), quien nos relata cómo el propósito actual de la educación es que los alumnos desarrollen ciertas capacidades que les ayuden a aprender a conocer, aprender a ser personas, aprender a hacer y aprender a vivir juntos, aspectos que se tratan de manera directa en la asignatura de EF, donde los alumnos construyen su aprendizaje, mientras el docente actúa como guía para dirigir su aprendizaje. Entonces, por consiguiente, si la EF responde a los principios generales de la educación (Jacques, 1994), al igual que lo hace el resto de las asignaturas del currículo, esta asignatura debería ser considerada por todos los agentes que conforman la comunidad educativa de gran importancia al igual que lo son las demás, que también responden a estos principios generales. Por lo que considero que todos los docentes, deberíamos empezar a concienciar a las familias principalmente sobre la importancia que tiene la realización de actividad física sobre todo en los niños, como se ha ido relatando a lo largo de este trabajo. Además, considero esencial que el profesorado luche por un aumento de horas de EF a la semana con una buena distribución de estas, a la vista de que si los alumnos realizan EF los tres primeros días de la semana, existe un intervalo de 4 días en los que no realizan actividad física, por lo que lo ideal sería un aumento de dos a tres horas de EF, con una buena distribución de estas a lo largo de la semana, de tal forma que los alumnos pasen solo entre 1 y 2 días sin realizar actividad física en la semana.

Por último, cabe destacar que partiendo de todos los beneficios que nos aporta la EF, tanto sociales, como psicológicos, como de la mejora de la salud, y defendiendo las ideas Iglesias (2015), entre otros autores y expertos en el tema, coincido en que resulta pobre la asignación horaria actual de la materia. Solicitando así que se amplíe el horario destinado a ella, por lo que autores como Castillo (2017) contraponen que debería ser obligado tener al menos 60 minutos de EF diarios.

Por último, y bajo mi punto de vista, una vez realizado este recorrido histórico sobre la importancia de la EF. Considero que las propuestas relatadas por los diferentes autores (Castillo, 2017; Iglesias, 2015) acerca del aumento de las horas de EF son acertadas, ya que considero que, siendo consientes de que muchos alumnos solo realizan ejercicio físico dentro de los colegios, y así se comprobó a través del estudio ALADINO (2013) se debería aumentar

las horas de EF, para así poder responder a los infinitos problemas presentes en la sociedad actual, tanto de salud, como de socialización y motrices que está acarreado actualmente el sedentarismo, sustituyendo así la práctica de ejercicio físico por otros medios como la televisión, ordenadores y videojuegos.

#### 4. Referencias bibliográficas.

Albarracín, A., Moreno, J. y Beltrán, V. (2014). La situación actual de la educación física según su profesorado: Un estudio cualitativo con profesores de la Región de Murcia. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 9(27), 225-234.

Arnold, P. (1991). *E.F. movimiento y currículum*. Ed.Morata-MEC: Madrid.

Arranz, X. (2015). La reforma pedagógica de Thomas Arnold y el papel de la iglesia anglicana en la creación de los primeros clubs de fútbol en Inglaterra (1863-1890). *Materiales Para La Historia Del Deporte*, 2(13), 1-22.

Arteaga, M., Viciano, V. y Conde, J. (2006). *Desarrollo de la expresividad corporal*. España: Inde.

Barba, M., Coterón, J., Prieto, M. y Becerril, V. (2015). La Educación Física en el sistema educativo. Historia y evolución de las funciones de la Educación Física. Evolución del modelo curricular de la Educación Física escolar. Temario de oposiciones.

Blázquez, D. (2001). *La educación física*. Barcelona: Inde.

Cáceres, C. (2015). *Diseño de instrumentos continuos para la evaluación de la obesidad aplicables en contextos escolares*. Tesis Doctoral. Universidad de la Laguna.

Cagigal, J. M. (1968). Educación social deportiva. Un intento. *Citius, Altius, Fortius*, 10(1), 165-180.

Carr, D. (1993). The Place of Physical Education in the School Curriculum. *Momentum*, 8(1), 9-12.

Contreras, O. J. (2004). *Didáctica de la educación física. Un enfoque constructivista*. Barcelona: INDE.

Dirección General de Salud Pública del Servicio Canario de la Salud. (ALADINO, 2014). *Estudio ALADINO en Canarias: Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en Canarias*.

Dupré, E. (1913). *Patología de la imaginación y motricidad*. París: Payot.

Dalmau, J. (2019). *The Relationship between Physical Activity and Cognition in Children: A Meta-Analysis* (Tesis). Universidad de la Rioja.

Equipo de profesores (s.f). *Concepto de Educación Física: evolución y desarrollo de las distintas concepciones*. Temario de oposiciones.

Europapress. (10 de enero de 2017). *Más de 9.200 ciudadanos piden una hora diaria de Educación Física en los colegios*. Extraído de: <https://www.europapress.es/sociedad/educacion-00468/noticia-mas-9200-ciudadanos-piden-hora-diaria-educacion-fisica-colegios-20170110174023.html>

Froebel, F. (1999). *La educación del hombre*. Alicante: Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes.

González, E. (2011). Beneficios de la educación física y el deporte en los escolares. *Innovación Y Experiencias Educativas*, 39(36), 1-9.

González, M. (1993). *La Educación Física: Fundamentación Teórica y Metodológica. Fundamentos de educación física para enseñanza primaria*.I. Barcelona: Inde.

Hargreaves, J. (1977). Sport and Physical education: autonomy or domination. *Bulletin of Physical Education*, 13(1), 19-28.

Iglesias, G. (2015). *Actividad Física, sedentarismo, rendimiento académico y atractivo de la Educación Física en jóvenes de educación secundaria*. Tesis Doctoral. Universidad de la Laguna.

Jacobo, M. (2011). *El desarrollo de la psicomotricidad en niños y niñas de educación preescolar*. (TFM). Universidad Pedagógica Nacional.

Jahn, F. y Eiselen, E. (1816). *La gimnasia alemana*. Berlin: Selbstverlag.

Kirk, D. (1990). *Educación Física y currículum*. Valencia: Servicio de publicaciones de la Universidad de Valencia.

Locke, J. (1986). *Pensamientos sobre la educación, traducción de La Lectura y Rafael Lasaleta*. Madrid: Akal.

Ley 14/1970, de 4 de agosto, General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa. B.O.E. nº 187 de 6 de agosto. LGE.

Ley de 17 de julio de 1945 sobre Educación Primaria (BOE 18-7- 1945).

Ley 77/1961, de 23 de diciembre, sobre Educación Física (BOE 27- 12-1961).

Ley Orgánica (LOE) 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. BOE núm. 116, de 4 de mayo de 2006, 17158–17207.

Ley Orgánica (LOGSE) 1/1990, de 3 de octubre de 1990, de Ordenación General del Sistema Educativo. BOE núm. 238, de 4 de octubre de 1990, 28927–28942.

Ley Orgánica (LOMCE) 8/2013, de 9 de diciembre de 2013, para la Mejora de la Calidad Educativa. BOE núm. 295, de 10 de diciembre de 2013, 97858–97921.

Madrera, E., González, R. y Salguero, A. (2004). Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y educación física actuales. *Lecturas: Educación física y deportes*, 73, 1.

Maldonado, D. (2013). *Revisión de la historia de la Educación física en el siglo XIX: Su llegada hasta el siglo XXI y sus consecuencias actuales*. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de Valencia.

Martín, J., Romero, M. R. y Chivite, M. (2015). La Educación Física en el sistema educativo español. *Revista Española De Educación Física y Deportes*, 411, 35-51.

Martínez, M. y Hernández, J. (2014). La institución libre de enseñanza y Pierre de Coubertin: La educación física para una formación en libertad. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 14(54), 243-263.

Molina, P., Valenciano, J. y Úbeda, J. (2016). El diseño curricular de la Educación Física en España: Una revisión crítica desde la LOGSE a la LOMCE. *Cultura Ciencia Deporte*, 11(32), 97-106.

Montessori, M. (2014). *El método de Montessori*. Madrid: Biblioteca Nueva.

- Muths, J. (1793). *Gymnastics for youth*. New York: W.C. Brown.
- Pacheco, G. (2015). *Psicomotricidad en educación inicial. Algunas consideraciones conceptuales*. Extraído de:  
[http://www.runayupay.org/publicaciones/psicomotricidad\\_nivel\\_inicial.pdf](http://www.runayupay.org/publicaciones/psicomotricidad_nivel_inicial.pdf)
- Parlebas, P. (1967). L'éducation physique en miettes. *Educación Física y Deportes*, 1(85).
- Parlebas, P. (2001) *Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Parlebas, P. (2003) *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.
- Pestalozzi, J. H. (2001). *La velada de un solitario y otros escritos*. Barcelona: Herder.
- Pérez, P. y Gallardo, J. (2016). Thomas Arnold en la obra de Coubertin. El mito de Arnold. *Ágora Para La Educación Física Y El Deporte*, 18 (1), 20-35.
- Pérez-Ramírez, C. (1993). Evolución histórica de la EF. *Apunts: Educación física y deportes*, 3(33), 24-38.
- Rabelais, F. (2011). *Gargantúa y Pantagruel*. Barcelona: Acantilado.
- Real Academia Española. (2014) *Diccionario de la lengua española*, 23ª ed. Madrid: España.
- Reverter, J., Plaza, D., Jové, M. y Hernández, V. (2014). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria: el caso de Torrevieja (Alicante). *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (25), 48-52.
- Rodríguez, J. J, (1942). *Historia de la Educación Física*. Montevideo: Comisión Nacional de Educación Física.
- Rousseau, J. J. (2011). *Emilio o de la Educación*. España: Alianza Editorial.
- Sainz, R. (1992). Historia de la Educación Física. *Ikastaria: Cuadernos de educación*, 1(5), 27-48.
- Serrano, J. (2017). Los beneficios de la actividad física [Blog]. Disponible en:  
<https://www.belibe.es/blog/los-beneficios-de-la-actividad-fisica.html>.

Shephard, R. (1996). Habitual physical activity and academic performance. *Nutrition Reviews*, 54(4), 32-36.

Shendell, R. (2010). Rousseau, El Emilio y La utopía del sueño educativo aun en el siglo XXI [Blog]. Disponible en: <http://lpashendellrivas.over-blog.es/article-rousseau-el-emilio-y-la-utopia-del-sue-o-educativo-aun-en-el-siglo-xxi-59196546.html>.

Sibley, B. y Etnier, J. (2003). The Relationship between Physical Activity and Cognition in Children: A Meta-Analysis. *Pediatric Exercise Science*, 15(3), 243-256.

Soëtard, M. (1994). Johann Heinrich Pestalozzi. *Perspectivas: revista Trimestral de Educación Comparada*, 2(3-4), 435-448.

Soëtard, M. (2013). Friedrich Fröebel. *Revista Padres y Maestros*, 350, 45-48.

Utrilla, Y. (2017). *Análisis de la pedagogía de Montessori: un estudio de contraste con el método Tradicional*. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación de Soria.

Villa, J. (2 de abril de 2008). El ejercicio incide más en la obesidad que la alimentación. *Diario De León*. Extraído de: [https://www.diariodeleon.es/noticias/sociedad/ejercicio-incide-mas-obesidad-alimentacion\\_377634.html](https://www.diariodeleon.es/noticias/sociedad/ejercicio-incide-mas-obesidad-alimentacion_377634.html).

Vives, J. L. (1959). *Diálogos*. Madrid: Espasa Calpe.

Vlasich, L. C. (2010). Venid; ¡vivamos con nuestros niños! [Blog]. Disponible en: <http://historiageneraldelaeducacion.blogspot.com/2010/03/credor-del-kindergarten.html>

Wallon. H. (1987). *Los orígenes del carácter en el niño*. Barcelona: Critica.

**Anexos.**
**Tabla 1.** *Historia de la educación física.*

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Año</b>	<b>Base de datos</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Tema</b>
Madrera, E., González, R. y Salguero, A.	Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y educación física actuales.	2004	Google Académico	Revista: <i>Lecturas:</i> <i>Educación física</i> <i>y deportes</i> , 6(73), 1.	La repercusión que han tenido las diferentes escuelas de gimnasia a lo largo de los años.
Martín, J., Romero, M. R. y Chivite, M.	La Educación Física en el sistema educativo español	2015	Dialnet	<i>Revista Española</i> <i>De Educación</i> <i>Física</i> y <i>Deportes</i> , 5(411), 35-51.	Cambios de la EF a lo largo de los años hasta la actualidad.
Molina, P., Valenciano, J. y Úbeda, J.	El diseño curricular de la Educación Física en España: Una revisión crítica desde la LOGSE a la LOMCE.	2016	Google Académico	Revista: <i>Cultura</i> <i>Ciencia</i> <i>Deporte</i> , 11(32), 97-106.	Revisión de la EF según las diferentes leyes.
Pérez- Ramírez, C.	Evolución histórica de la EF	1993	Dialnet	Revista: <i>Apunts:</i> <i>Educación física</i> <i>y deportes</i> , 3(33), 24-38.	Paso de la EF hasta la actualidad
Rodríguez, J. J.	<i>Historia de la</i> <i>Educación</i> <i>Física.</i>	1942	Dialnet	Montevideo: Comisión Nacional de	Cambios de la EF a lo largo de los años hasta la

				Educación Física.	actualidad.
Sainz, R.. <i>Ikastaria: Cuadernos de educación, 1(5), 27-48.</i>	Historia de la Física Educación.	1992	Dialnet	<i>Ikastaria: Cuadernos de educación, 1(5), 27-48.</i>	Paso de la EF hasta la actualidad

**Tabla 2.** *Importancia de la educación física.*

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Año</b>	<b>Base de datos</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Tema</b>
Albarracín, A., Moreno, J. y Beltrán, V.	La situación actual de la educación física según su profesorado: Un estudio cualitativo con profesores de la Región de Murcia.	2014	Dialnet	<i>Revista: Cultura, Ciencia y Deporte, 9(27), 225-234.</i>	Importancia actual de la EF
Martínez, M. y Hernández, J.	La institución libre de enseñanza y Pierre de Coubertin: La educación física para una formación en libertad.	2014	Punto Q	<i>Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 14 (54), 243-263.</i>	Importancia de la EF desde el punto de vista de la libertad

**Tabla 3.** *Beneficios de la EF*

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Año</b>	<b>Base de datos</b>	<b>Procedencia</b>	<b>Tema</b>
Cáceres, C.	<i>Diseño de instrumentos</i>	2015	Punto Q	Tesis Doctoral.	Porcentaje de

	<i>continuos para la evaluación de la obesidad aplicables en contextos escolares.</i>			Universidad de la Laguna.	obesidad en colegios de Tenerife.
Iglesias, G.	<i>Actividad Física, sedentarismo, rendimiento académico y atractivo de la Educación Física en jóvenes de educación secundaria.</i>	2015	Punto Q	Tesis Doctoral. Universidad de la Laguna	Relación entre la práctica de actividad física y rendimiento académico.
Reverter, J., Plaza, D., Jové, M., y Hernández, V.	Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria: el caso de Torrevieja	2014	Dialnet	<i>Revista: RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación,</i> (25), 48-52.	Porcentaje de alumnos que solo hacen actividad física dentro del colegio.
Sibley, B. y Etnier, J.	The Relationship between Physical Activity and Cognition in Children: A Meta-Analysis.	2003	Punto Q	<i>Pediatric Exercise Science,</i> 15(3), 243-256.	Relación entre actividad física y rendimiento académico.