



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

## “ORIGEN Y EVOLUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN EDUCACIÓN FÍSICA Y SU RELACIÓN CON LOS ESTILOS DE ENSEÑANZA”

AUTORÍA <b>FRANCISCO JESÚS MARTÍN RECIO</b>
TEMÁTICA <b>CONTENIDOS EDUCACIÓN FÍSICA</b>
ETAPA <b>E.S.O. – BACHILLERATO</b>

### Resumen

El objeto del presente artículo es presentar el origen y evolución de los contenidos de la EF encuadrados en las diferentes escuelas europeas surgidas en el siglo XIX, analizando los aspectos técnicos de los diferentes sistemas (naturales, analíticos y rítmicos) y su relación con los diferentes estilos de enseñanza utilizados en EF.

### Palabras clave

Educación Física (EF), Contenidos, Escuelas, Sistemas Naturales, Analíticos y Rítmicos, Estilos de Enseñanza (EE).

### 1. INTRODUCCIÓN.

La actividad física ha estado en mayor o en menor medida como elemento socio cultural en todas las civilizaciones. El enfoque y la concepción actual de la EF son fruto y resultado de la evolución y desarrollo histórico de sus contenidos.

Durante el siglo XVIII diversos autores son considerados los precursores e inspiradores de las futuras escuelas del siglo XIX, todos ellos influenciados por las ideas de Rousseau. Entre estos destacan sobremanera Pestalozzi, Basedow, Salzmann, Guts-Muths o Nachtgall.

En el siglo XIX la Educación Física es institucionalizada en distintos países de Europa, recibiendo distintos enfoques en función de la escuela o país que la desarrollase. Cada una de estas escuelas caracteriza al ejercicio de forma diferente:

- Escuela inglesa tiene a Thomas Arnold como máximo exponente. Se le atribuye la incorporación del juego y el deporte a las clases de Educación



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

Física, surgiendo deportes como el fútbol, el rugby, el tenis o el waterpolo.

- Escuela sueca con P.H. Ling como fundador, desarrolla los sistemas analíticos caracterizados por ejercicios sistematizados, localizados y con un carácter estático.
- Escuela francesa tiene como creador a Amorós, aunque el desarrollo del sistema natural que se le otorga a esta escuela es realizado por Hébert.
- Escuela alemana desarrolla los sistemas rítmicos y naturales de la EF.

El origen de los diferentes contenidos actuales en la EF hay que situarlos en estas escuelas como se desarrollará en el siguientes apartado del artículo.

## **2. ORÍGENES Y DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS: Escuelas Europeas**

Cada una de las escuelas que surgieron en el siglo XIX sistematiza el ejercicio físico de una forma determinada, desarrollándose de esta forma los diferentes sistemas: analíticos, naturales y rítmicos.

### **2.1. Escuela Francesa y Alemana: Sistemas Naturales**

Los sistemas naturales postulan la aproximación a la naturaleza como elemento de formación del alumnado. En el devenir de la historia esta cercanía al medio natural ha sido defendida por diversas corrientes filosóficas con autores como Locke, Rabelais, Montaigne y sobre todo Rousseau.

Centrándonos en los sistemas naturales de la EF han sido dos las corrientes que principalmente han desarrollado sus ideas: el Método Natural de Hébert, ubicado en la escuela francesa, y la Gimnasia Natural Austriaca, dentro de la escuela alemana. Ambas corrientes son coetáneas, aunque totalmente diferentes en su origen y en su evolución. Además del escenario natural, trabajan el movimiento de forma global, con movimientos propios y naturales, teniendo en cuenta el momento de desarrollo y crecimiento en el que se encuentran los alumnos y alumnas según Gaulhofer.

#### **2.1.1. Método Natural de Hébert**

Las ideas naturales de Hébert se encuadran e influncian por la escuela francesa que se originó durante el siglo XIX. A continuación y en primer lugar se presenta un breve análisis sobre la creación y evolución de la escuela francesa.

##### ***a. Origen y evolución de la escuela francesa***

El español Francisco de Amorós y Ondeano es considerado el padre de la



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

escuela francesa. Tras la caída del régimen napoleónico en España tuvo que exiliarse a Francia donde se le encargó la inspección de todos los gimnasios del país.

Su método se basaba en un trabajo duro y exigente, donde el desarrollo de la fuerza muscular era primordial. Como descanso se empleaban actividades de canto, danza y respiración. Muchas de sus sesiones se realizaban en el medio natural, encaminadas en ocasiones al salvamento y al socorrismo. Su método era militarista y moralizante.

Supo impregnar sus ideas a numerosos seguidores como Clías, Marey, Lagrange o George Demeny, que introdujeron diversas modificaciones a las ideas de Amorós, sobretodo en lo concerniente al marcado carácter militarista de la gimnasia amorosiana y a su escasa aplicabilidad escolar. Estas innovaciones eran necesarias debido a que en 1850 la gimnasia se incorpora a la escuela francesa y era imperante su adaptación a las características psicoevolutivas de los niños y niñas.

#### **b. Aspectos técnicos del Método Natural de Hébert**

En la primera mitad del siglo XX George Hébert creó el método natural que lleva su nombre y que es clasificado dentro de los sistemas naturales. Este oficial de la marina francesa conoció numerosos pueblos primitivos y se interesó por sus costumbres y tradiciones. A través de la observación de las actividades físicas del hombre primitivo, codificó y sistematizó como deberían ser los ejercicios físicos del hombre de su época.

No prestó atención al deporte ni a las actividades físicas mecanizadas, analíticas y estereotipadas, apostando por ejercicios con movimientos globales, naturales y libres en el medio natural.

Según Hébert su método era una acción metódica, continua y progresiva, desde la infancia hasta la edad adulta, con el objeto de asegurar un desarrollo físico integral.

En 1913, en el Congreso Internacional de Educación Física de París, expone su método natural que alcanza un éxito total, hasta el punto de ser aplicado en algunas escuelas públicas. En la aplicación de su método no diferenció entre niños, hombres y mujeres por lo que fue duramente criticado.

Estableció diez grupos fundamentales de actividades: marcha, carrera, salto, cuadrupedia, trepa, equilibrio, lanzamiento, levantar, defensa y natación. Además añade actividades de simple utilidad como montar en bicicleta, en canoa o a caballo y actividades de recreación como juegos, danzas o cantos.

Según Hébert los ejercicios físicos debían de efectuarse en itinerarios en el medio natural, o en su defecto, en recorridos artificiales salvando obstáculos que se asemejen al medio natural, denominados Plateau. Estos recorridos artificiales surgen como alternativa para aquellas personas del medio urbano que tienen imposibilidad de ejercitarse en el medio natural. Eran normalmente rectangulares aunque no tienen



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

unas dimensiones específicas.

El trabajo en los Plateau se realizaba en idas y en venidas desde la línea de salida hasta la línea de llegada, de forma similar a los movimientos de las olas, por eso era llamado trabajo de olas y contraolas. En la ida se efectúa el ejercicio mientras que en la venida la recuperación. Se establecían normalmente cuatro grupos, existiendo siempre uno en situación de salida y otro en situación de llegada.

Hébert dividía la clase en tres partes fundamentales:

- Desentumecimiento a través de súbitos cambios de velocidad sobre algunos metros (calentamiento).
- Actividades de trepas, equilibrios, defensa, fuerza, lanzamiento, saltos, etc (parte principal).
- Marcha lenta y calmante, acompañada de profundas inspiraciones (vuelta a la calma).

#### 2.1.2. Gimnasia Natural Austriaca

La Gimnasia Natural Austriaca, también conocida como Gimnasia Escolar es un método natural proveniente de la escuela alemana.

##### **a. Origen y evolución de la escuela alemana.**

Jahn, considerado creador de la escuela alemana, ahogó las ideas pedagógicas de Guts-Muths en Alemania, imponiendo su obra patriótico-social, basada en el nacionalismo alemán. Su método denominado Turkunst fue prohibido durante algún periodo por razones políticas. A partir de este bloqueo su práctica aconteció en salas clandestinas, siendo la base de la actual gimnasia deportiva.

Según Langlade (1970) a partir de 1900 se diferencian dos corrientes diferentes dentro de la escuela alemana, denominadas Movimiento centro europeo, donde se observa mayor influencia de Guts-Muths:

- Línea artístico-rítmico-pedagógica: desarrollada por la Gimnasia Moderna de Medau y Bode, sustentan la base de los sistemas rítmicos .
- Línea técnico-pedagógica: desarrollada por la Gimnasia Natural Austriaca, encuadrada dentro de los sistemas naturales.

##### **b. Aspectos técnicos de la Gimnasia Natural Austriaca.**

Sus creadores son Gaulhofer y Streicher quienes crearon su método en oposición a las actividades excesivamente dirigidas y que actuaban contra la necesidad de movimientos del niño, dedicando sus críticas principalmente a la gimnasia sueca que desarrollaba los sistemas analíticos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

Su método pretende el desarrollo armónico del individuo a través de todas las formas del movimiento natural.

Se trabaja sobre cuatro pilares:

- Formación integral: a través de ejercicios formativos de la actitud para la vida cotidiana y ejercicios formativos de la postura.
- Compensación, con ejercicios de extremidades superiores, inferiores y columna vertebral.
- Movimientos artísticos de influencia del Turkunst, con danzas y movimientos acrobáticos.
- Actividades deportivas para acrecentar la performance como influencia de la escuela inglesa, juegos agonísticos, actividades deportivas de invierno, juegos de defensa ...

El plan de clase se organiza en:

- Ejercicios vivificantes.
- Ejercicios de fuerza, tronco, equilibrio, pericia, marcha, saltos y carrera.
- Ejercicios calmantes.

Burger y Groll son los principales continuadores de la obra práctica de Gaulhofer y Streicher. Incidieron en muchos de sus principios:

- El ejercicio físico debe estar adaptado al niño.
- La sesión debe estar repleta de movimientos naturales como correr, saltar, girar, lanzar, etc.
- Realización en el entorno natural.
- Es fundamental acercar al niño al entorno natural.

Además hicieron una división de clase similar a la propuesta por sus antecesores:

- Animación.
- Escuela del movimiento y la postura.
- Ejercicios de performance y juegos.
- Vuelta a la calma.

Destacar a Gerhardt Schmidt como uno de los últimos continuadores de las ideas de la Gimnasia Natural o Escolar Austriaca. Destacar a Gerhardt Schmidt como uno de los últimos continuadores de las ideas de la Gimnasia Natural o Escolar Austriaca.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

## 2.2. Escuela Sueca: Sistemas Analíticos

Es de referencia obligada al desarrollar los sistemas analíticos destacar a la escuela sueca como su creadora y como escuela que tuvo una gran importancia en Europa. No obstante su enfoque y concepción irá cambiando, en función de las influencias de otras corrientes y las aportaciones de otros autores, que dará lugar a la evolución de la escuela sueca que se analiza a continuación.

### a. Creación de la Escuela Sueca

La escuela sueca aparece a principios del siglo XIX a través de P.H. Ling, seguidor de las ideas de Guts Muths y máximo exponente de este modelo gimnástico. Posteriormente su hijo Hjalmar Ling amplió su trabajo y dio a conocer los principios y aspectos técnicos que caracterizaban la gimnasia de su padre.

P. H. Ling, a finales del siglo XVIII, cuando era joven y residía en Dinamarca, sufrió un debilitamiento físico y una parálisis en su brazo derecho, que le obligaron a practicar gimnasia en el Gimnasio de Nachtegal en Copenhague, descubriendo los beneficios terapéuticos derivados de ésta.

De vuelta a Suecia introdujo en la enseñanza dichos ejercicios sistematizados, con un claro enfoque correctivo y preventivo, con objeto de evitar y corregir deformaciones. Elaboró un plan de desarrollo armónico corporal aprobado por el gobierno sueco, que a su vez le encargó la organización del Real Instituto Central de Gimnasia de Estocolmo, que presidió hasta su muerte, y que formaba profesores en el ámbito de la gimnasia en Suecia.

La finalidad de su modelo gimnástico era la formación armónica, gradual y regular del cuerpo humano, suprimiendo todo tipo de debilidades y evitando cualquier tipo de lesión.

La gimnasia de Ling presenta los siguientes aspectos técnicos:

- ❑ Se constituye de ejercicios de tipo construido, resultado de la elaboración del hombre, con poco carácter natural.
- ❑ Tienen una estructura analítica, son localizados en su trabajo y son de tipo conducido. P. H. Ling clasifica los ejercicios en función de su localización corporal.
- ❑ Son ejercicios muy estáticos, que respetan el desarrollo armónico del cuerpo y que por tanto buscan la simetría corporal de ambos lados corporales .
- ❑ Las posiciones iniciales, intermedias y finales de cada ejercicio son conocidas y fijadas de antemano.
- ❑ Los ejercicios deben ser de intensidad y complejidad creciente, basados en aspectos anatómicos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

- Utilización de grandes aparatos auxiliares como la espaldera, el banco sueco, el plinto o el potro.
- Según P .H. Ling su modelo está dirigido tanto al cuerpo como al espíritu, muestra del enfoque dualista de la gimnasia sueca.

En todo momento se evita el desorden en las clases, con espíritu militar y con disciplina. Todas estas características propiciaron ya en la época críticas por considerarse una gimnasia aburrida y automatizada.

Hjalmar Ling, completó, difundió y sistematizó la obra de su padre, creando las conocidas Tablas Gimnásticas, con las que creía tener un conjunto de ejercicios cuyo efecto sobre el organismo era perfectamente conocido y controlado. Su gimnasia también se basaba en ejercicios estáticos, mecanizados, desentendiéndose de aspectos vinculados a la expresión. Al igual que su padre se nutrió de la mecanoterapia ortopédica para su gimnasia educativa, centrada en corregir deformidades y evitar lesiones. Llevó estos planteamientos a la escuela sueca, siendo esto criticado por numerosos autores contemporáneos y actuales como Rodríguez (2000). debido a que este modelo gimnástico no tiene en cuenta las características psicoevolutivas de los niños y niñas.

### **b. Tendencias posteriores**

Después de la muerte de P. H. Ling comienza un periodo de crisis dentro de la escuela sueca. Durante años los alumnos y alumnas que se formaron en el Real Instituto Central de Gimnasia van tomando posiciones con respecto a la concepción original de la gimnasia sueca, surgiendo dos grandes posturas bien diferenciadas:

- Ortodoxos

Seguidores fieles de las ideas y aspectos técnicos de la gimnasia de P. H. Ling. Destacan entre todos ellos Norlander que aplicó los sistemas analíticos a la enseñanza de los deportes y Silow, autor del primer manual físico-militar para el ejército y la marina.

- Heterodoxos

Principalmente de forma teórica criticaron ciertos aspectos técnicos de la gimnasia de P .H. Ling como la rigidez de movimientos, su carácter construido y su estructura analítica, considerándola incluso aburrida. Nyblaeus, Black o Santesson pertenecen a esta postura y apostaron por ejercicios naturales y libres.

### **c. Gimnasia Neosueca: Renovación del Método**

Sobre 1900 surgió de la escuela sueca el método conocido como Movimiento



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

del Norte o Gimnasia Neosueca, caracterizado por mayor amplitud, dinamismo y globalidad en los movimientos, aunque siguen empleando el mando directo como estilo de enseñanza.

Basándonos en Langlade (1970) en la Gimnasia Neosueca se diferencian tres corrientes:

□ Línea técnico-pedagógica

Esta corriente se fundamenta en aspectos prácticos, y no así en teóricos, siendo criticado por Langlade (1970) en la falta de fundamentación científica de su propuesta. Entre sus principales autores destacan los siguientes:

- Elli Bjorksten, revolucionó la gimnasia femenina de la época, incorporando el ritmo y la música a los ejercicios .
- Ellin Falk, procuró dar mayor dinamismo al adaptar la gimnasia sueca a la educación física infantil. Incidió bastante en los aspectos recreativos de la gimnasia, en el ritmo y la naturalidad de los movimientos.
- Niels Bukh, promotor de la gimnasia masculina, se especializó en ejercicios de fuerza, flexibilidad y agilidad, centrándose en la corrección postural de estos ejercicios.

□ Cientifismo

Esta corriente de marcado carácter teórico tiene como máximo exponente al fisiólogo danés Johannes Lindhard, quién representó el punto más importante de conjunción entre ciencia y Educación Física, al elevar la gimnasia sueca a rango universitario, científico e investigador.

□ Eclecticismo

Línea de la gimnasia neosueca intermedia entre la corriente eminentemente práctica (técnico pedagógica) y la teórica (cientifismo). Thulin, autor influyente en su época se especializó en la Educación Física femenina y en la infantil, incidiendo en aspectos expresivos y globales de los movimientos.

□ Diferencias entre la gimnasia sueca y la gimnasia neosueca

Tras enunciarse las principales características tanto de la gimnasia sueca como neosueca se presenta a continuación un cuadro clarificador sobre sus principales diferencias técnicas:





<u>Características</u>	<b>GIMNASIA SUECA</b>	<b>GIMNASIA NEOSUECA</b>
<i>MOVIMIENTOS</i>	Analíticos Cortos Rígidos	Globales Amplios Suelos
<i>INCIDENCIA EN EL SISTEMA CARDIORESPIRATORIO</i>	Baja incidencia Movimientos intermitentes	Alta incidencia Movimientos de enlace
<i>TIPO DE TRABAJO</i>	Estático Conducido	Dinámico Impulsado

**Tabla 1.** Comparativa entre gimnasia sueca y neosueca.

#### **d. Universalización y tendencias posteriores**

A partir de 1936 se produce un periodo de unificación e integración de las distintas corrientes de la gimnasia neosueca. A través de la Primera Lingiada y de la Segunda Lingiada acontecieron influencias externas sobre la gimnasia neosueca, principalmente a través de la Gimnasia Moderna de Bode y del Método Natural de Hebert.

De forma progresiva la gimnasia sueca perdió su identidad, teniendo actualmente menor incidencia en Educación Física en base a los principios psicopedagógicos que sustentan nuestro sistema educativo, opuestos muchos de ellos a las características de los sistemas analíticos.

### **2.3. Escuela Alemana Línea Artístico-Rítmico-Pedagógica: Sistemas Rítmicos**

En el siglo XIX como evolución de la escuela alemana nace un movimiento renovador que empezó a imprimir al movimiento físico una orientación diferente: el sentido rítmico. Esta corriente rítmica que se fundamenta en el ritmo y en la expresividad, incorporan la música al ejercicio físico y además incluyen ciertos aparatos novedosos en su época como las mazas o los aros. Se muestra contraria a los movimientos analíticos, estáticos y estereotipados de la gimnasia sueca.

#### **2.3.1. La Escuela Alemana**

Planteado anteriormente, según Langlade (1970) a partir de 1900 se



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

diferencian dos corrientes diferentes dentro de la escuela alemana, denominadas Movimiento centroeuropeo, donde se observa mayor influencia de Guts-Muths:

- Línea artístico-rítmico-pedagógica: desarrollada por la Gimnasia Moderna de Medau y Bode, sustentan la base de los sistemas rítmicos.
- Línea técnico-pedagógica: desarrollada por la Gimnasia Natural Austriaca, encuadrada dentro de los sistemas naturales.

### 2.3.2. Precursores de los Sistemas Rítmicos

A continuación se presentan los principales inspiradores del movimiento rítmico en Educación Física, provenientes muchos de ellos del campo artístico (danza, teatro, música ...).

- **Noverre**. Bailarín francés, señalaba la importancia de la expresividad e incluso indicaba que la técnica debía estar al servicio de la expresión corporal.
- **Delsarte**. Coreógrafo francés que sistematizó la contribución de los movimientos y gestos corporales a la transmisión de emociones y sentimientos.
- **Dalcroze**. Profesor, coreógrafo, pedagogo y compositor austriaco que con su método buscaba una educación general de los niños, donde el movimiento está al servicio de la expresión y la construcción musical. Su método se construye sobre el ritmo, el solfeo y la improvisación.

### 2.3.3. Gimnasia Expresiva

La Gimnasia Expresiva con Rudolf Bode como creador tiene como modalidad el encuentro con la forma natural de movimiento, entendida como una conjunción psicofísica de expresión.

Bode otorga gran importancia a la música, como fuente inspiradora de sentimientos internos, no sólo simplemente como acompañante. La música potencia la sensibilidad hacia el ritmo, la expresividad y placer ante la estética del movimiento.

Utiliza materiales para sus ejercicios a manos libres (pelotas, balón medicinal, bastones, etc), pero de forma secundaria.

Bode propone en su método tres principios básicos:

- Principio de totalidad: todo movimiento debe ofrecer la posibilidad de que cuerpo y alma se expresen de forma conjunta y armónica.
- Principio de cambio rítmico: según este principio los movimientos armónicos y naturales se suceden de tensión y relajación muscular. Su movimiento fundamental es la oscilación del peso corporal.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

- Principio de economía en el movimiento, como consecuencia de los cambios rítmicos de tensión-relajación. Los movimientos analíticos son antieconómicos.

También forman parte de la Gimnasia Expresiva la bailarina Isadora Duncan, con un carácter profundamente antiacadémico, es considerada la gran renovadora de la danza y precursora de la danza moderna.

Rudolf Van Laban, enmarcado dentro del Movimiento expresionista de Munich, es influenciado por Duncan y se caracteriza también por su antiacademismo. Tiene la intención de provocar en el espectador lo que se siente al realizar la obra. Crea la Labanotación como sistema de transcripción escrita de todas las formas de movimientos imaginables.

#### 2.3.4. Gimnasia Moderna

La Gimnasia Moderna tiene como principal exponente a Medau, discípulo de Bode, aunque introdujo aportaciones a la Gimnasia Expresiva. Medau descubre a través del baloncesto que cuando se bota el balón se realizan movimientos más naturales, desinhibidos y sueltos. La incorporación de nuevos aparatos es la principal aportación de la gimnasia de Medau, siendo esta la base de la gimnasia rítmica moderna. Se utilizan pelotas, cuerdas, mazas, aros, etc.

Su gimnasia también incide en la liberación psíquica a través del movimiento (función catártica) y en el énfasis postural en los ejercicios.

Por su parte Ernest Ildá dirige su trabajo fundamentalmente a las cualidades físicas básicas, la coordinación, lateralización y postura. Para el trabajo utiliza fundamentalmente la pelota, con ejercicios con recorridos articulares totales. Introduce en sus clases la enseñanza recíproca, en la que un compañero corrige y modela la ejecución de su compañero.

Hilma Jalkanen pretende recuperar a través del ejercicio físico y rítmico la armonía perdida por el incorrecto trabajo muscular, las contracturas musculares, incorrecta forma de respirar e incorrecto trabajo postural. Se observa claramente la función compensatoria del movimiento.

#### 2.3.5. Tendencias Actuales

Entre las tendencias actuales destacan sobremanera las siguientes:

- Gimnasia-Jazz. Su creadora Mónica Beckman aportó un método basado en elementos de danza y ballet acompañados de música jazz. Carece de reglas fijas, dejando la posibilidad de improvisar. Al bailar los pies están muy en contacto con el suelo. Tiene clara influencia de la música negra americana.
- Danzas folclóricas. Originarias de numerosos países son realizadas en grupo



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

a través de bailes sencillos y con motivo de alguna celebración.

- Aeróbic. Creado por K. Cooper pretende obtener beneficios del ejercicio aeróbico. Su nacimiento se produce en Estados Unidos sobre 1970, expandiéndose posteriormente por Europa. Utiliza música moderna, realizando ejercicios de baja y media intensidad para el desarrollo del sistema cardio-respiratorio. Tiene influencia en sus movimientos de la gimnasia sueca. Puede ser realizado de bajo impacto (siempre existe un apoyo en el suelo) o de alto impacto (se incluyen saltos). Posteriormente surgieron otras modalidades más actuales como el acu aeróbic, el step o el flamenco aeróbic.

## 2.4. Escuela Inglesa

Para autores como Lagardera o Parlebas siguiendo una perspectiva contemporánea, el deporte es un fenómeno de las sociedades industriales, capitalistas y modernas. Según esta perspectiva el deporte surge a finales del siglo XVIII en Inglaterra. A través de la escuela inglesa con Thomas Arnold como máximo exponente (Rector del Rugby College), los juegos por un proceso de reglamentación e institucionalización se convierten en deportes (fútbol, hockey, tenis o rugby). Este acontecimiento sucede en los public schools ingleses donde se educaban a los hijos/as de las clases altas. Debido al incremento de la práctica deportiva se necesita la creación de un reglamento oficial y de un organismo que incluya a todos los clubes de la especialidad deportiva que se van creando. Por último Pierre de Coubertin a través de su movimiento olímpico y el colonialismo inglés universaliza el deporte .

## 3. ESCUELAS, CONTENIDOS Y ESTILOS DE ENSEÑANZA.

Una de las grandes riquezas de la EF es la variabilidad metodológica que permiten sus contenidos a desarrollar en el proceso de enseñanza y aprendizaje. En el siguiente apartado se presentan los estilos de enseñanza más habituales y en el siguiente su relación con los contenidos.

### 3.1. Clasificación Estilos de Enseñanza

Delgado Noguera (1991) propone la siguiente clasificación de estilos de enseñanza:

#### 3.1.1. Tradicionales

Se basan en los principios de la enseñanza tradicional. El alumnado es un mero receptor y ejecutor de las ordenes propuestas por el docente, que es el centro del proceso de enseñanza. Se basan en la comunicación unidireccional utilizando la lección de tipo magistral.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

Estos estilos se construyen a partir de la orden "Mando Directo", dulcificación de la orden "Modificación del Mando Directo", o de la tarea "Asignación de Tareas".

### 3.1.2. Individualizadores

Son estilos que permiten al alumno avanzar a un ritmo individual en el que el mismo puede evaluar su ejecución y tomar decisiones.

El principio fundamental de estos estilos es la adecuación de trabajo en la clase de E.F. a las diferencias personales (muy aplicable a la E.F. Especial y en la obtención de rendimiento). Permiten, además, diferentes situaciones de aprendizaje: (1) bien un trabajo individual, (2) o bien un trabajo en grupo (en función del ritmo de aprendizaje, de la aptitud física, del nivel de aprendizaje y conocimientos, y de los diferentes intereses).

Se distinguen: "Trabajo en Grupos", "Enseñanza Modular" y "Programa Individual".

### 3.1.3. Participativos

Se pueden definir como un conjunto de EE que se caracterizan, fundamentalmente, por la participación de los alumnos/as en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Realizan funciones específicas docentes: corregir, evaluar, informar, etc. En estos EE se da un paso decisivo ya que se colabora con los compañeros en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Se usa al compañero para que incida en la variable de la evaluación (control) entendida como feedback.

Nos encontramos en este grupo: "Enseñanza Recíproca", "Grupos Reducidos" y "Microenseñanza".

### 3.1.4. Cognoscitivos

Son todos aquellos que plantean situaciones de enseñanza que obligan al alumno a buscar soluciones "Pedagogía de las Situaciones", a resolver problemas matrices, a un aprendizaje por descubrimiento y que implica por parte del profesor una enseñanza mediante la búsqueda y una intervención didáctica a través de una técnica de enseñanza por medio de la indagación, la investigación y la búsqueda.

Resulta obvio que una tarea predeterminada (tarea cerrada) deba ser enseñada mediante modelo e instrucción directa, ahora bien, si esta tarea motriz la pretendemos enseñar con el contexto de la clase de EF donde lo fundamental no es el resultado, la enseñanza será menos instructiva y seguirá un planteamiento de enseñanza mediante búsqueda de situaciones más abiertas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

Dentro de este grupo están: “El Descubrimiento Guiado” y “La Resolución de Problemas”.

### 3.1.5. Creativos

Tienen las siguientes características: fomentan el pensamiento divergente, facilitan la libre expresión del individuo e impulsan la creación de nuevos movimientos dejando total libertad al alumno. Ya no se trata simplemente de resolver un problema sino de hacerlo de forma creativa.

Su aplicabilidad es muy importante en las siguientes situaciones: contenidos relacionados con la expresión corporal, actividades globalizadas (teatro), juegos creativos, etc.

En este grupo de estilos el más conocido es la “Libre Exploración”.

### 3.1.6. Socializadores

Son aquellos estilos que intentan educar los siguientes aspectos: convivencia, respeto, participación, trabajo en equipo, cooperación, cohesión, y la sensibilidad hacia los demás. Requiere mentalización y madurez por parte del grupo. El fin primordial es favorecer las interacciones socio-afectivas entre el alumnado, para lo cual podríamos aprovechar las innumerables oportunidades que en las clases de EF se dan.

Se diseña un objetivo social claro y a partir de él se preparan actividades de carácter abierto, existiendo varias soluciones a las tareas planteadas. Los alumnos se organizan en grupos de trabajo. Cada grupo trabaja de forma libre e independiente, mientras que el profesor orienta y supervisa la dinámica de todos ellos.

En este grupo cabe destacar: “Tormenta de ideas”, “Philips 6x6”...

## 3.2. **Relación Escuelas, Sistemas y Estilos Enseñanza**

Las diferentes escuelas nombradas anteriormente han sido el origen de los diferentes contenidos de la EF actual así como de los EE utilizados por los profesores y profesoras.

En la siguiente tabla se presenta de forma resumida las relaciones entre las diferentes escuelas, sistemas, contenidos y EE en EF.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

Escuelas	Sistemas	Contenidos	Estilos de Enseñanza
Sueca	Analíticos	Condición Física Deportes de Habilidades Cerradas Expresión Corporal "Bailes"	Tradicionales Individualizadores
Francesa Alemana	Naturales	Actividades Medio Natural Condición Física	Cognoscitivos Individualizadores
Alemana	Rítmicos	Expresión Corporal	Tradicionales Cognoscitivos Creativos Participativos
Inglesa	Deportivos	Juegos y Deportes	Tradicionales Individualizadores Cognoscitivos

Tabla 2. Escuelas, Sistemas, Contenidos y Estilos de Enseñanza en EF

## BIBLIOGRAFÍA

**Langlade, A. y Langlade, N.R. (1970).** *Teoría general de la gimnasia*. Buenos Aires: Stadium.

**Martín, N. (1995).** *Sistemática del ejercicio: concepto y contexto*. Granada: Universidad de Granada.

**Rodríguez, J. (2000).** *Historia de los deportes*. Barcelona: INDE.

**Sánchez, F. (2002).** *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid: Prentice-Hall.

**Sicilia, A. y Delgado, M.A. (2002).** *Educación Física y Estilos de Enseñanza*. Barcelona: Inde.

## Autoría

- 
- Nombre y Apellidos: Francisco Jesús Martín Recio
  - Centro, localidad, provincia: I.E.S. SÉNECA, CÓRBODA, CÓRDOBA.
  - E-mail: fjmrecio@hotmail.com