



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## **CARÁCTER CIENTÍFICO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, RAÍCES Y EVOLUCIÓN**

**Karen Romina Toro Parra**

Profesora de educación física, licenciada en educación, candidata a Magister  
Universidad de Concepción; coordinadora técnica en Consejo Local de Deportes  
Talcahuano, Chile.

Email: karentoroparra@gmail.com

### **RESUMEN**

La Educación física ha ido evolucionando y tomando forma desde sus raíces, en la prehistoria, pasando por varios procesos y ocupándose diversos términos para considerarla hoy en día como una práctica saludable por medio de la actividad física, que se debe fomentar, ya que es una herramienta importante y un aspecto clave que ha ido progresando para mejorar la calidad de vida y generando nuevos aportes sobre su eficacia, eficiencia y gran contribución a la salud física e integral. Algunos se refieren a educación física como área, otros como materia, y también como disciplina, pero la mayoría la destaca como una ciencia, hecho que se ha desarrollado y perfeccionado, pero que algunos aún cuestionan. Es en el carácter científico de la educación física donde se enfoca éste escrito y con el objetivo de argumentar esta postura se han recabado algunos datos, conceptos claves y evolución en el tiempo, con la intención de fundamentar y destacar los aspectos que caracterizan a la educación física como ciencia.

### **PALABRAS CLAVE:**

*Educación física, evolución, bienestar integral, ciencia.*

## 1. DESARROLLO

Si se habla del carácter científico de la educación física se debe considerar que ciencia es un conjunto de conocimientos ordenados sistematizados racionales y verificables a través de un método para darle explicaciones científicas a los hechos que ocurren alrededor (Cabal y Meza, 2007 citado en López D.R., Ramos A., 2008). Esto se debe complementar, en lo particular, con que su estructura se organiza partiendo de un objeto de estudio, se construyen hipótesis, se deducen principios, por medio de la experimentación, se elaboran leyes, todo dentro de lo que se conoce como método científico, siendo la ciencia considerada uno de los elementos fundamentales en la construcción de la civilización humana tomada en su conjunto. Las teorías científicas, al fin y al cabo, responden a las necesidades de los hombres y su evolución responde a la evolución de los mismos.

En la prehistoria, el hombre practicaba el ejercicio físico por medio de movimientos para buscar seguridad y sobrevivir, a través de la agilidad, fuerza, velocidad y energía, caracterizándose principalmente por la condición de nómades. En la Antigua Grecia, el ejercicio físico ya se vinculaba con la protección de la salud y el deseo del Estado de contar con un ejército sano y apto para el combate. Por eso prestaba una gran atención al temple y a los ejercicios físicos (Laptev y Minj, 1987 citado en López, 2003). Para los griegos el cuerpo era considerado como un templo, el cual encerraba el cerebro y el alma, y la gimnasia era un medio para mantenerse saludable y mantener una buena funcionalidad del cuerpo. Ninguna nación antes o después de los griegos ha dado tanta importancia no sólo al intelecto sino a la perfección y al triunfo físico (Barrow & Brown, 1992 citado en Contecha, 2012).

Sin embargo, en el período medieval, la educación encuadrada en los ideales de caballería, al parecer no alberga reflexiones de índole científica. Rodríguez (1995 citado Garay y Hernández, 2005) sostiene que la educación física en estos momentos es sólo filosofía, si es que es algo. Posteriormente la concepción renacentista se alejó rápidamente de la que existía en la época medieval. A partir del Renacimiento existe una pequeña conexión entre ciencia y deporte. Debido al interés por la Grecia clásica, la gimnasia de este período se presenta como un foco de atracción. Es así como comienza a obtener relevancia para establecerse como un área que debía desarrollarse para lo que se necesitaba trabajar más intelectualmente. En el siglo XIX la educación física ya se enmarca dentro de la época contemporánea, donde su desarrollo se incrementa cada vez más por medio de numerosos artífices que promueven nuevos estilos y metodologías, marcados por las nuevas ideologías y nuevos estilos de vida de la época, ya que el individuo va adquiriendo una dimensión especial y por lo tanto también el movimiento. Junto con esto surgen numerosas y famosas escuelas gimnásticas, las que tienen su auge en la primera mitad de este siglo, destacándose en el orden científico la escuela sueca y francesa observando desde entonces el comienzo y los matices del carácter de ciencia de la educación física. Es Amoros (1810, citado en López, 2003) quien utiliza por primera vez el término ciencia para definir la gimnasia cuando la califica como la ciencia razón de los movimientos y de sus relaciones con los sentidos, la inteligencia, los hábitos y el desarrollo de las facultades. Esta primera mitad del siglo XIX culmina con la innumerable sucesión de hechos, nuevas escuelas gimnásticas y métodos que desencadenaron y favorecieron el posterior desarrollo de la ciencia en las actividades físicas y

deportivas. Es, entonces, entre la época medieval y el siglo XX cuando un grupo de médicos y algún pedagogo han sustentado una cierta concepción de ciencia en el deporte (Gil, 1995 citado en Gary y Hernández, 2005).

La educación física, educación que abarca todo lo relacionado con el uso del cuerpo, como área de formación principalmente en la escuela, enmarca aprendizajes y conocimientos específicos relacionados desde edades tempranas con el educar en los movimientos corporales para desarrollar la motricidad, aprender deportes, como también adquirir hábitos de vida saludables, los que marcarán la calidad de vida del ser humano, puesto que ésta intención de movimiento nace como una necesidad del hombre para comunicarse y alcanzar objetivos. Desde esta perspectiva se puede entender entonces que la educación física es una base sólida y fundamental para preparar tanto a los niños, adolescentes y adultos para que se puedan adaptar a los procesos productivos de la vida desde la enseñanza por medio de valores, hasta el desarrollo de las capacidades psíquicas y biomotoras, por lo tanto el bienestar se conforma de manera integral en los ámbitos físicos, psíquicos cognitivos y sociales. Ante esto, la educación física se presenta como una alternativa educativa y terapéutica y cómo lo plantea Cagigal (1984) sería el arte, ciencia, sistema o técnicas de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el diálogo con la vida, con especial atención a su naturaleza y facultades físicas. Para lograr alcanzar concebirla en ese plano es fundamental la adquisición de información y conocimiento, investigando para obtener principios claros, lineamientos y patrones que surjan mediante la observación de objetos específicos, a través de métodos estructurados, lo que es parte de la ciencia, la cual para grandes filósofos y científicos no tiene límites, ya que se habla nada más ni nada menos que del individuo en sí, y del desarrollo de sus facultades, mereciendo el estudio de todos y cada uno de sus componentes, siendo el movimiento humano el cual desde hace décadas ha despertado el interés como objeto de estudio a partir del cual se han planteado hipótesis y generado principios que han sido elementos cruciales para ir encontrando los argumentos del porqué del carácter de ciencia de la educación física, ya que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. De igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.

Actualmente los estilos de vida poco saludables adoptados por la sociedad moderna y el sedentarismo han provocado el desarrollo de numerosas enfermedades y epidemias, algunas de las cuales se han transformado en pandemia, como es el caso de la obesidad, desencadenando en un panorama de salud mundial alarmante para los gobiernos e instituciones que velan por el bienestar y la salud de las personas como la Organización Mundial de la Salud (OMS), con lo cual se ha ido despertando el interés por la actividad física en relación a la salud y mejora para la calidad de vida y colocándola como eje clave y pieza fundamental en la situación descrita, ya que se centra aquí una problemática que está siendo objeto de estudio para la ciencia, de acuerdo a la magnitud con que se está manifestado este fenómeno en el ser humano de la sociedad actual, encontrando nuevamente características de ciencia en la educación física, por medio de la actividad física y la gran contribución que aporta

para el mejoramiento de la calidad de la salud y la vida, respondiendo en base a una necesidad urgente a nivel mundial.

La educación física como investigación humana y sobre todo como aspecto singular de las ciencias de la educación tiene amplio cometido y va adquiriendo entidad internacional al menos en el ámbito de las ciencias aplicadas. Para el contenido de la educación física se acude a las teorías y sistemas hoy vigentes acerca de esta materia, las cuales han sido elaborados por métodos científicos (Cagigal, 1984). Existen numerosos estudios científicos propios de la educación física que se han realizado con éxito estableciendo nuevos lineamientos y teorías específicos del área, aportando ya sea a la salud física y también a la salud integral de la persona desde varias perspectivas, en campos que quizá no había sido explotados de la forma correcta, como actividad de movimiento necesaria para la salud y el bienestar de los hombres, por lo que debe ser objeto de estudio justificando así un carácter científico. Gabriel (s/f, citado en Cagigal, 1984) afirmaba que el desarrollo de la educación física en la actualidad justifica sus pretensiones a cierta independencia dentro de la ciencia de la educación, ya que una simple ojeada a la bibliografía especializada del siglo pasado y de la actualidad descubre la abundancia de investigaciones científicas irreprochables y la de obras que tratan de los ejercicios físicos como parte de la vida y la cultura.

Claramente se puede observar que la educación física por medio de su desarrollo ha ido conformando como una ciencia, contando con todos los requerimientos para ello, planteando hipótesis, estableciendo teorías y principios, y todo por medio de métodos y experimentación que permita otorgar veracidad, con la base de un objetivo de estudio en común, siendo este punto central de la ciencia, ya que esta no puede constituirse sin éste elemento.

Si se observa las características del nacimiento de la educación física como ciencia, el conocimiento científico de ésta se ha ido formando recogiendo modos sociales, innovaciones pedagógica de la diversidad de orígenes que han tenido la actitud del hombre en movimiento condicionado todo por la variada organización y estructuración que según épocas, países, costumbres, ambientes culturales, han tenido las practicas físicas del hombre, como así también las necesidades de la sociedad en algún momento dado, siendo objeto de investigación para ver de qué forma la educación física puede contribuir a tal necesidad o demanda. Tiene pues, todos los ingredientes para ser considerada ciencia. Dentro de la sociedad, el comportamiento humano está en constante progreso y cambio, siendo una base importante a la cual se debe prestar atención para la labor de cualquier ciencia. Para ejemplificar esto se puede ver que la sociedad actual ya no tiene las mismas necesidades de décadas anteriores donde el sedentarismo y la obesidad no eran epidemias que invadían a la población. Hoy en día sí lo son, y más aun pandemias que han alcanzado porcentajes alarmantes en a nivel mundial. De esta forma la educación física debe responder frente a este fenómeno centrándose en su objeto de estudio utilizando métodos que permitan determinar las causas y consecuencias de esto, además de determinar posibles soluciones que puede ofrecer siendo una herramienta que puede prevenir e incluso tratar este tipo de problemáticas.

Por último la educación física debe basarse en la ciencia y evolucionar conjuntamente con ella, y bajo este ideal recoger documentación e información verídica, por medio de procesos de investigación. Concretamente la ciencia no

tiene fronteras, y es necesaria la colaboración de todo un equipo para abordar las nuevas interrogantes que se manifiestan en el hombre, de acuerdo a los diferentes comportamientos adquiridos considerando que los hábitos de la sociedad han sufrido fuertes cambios, trayendo también importantes consecuencias para el individuo en particular y la población en general .

## **2. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

Cagigal, J. M. (1984). ¿La educación física, ciencia? *Revista Digital Educación Física y Deporte*, 23, 50.

Contecha, L. (2012). Los conceptos de Educación Física: una perspectiva histórica. *Revista Digital de Educación Física y deporte*, 0, 0.

Hernández, M., A., Garay P. (2005). La actividad física y el deporte en el marco científico. *Revista Digital efdeportes*, año 10, n° 85.

López D. R., Ramos A. (2008) Revisión teórica acerca de la educación física como ciencia y disciplina pedagógica. *Revista Digital efdeportes*, año 13 n° 120.

López, R. A. (2003). ¿Es la educación física, ciencia? *Revista Digital efdeportes*, año 9 n° 62.

Organización Mundial de la Salud (OMS) (en línea). Disponible en:  
<http://www.who.int/es/>

Fecha de recepción: 4/6/2014  
Fecha de aceptación: 23/6/2014