

## Los valores en educación física: sinopsis

ÁLVARO MARTÍN PINZOLAS<sup>1</sup>

*Universidad Pontificia de Salamanca*  
amartinpi.mag@upsa.es

### RESUMEN

El siguiente trabajo es una síntesis, trata la educación en valores dentro del aula de Educación Física del centro concertado San Juan Bosco de la ciudad de Salamanca. Abarca toda la educación secundaria y el primer curso de bachillerato buscando mediante un cuestionario estandarizado aquellos valores más destacables por los alumnos. Dicho cuestionario ha sido elaborado tras un análisis de los valores que promueve el Olimpismo; además, vamos a profundizar en el ámbito que rodea al adolescente para comprender qué puede llevarlo a tomar esas decisiones.

*Palabras clave:* educación, valores, Educación Física, deporte, actividad física, Olimpismo, valores olímpicos

### SUMMARY

The next work is a sum up, it is about values related to education inside the classroom of Physical Education in San Juan Bosco secondary school of Salamanca. Our field of influence is secondary education and first course of high school and there, with a standardise survey, we have found the most esteemed values. This questionnaire has been made after studying the Olympic movement and his values. Furthermore we are going to go in depth to understand better teenagers and their environment, their behaviour, the “thing” that push them to make this decisions.

*Key words:* education, values, Physical Education, sport, physical activity, Olympic movement, Olympic values.

1 Álvaro MARTÍN PINZOLAS es Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Pontificia de Salamanca.

## 1. INTRODUCCIÓN

### 1.1. CONCEPTUALIZACIÓN

Este artículo tiene como objetivo de estudio mostrar los valores presentes en el aula de Educación Física tomando como referencia los valores olímpicos.

Por ello en la fundamentación trataremos de ir construyendo un vínculo entre los temas que hemos considerado de mayor importancia a la hora de relacionar: educadores, educación, “ideal” olímpico y valores de los alumnos adolescentes.

Me voy a detener más en los siguientes conceptos (valor, deporte y actividad física), ya que son los que llevan a mayor confusión muchas veces por su mal uso en la rutina cotidiana.

#### *Valor*

Siguiendo las definiciones más actuales para este término encontramos según Arufe (2011) que “los valores son considerados como aquellas creencias más o menos duraderas a través de las cuales las personas acogemos determinado tipo de conductas como preferibles, no sólo a nivel personal, sino también social, rechazando otras conductas opuestas”.

Otro enfoque para el mismo término “los valores” son cualidades inspiradoras de los juicios y conductas relacionadas con la persona o colectividad que las defiende (Acuña-Delgado y Acuña-Gómez, 2011).

Es decir, podemos considerar los valores como aquellos principios e ideales apreciados e interiorizados por los seres humanos a través de la educación, que guían nuestras decisiones y nuestra conducta tanto individual como socialmente.

#### *Deporte*

A la hora de definirlo es necesario citar a Cagigal (1981), un referente en el estudio del deporte como movimiento social, afirma:

Es un término sujeto a cambios, ha crecido y continúa creciendo a lo largo de los años, hace referencia tanto a la actitud como a la actividad, pero por encima de todo, abarca una realidad social o el conjunto de realidades e instituciones.

Si buscamos un autor de importancia más actual encontramos la perspectiva dualista del deporte (Acuña-Delgado y Acuña-Gómez, 2011): Como un sistema

cerrado, el deporte puede ser entendido como toda actividad motora (física e intelectual), competitiva, regulada e institucionalizada; mientras que como sistema abierto, puede incluir otros aspectos relacionados simplemente el juego y el ejercicio físico.

### *Actividad Física*

Está directamente relacionado con la perspectiva de deporte como sistema abierto, encontramos en la segunda acepción de la palabra deporte según la RAE, lo siguiente: “Recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre”. Una definición que puede estar más relacionada con la actividad física para el ocio que con el deporte en sí. La actividad física debe suponer un movimiento corporal intencionado que aporte una elevación significativa del gasto de energía basal (Ries, 2009)

## 1.2. FUNDAMENTACIÓN

En primer lugar, hablaremos de la educación en valores a través del deporte, ya que es uno de los fundamentos de nuestro estudio, pensar que esta educación es posible. Sin embargo, la imagen que transmite el deporte es cambiante en función de los valores que veamos reflejados en él. Puede tomar por tanto un enfoque negativo en los casos de violencia o discriminación, pero también puede ser positivo si lo orientamos en la integración, la paz, la cooperación y la transmisión de valores.

Hay que defender y promover una educación deportiva enfocada hacia los valores, sobre todo en edades tempranas, ya que va a ser el pilar sobre el que sigan construyendo su base emocional para el futuro. “Cuando el alumno llega a nuestras clases, no sólo viene acompañado de su cuerpo, también lleva consigo sus sentimientos, problemas personales, actitudes y valores” (Jiménez, 2000).

El deporte contiene una serie de valores comunes, que están presentes en todas las prácticas deportivas, pero habrá otros que cambien en función de los ámbitos de la práctica deportiva o del área educativa y de los objetivos de ella. Dichos ámbitos Viadé (2003) los divide en los siguientes: deporte de competición, deporte de iniciación, deporte de ocio y deporte para la salud.

Asimismo, se verá condicionado por una serie de factores de influencia que condicionan nuestro crecimiento personal en la adquisición de valores. Según el autor, la estructura es diferente, una de las más completas es la de Arufe (2011):



Fig. I. *Factores de influencia según Arufe (2011)*

Por lo tanto, es un medio para un fin que el docente debe utilizar de la manera adecuada en función de sus necesidades dentro del aula. Ginesta (2007) afirma que la Educación Física no educa de forma automática, sino que todo depende del contexto (familia, amigos,...) y de los recursos de los entrenadores y educadores del deporte de iniciación.

En segundo lugar, hablaremos de los valores olímpicos relacionados con el deporte, para ello aquí simplemente haremos una breve reseña de aquellos más importantes según el ideario olímpico.

De los escritos de Pierre de Coubertin, fundador del Olimpismo moderno, Müller (2010) saca una serie de características directamente relacionadas con lo que podríamos llamar “educación olímpica”:

- Desarrollo armónico del ser humano. Se refiere a la educación del cuerpo y de la mente, trata de transmitir la idea de la práctica de deporte durante toda la vida como “enriquecimiento y complemento”.
- El esfuerzo lleva a la perfección humana, los resultados artísticos y científicos deben igualar a los deportivos. Entendido como un reto personal de mejora continua a todos los niveles, pero siempre a través de medios “honestos e independientes”.

- La actividad deportiva vinculada a principios éticos además de incluir el ideal de lo amateur. Esto es, tanto en el juego como en la vida: el respeto por las reglas y las normas y el uso del juego limpio como herramienta de aprendizaje.
- Concepto de la paz y buena voluntad, reflejado por el respeto y la tolerancia. Transmisor de culturas diferentes y medio de contacto entre naciones, lo convierten en el perfecto ejemplo de interculturalidad.
- La promoción de movimientos que fomenten la emancipación gracias al deporte. Situado en el terreno escolar: la tolerancia de género, la aceptación de las diferentes formas de Educación Física y deporte, y el desarrollo de la responsabilidad de los alumnos.



Fig. II. *Valores del ideario Olímpico, Müller (2010)*

Estas características deben ser lo que nos guíe en la educación, alejándonos así de falsos ideales promovidos durante estos últimos años por el afán de la victoria y el premio. No es eso lo que un alumno debe ver y es precisamente lo que muestran los medios de comunicación. Lo educativo es el esfuerzo realizado durante los cuatro años del ciclo olímpico, es lo que significa la olimpiada como unión de culturas diferentes, el respeto y la paz por los iguales. Debemos transmitir esta visión global del deporte y de la olimpiada para evitar que el alumno caiga en los sensacionalismos de la prensa, desarrollando su sentido crítico para comprender lo que transmite la noticia.

En tercer y último lugar, hablaremos de las variables de influencia sobre la práctica deportiva que está marcada en algunas ocasiones por estereotipos, prejuicios y valores que existen en la sociedad (Hernández y Velázquez, 1996).

Esta es una de las mayores limitaciones del deporte y la actividad física, las connotaciones sexistas que alejaban a la mujer de la práctica deportiva. Afortunadamente durante los últimos años este tópico está viniéndose abajo gracias al trabajo constante de las atletas en demostrar al mundo lo equivocado que estaba al respecto.

De acuerdo con Serrano, Godás, Rodríguez y Mirón (1996) los contextos de socialización que influyen sobre las conductas de los adolescentes son: “las pautas

interactivas y reguladoras que definen la relación del adolescente con su entorno; y las condiciones socioeconómicas ambientales e individuales que actúan, modulando tanto el proceso como la conducta misma”.

Los niños son un reflejo formado por los comportamientos y decisiones de los padres, principal factor de influencia mencionado anteriormente, son estos los que deben transmitir, en primer lugar, una buena educación deportiva a sus hijos.

## 2. DESARROLLO

### 2.1. JUSTIFICACIÓN

El cuestionario que hemos utilizado ha sido extraído del estudio realizado por Martínez, Pena-Pérez y Mateos (2016) y, a su vez, validado por el Comité Olímpico para el estudio de los valores olímpicos en el deporte. Consiste en un conjunto de preguntas cuidadosamente elaboradas sobre los valores que hemos clasificado de la siguiente manera:

- 1) Valores que fomentan el desarrollo de los valores sociales.
- 2) Valores que fomentan el desarrollo de la interrelación con los demás en grupo.
- 3) Valores que fomentan el disfrute de la Educación Física y el deporte.
- 4) Valores que fomentan la afirmación del yo individual a través de la victoria
- 5) Valores que fomentan la afirmación individual en relación con el aspecto físico.
- 6) Valores que fomentan el desarrollo de una personalidad positiva.

Dicha clasificación ha sido realizada para facilitar la comprensión y el estudio de los valores, a pesar de todo, hay varios que podrían aparecer repetidos por su importancia y similitud en varios grupos.

### 2.2. MUESTRA

Debido a las limitaciones del tema de estudio, hemos realizado un análisis de una muestra constituida por 205 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria y del primer curso de Bachillerato. Esta será representativa de un universo mayor, por lo tanto nuestra muestra viene a ser como un retrato a escala pequeña de los alumnos de 12 a 17 años de edad.

Estos alumnos que constituyen la muestra han nacido entre los años 2000 y 2005, con una media de edad de 14.03 años. En cuanto a la distribución de los participantes por sexo es la siguiente: 83 varones (40.48%) y 122 mujeres (59.51%). Observamos un predominio de un 19.03% más de mujeres que de varones en la muestra.

### 2.3. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Para llevar a cabo un correcto análisis de los resultados, hemos agrupado la muestra de diferentes formas que nos facilitasen ver la relación de los datos, así como su interpretación.

Como hemos dicho, una primera clasificación fue en grupos de valores con diferentes subdivisiones internas, como por ejemplo, en función del sexo. Otra división posterior fue en función de primer ciclo de ESO: 1º a 3º; y un grupo de mayores: 4ºESO junto con 1º BACH, esto corresponde con la maduración de los alumnos, ya que consideramos que en ambos grupos de edades sus intereses se encuentran más interrelacionados.

Sin profundizar en dichos resultados, podemos decir que fueron muy relevantes los del grupo 6 (Valores que fomentan el desarrollo de una personalidad positiva), aquellos valores relacionados con la maduración positiva de la personalidad, los más idílicos en cuanto a educación, pues cualquier educador los utilizaría como referente. Y en la segunda división, la que agrupamos por cursos, y analizamos de 1º a 3º ESO y 4ºESO a 1ºBACH, encontramos de forma visible a un alumno adolescente influenciado, por la opinión social y por su imagen o su apariencia física.

### 3. CONCLUSIONES

Durante el artículo hemos explicado la importancia que tiene la actividad física y el deporte para el desarrollo saludable de los niños y adolescentes que se encuentran dentro del sistema educativo español. La Educación Física es una oportunidad esencial que el docente tiene que aprovechar para crear hábitos deportivos saludables en sus alumnos. Debe introducirlos en el modo de vida que es el deporte y el cuidado personal, para que sepan analizar y planificar una alimentación adecuada, así como las actividades que deben realizar, todo ello para alcanzar un mayor desarrollo personal y calidad de vida.

No podemos dejar de lado el papel que hacen los padres y otros profesionales del deporte, ya que son los siguientes factores de influencia que se va a encontrar

el niño al salir del centro. Ellos deben continuar la labor educativa durante estas edades tan prematuras, dejando al margen ideas como la especialización temprana o la profesionalización.

El movimiento olímpico se convierte en un claro ejemplo de enseñanza en valores, ya que es una de las pocas competiciones que quedan que aún se mantiene firme en sus ideales. Desde hace más de un siglo los Juegos Olímpicos modernos han llevado por estandarte la paz, la interculturalidad, la no violencia, la integración y el amateurismo entre otros.

Como hemos afirmado en numerosas ocasiones, hay que hacer frente a todos los contraejemplos que encontramos día a día en el deporte formando el espíritu crítico del alumno, para que él sea capaz de valorar cada resultado y cada noticia. Del mismo modo hay que formarles en la adquisición de conocimientos básicos sobre nutrición y entrenamiento que les permitan mantenerse saludables. Y por último, hay que desarrollar el bagaje motriz de los niños en el mayor número de deportes posibles, ampliando y mejorando sus habilidades y destrezas.

#### 4. BIBLIOGRAFÍA

- ACUÑA-DELGADO, A. y ACUÑA-GÓMEZ, E., (2011): *Sport as a platform for values education*. J. Hum. Sport Exerc. Universidad de Granada.
- ARUFÉ, V. (2011): *la educación en valores en el aula de educación física. ¿Mito o realidad?* Universidad de A Coruña. EmásF revista digital de educación física.
- CAGIGAL, J.M., (1981): *¡Oh deporte! (Anatomía de un gigante)*. Valladolid. Miñón.
- GINESTA, X. (2007): *Los valores en el deporte: una experiencia educativa a través del Barça-Madrid*. Periodismo de la Universidad Autónoma de Barcelona y periodismo deportivo.
- HERNÁNDEZ, J.L y VELÁZQUEZ, R. (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos*. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid.
- JIMÉNEZ, P. (2000). *Modelo de intervención para educar en valores a jóvenes en riesgo, a través de la actividad física y el deporte*. Tesis doctoral. Departamento de Física e Instalaciones aplicadas a la edificación, al medio ambiente y al urbanismo. U.P.M.
- MARTÍNEZ, M.J.; PENA-PÉREZ, X.; MATEOS, C. (2016): *Percepción en adolescentes de los valores olímpicos asociados a la práctica del fútbol frente a otros deportes*. Universidades de Vigo y Las Palmas. FEADDEF. Retos, Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Educación.
- MÜLLER, N. (2010): *Educación Olímpica: lecciones universitarias olímpicas*. Barcelona: Centre d'Estudis Olímpics.
- RAE (2014): *Diccionario de la Real Academia de la Lengua*. 23ª Edición. Espasa.

SERRANO, G., GODÁS, A., RODRÍGUEZ, D., MIRÓN, L. (1996): *Perfil psicosocial de los adolescentes españoles*. Departamento de Psicología Social y Básica. Universidad de Santiago de Compostela

VIADÉ, A. (2003): *Psicología del rendimiento deportivo*. Barcelona, UOC.

## AGRADECIMIENTOS

Al Colegio Mayor Tomás Luis de Victoria por permitirme realizar esta publicación y a su director Jesús M<sup>a</sup> Arenas Arias por ser quien me puso en contacto con el director del Colegio San Juan Bosco de Salamanca para realizar mi trabajo. A Antonio Castillo Macias profesor de Educación Física en el centro, el cual me cedió sus alumnos y su tiempo. A mi tutor Sergio López García por su paciencia y su saber en el tema. A Miguel Ángel Martín Núñez por sus conocimientos y su ayuda esclarecedora en múltiples ocasiones. Y por último, pero no menos importante Elsa Hernández Rodríguez por su apoyo, su tiempo en las correcciones y su ayuda con la tediosa bibliografía.