



*Revista Digital de Educación Física*

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

## EDITORIAL

### ¿GIMNASIA, POR QUÉ YA NO ESTÁS?

Cada vez que se presenta el tema de la Educación Física, el Deporte y la Recreación, me sorprende al observar la confusión que existe entre las personas que me rodean acerca de lo que debe tratar cada disciplina o, más aún, cuál es el aprendizaje que deben adquirir en este ámbito los escolares en su escuela, colegio o cualquier institución educacional.

Mi trabajo en la universidad y mi relación con el mundo del deporte me permiten relacionarme con padres y apoderados de deportistas, entrenadores y colegas de la Educación Física, así como con profesionales de otras áreas y ámbitos que me dan la oportunidad de escuchar opiniones acerca de la necesidad o no de hacer actividad física y la relevancia a nivel escolar de la misma.

En esta ocasión, me referiré a la Gimnasia, entendida como la simple forma de ejercitar y guiar a los escolares al conocimiento de su cuerpo, relacionarse con el espacio y el tiempo, mejorar sus capacidades y habilidades motrices, mejorar sus capacidades intelectuales y sociales, así como con los beneficios relacionados con la comprensión de un estilo de vida saludable, o sea, adquirir hábitos motrices específicos.

¿Se reconoce actualmente la Gimnasia y sus beneficios en ámbitos de Formación Profesional? ¿Qué ocurre a nivel escolar?

Observo en los planes de formación de profesores de Educación Física, así como en los nuevos currículos de Chile, ha desaparecido la Gimnasia básica y natural, siendo reemplazada por formas deportivas de la misma, tales como: Gimnasia Rítmica, Gimnasia Artística, Gimnasia Aeróbica, Acrosport, entre otras.

La Gimnasia, como sistema natural de ejercicios cotidianos que ayuda a explorar los diferentes movimientos del cuerpo, a reconocer las distintas posibilidades de los segmentos corporales, ha quedado relegada y olvidada en los diferentes niveles de escolaridad.

En la formación de profesores – ámbito complejo - se confunde aún la formación pedagógica y motriz con la preparación de entrenadores de alguna especialidad deportiva, o de deportistas, dando mayor énfasis a asignaturas relacionadas con el deporte y el entrenamiento del mismo, antes que a las habilidades motrices básicas. Actualmente, se implementan asignaturas fundadas en la neurociencia y teorías del aprendizaje, lo cual es muy valioso, sólo que no hay una aplicación a la realidad educativa de esa temática.

En general, veo con preocupación que el área de conocimiento que esté de moda es lo que orienta las modificaciones curriculares, dejando de lado lo que constituye el fundamento de la Educación Física: el Movimiento.

Si alguna voz se alza para defender la gimnasia básica, la gimnasia natural, la gimnasia como obstáculo, la gimnasia como desafío, la gimnasia relacionada con el ritmo y el espacio, la gimnasia cooperativa, la gimnasia inclusiva e integradora, es acallada por quienes tienen una formación basada en el deporte, principalmente de competencia y porque no han tenido en su escolaridad inicial y en su formación profesional la oportunidad de conocer otras formas de actividad física.

La Gimnasia es tan antigua como la historia del ser humano; se ha desarrollado desde un conjunto de ejercicios que se practican en secuencia con el objetivo de mejorar las capacidades funcionales del cuerpo, como también mejorar las funciones intelectuales; su principal característica es que puede ser practicada en cualquier lugar -hasta en espacios pequeños-, en compañía con otras personas o bien solo. Tal vez, aunque tilden de retrograda esta opinión, estimo que se debería volver a revisar el Texto Teoría General de la Gimnasia (Langlade & Langlade) y volver a vivenciar los balanceos, circunducciones, rebotes y combinaciones de los mismos, en diferentes planos y velocidades. Combinar estos movimientos básicos con diferentes implementos, o experimentar en aparatos a diferentes alturas, permite desarrollar la fuerza, la flexibilidad, concentración, agilidad y elegancia, entre otros aspectos para el bienestar corporal; además, con la actividad gimnástica se busca fomentar la salud, la participación colectiva y la integración social; con todo ello, el cuerpo se mantiene elástico, flexible y ágil.

Es curioso notar que en las Bases curriculares de Enseñanza Media (MINEDUC, CHILE, 2013) mencionan ideas, relacionadas más con el ámbito social que con el ámbito motriz, por ejemplo:

“La asignatura Educación Física y Salud es un excelente medio de socialización: permite incrementar la independencia y la responsabilidad del estudiante, involucrándolo en la preparación, organización y gestión de las actividades, lo cual es una vía privilegiada de experiencias de cooperación y solidaridad.....”.(p.290)

“Por medio del juego y los deportes, los alumnos podrán aprender a aceptar su cuerpo y reconocer su personalidad, interactuando con sus compañeros en actividades en las que pongan en práctica los valores personales, sociales, morales y de competencia, como la amistad, la responsabilidad, la inclusión, el respeto al otro, la serenidad frente a la victoria o la derrota, la satisfacción por lo realizado personalmente y el gusto por el trabajo en equipo...”

Los ejes temáticos están dirigidos a ámbitos tan complejos y diferentes del ser humano: Importancia del movimiento -Vida activa saludable -Condición física y principios de entrenamiento -Deportes -Actividades motrices físicas alternativas en el entorno natural -Habilidades expresivo-motrices -Liderazgo -trabajo en equipo y promoción de actividad física- que tomando en cuenta el tiempo semanal (entre 12 a 16 minutos, Alarcón y colab. 2013) que el profesor en Chile, logra mantener en movimiento intencionado en una sesión de Educación Física de 90 minutos, sinceramente, no logra satisfacer los objetivos planteados por esos ejes. El profesor se ve superado y, por lo tanto, se dedica sólo a uno de ellos. Es más, encontramos en las bases curriculares ejemplos de clases y de evaluación desarrollados para el Eje temático de Condición física y principios de entrenamiento que, junto al eje de Deportes, son los más utilizados por los docentes.

La Gimnasia infantil propuesta por Diem, al igual que la Gimnasia rítmica de Medau, como la gimnasia Neo-sueca y sus derivados han quedado en el pasado, tanto a nivel escolar primario como en la formación de profesores de Educación Física. Como consecuencia de lo anterior, se están formando entrenadores antes que profesores; tenemos niños deportistas (?) o jóvenes y adultos alejados de la actividad física en vez de personas que practiquen en forma regular y sistemática ejercicios que les ayuden a enfrentar mejor los desafíos diarios.

El desafío es dilemático: formar entrenadores de alto rendimiento o profesores que fomenten la actividad física regular y habitual.

**Tegualda I. Alarcón Jiménez**

Universidad Playa Ancha, Valparaíso (Chile)  
tehuy2007@gmail.com

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Alarcón, T., Valdés, P., Salas, B., Morales, A., Olivares, P. (2013) Distribución horaria y tiempo de compromiso motor en estudiantes de primer año medio. Tesis de para optar al Título de Profesor en Educación Física y Licenciado en Educación. Universidad de Playa Ancha. Valparaíso. Chile.

Langlade, A. & Langlade, N (s/d) Teoría general de la gimnasia. Editorial Stadium.

Mineduc (2013). Bases Curriculares de Educación Física. Enseñanza Media. Disponible en: [http://www.curriculumenlineamineduc.cl/605/articles-21314\\_programa.pdf](http://www.curriculumenlineamineduc.cl/605/articles-21314_programa.pdf).