

Una Orientación Pedagógica de la Educación Física para Panamá

por ALFONSO ROJAS SUCRE

La Conducta en la vida del Hombre.

La vida del hombre se pone de manifiesto en forma de pensamiento, emociones, sentimientos, o si no, en forma de actos que unidos forman la conducta. Esta conducta no es espontánea sino que está más bien obligada por los diferentes estímulos que la estructuran.

La conducta es modificable en cada caso inversamente a la edad del individuo, siempre y cuando que ella sea perseverante y sistemáticamente encauzada.

Así como toda manifestación de la vida puede desarrollarse hasta un máximo y se adquirirá con ello una notable habilidad, también todo ejercicio mecánico funcional debe fundamentarse no tan sólo como factor de movimiento sino como factor de aplicación técnico-social.

Debe desterrarse como forma educativa la disciplina sistematizada por acciones abstractas o por generalizaciones sin fundamento aplicativo; ella debe ser reemplazada por realidades concretas metodizadas de acuerdo con las necesidades del proceso educativo, y este proceso educativo deberá fundamentarse, aparte del aspecto filosófico, en el grado temperamental de los educandos clasificados y de su género de vida. El ejercicio debe objetivarse concretamente, acentuando el tipo que convenga en cada caso, según las características biotipológicas o específicas manuales.

Disciplina en la Educación Física.

Los ejercicios deben fundamentarse en una razón científica dualista: para el individuo y del individuo. Lo primero es el efecto funcional que se transforma en factor vital; lo segundo consiste en la habilidad adquirida, la cual será aplicada en un trabajo de **función social**.

Cuando el ejercicio con reacción neuro muscular y articular llega a ser solamente una respuesta mecánica-fisiológica, entonces pierde todo carácter educativo. Por consiguiente debe lograrse que los ejercicios no sean bosquejos de automatismo. Los ejercicios concebidos solamente para el "yo" personal deben desterrarse de la mente del educador, inculcando en cambio el "yo" social. El individuo debe entregar voluntariamente su libertad personal, para identificarlo con la libertad colectiva.

La educación física debe encauzar las facultades físicas con inducción psicológica. Ella debe organizar la libertad de acción y fomentar la iniciativa, más que constituirse en disciplina que exige obediencia y ninguna manifestación espontánea.

La educación física deberá tener en cuenta lo que pretende para el fin mediano y determinar su proceso inmediato: disciplina neuro muscular y articular, disciplina como factor social; actitudes compensativas, posiciones correctivas, fuerza muscular, resistencia orgánica, elasticidad muscular; sacrificio, habilidad específica, etc. Todo ello deberá ser solamente el medio que contribuya al fin propuesto, o sea la formación de la personalidad individual y acoplamiento social, puesto que la educación física no consiste en agrandar los músculos, ni darles elasticidad, ni en ampliar la cavidad torácica sino que comprende el desarrollo de las aptitudes individuales como principio social y en inculcar normas de carácter general que beneficien a los semejantes. De acuerdo con lo expuesto, deberá hacerse caso omiso de todo lo que constituya un profesionalismo físico de orden sectorio.

La manera de enseñar la educación física deberá siempre fundamentarse objetiva y subjetivamente, en práctica y conocimiento del por qué, teniendo en cuenta las diferentes condiciones: la pre-natal, la niñez, la pubertad, la madurez, las condiciones climatéricas, hereditarias, nutritivas, fisiológicas, culturales, etc.

El aprendizaje intelectual, cultural y educativo físico no será crear super hombres sino proporcionar al individuo el medio para su desenvolvimiento práctico individual y colectivo.

En educación física —como en otras disciplinas— el conocimiento subjetivo o del para qué, deberá ser el mayor estímulo y no el premio que degenera en pago disimulado, trocando el incentivo del esfuerzo en vanidad, sensualismo y egolatría.

Centralización y Descentralización.

Siendo la educación física una función del estado, éste debería tener un control absoluto sobre programas, métodos y actividades, tanto en el aspecto oficial como en el particular, de modo que permita el desenvolvi-

miento y el desarrollo, pero impida los abusos. Y aquí llegamos al problema de la centralización o descentralización de la educación física. ¿Cuál de estas dos orientaciones existe en nuestro país?

La centralización de la educación física es conveniente en cierto modo porque contribuye a que las cosas marchen mejor. Con la centralización todos los organismos de la educación física marchan hacia un seguro objetivo. Por supuesto, esto no quiere decir que en los colegios la educación física no pueda tener libertad para organizar la marcha de sus programas de acuerdo con la realidad ambiental. Ante todo, los colegios de Panamá se orientan para el desarrollo de sus actividades físicas de acuerdo con el Programa de Educación Física, dentro del cual encontrarán todas las pautas por realizar, pues que éste es bien amplio en ese sentido.

Además la centralización permite al organismo máximo de la educación física imponerse en un momento dado sobre el estado y la marcha de la educación física nacional.

El uso Moderado del Ejercicio, según Mosso.

No debe considerarse a la educación física como medicina de potente; más bien sería mejor tomarla como un laboratorio en que se combinan substancias diversas para determinar una fórmula. Debe considerarse al biotipo en función correlativa con su estado social, presente y futuro. No debe enseñarse de la misma manera un ejercicio a un arquitecto que a un artista, ni a un mecánico que a un cartero, ni orientar a los cuatro por el mismo camino, aunque con ellos el objetivo es el mismo.

El conocido fisiólogo Mosso decía: "La incompatibilidad existe entre el trabajo físico y el intelectual, por lo que deben estudiarse detenidamente por cuantos se ocupan de la educación de los límites en que han de mantenerse los ejercicios físicos para ser útiles en vez de nocivos a la vida cerebral. Mediante una educación física bien entendida y bien aplicada las nuevas generaciones aprenderán a amar la acción fecunda en una confraternidad creada por los mismos gustos y las mismas sensaciones puras que da el esfuerzo cumplido".

"Queriendo poner en guardia a nuestras generaciones jóvenes contra el abuso de los deportes y en particular de los grandes records a los cuales se entregan demasiado en nuestros días, el uso excesivo de los deportes se convierte en una escuela de sugestibilidad o por lo menos de credulidad exagerada; tiende a provocar una regresión del yo consciente hacia el yo inconsciente: de la volición intelectual hacia la abulia automática".

"Creo que la aplicación de los ejercicios físicos debe estar en relación inversa del nerviosismo de cada individuo y de cada nación; cuanto mayor sea la emotividad, deben ser menos violentos, porque su influjo se deja sentir

sobre el corazón al que afecta la emotividad. Con los ejercicios violentos la causa del peligro es doble: es mecánica, por el trabajo muscular intenso y prolongado y es psíquico, por la emotividad creada por la acción muscular misma."

Fundamentación de los Métodos de Enseñanza.

Los métodos de enseñanza, tanto general como particular, se fundamentarán en los aspectos filosófico, lógico, psicológico y pedagógico

El aspecto filosófico será la guía espiritual que se inculcará a los educandos a fin de formar en ellos el conocimiento del por qué y del para qué.

El aspecto lógico no será otro que el ordenamiento de los ejercicios para llegar a la perfección funcional. Deberá seguirse un ordenamiento inverso a la actividad común, diferenciando a los escolares cuyo trabajo principal es intelectual, con los obreros de actividad manual.

El aspecto psicológico comprenderá la relación del ejercicio con la actividad del escolar, de tal manera que se comprenda la utilidad, para lo cual deberá interesarse en el aspecto general y particular de los ejercicios, pues se ha comprobado el rendimiento obtenido cuando la voluntad interviene en forma directa.

Por último el aspecto pedagógico comprenderá las bases que el maestro tomará para hacer su plan de trabajo.

Bibliografía:

Jesse F. Williams: "Principios de Educación Física".

Abel Velero Alatorre: "Orientaciones Didácticas de la Educación Física".

Luis Bisquertt Susarte: "La Educación Física Social".

Alfonso Rojas Sucre: "Curso sobre Organización y Administración de la Educación Física".

Universidad de Panamá.
Febrero de 1964.