



Título: La Motricidad en el currículo escolar peruano análisis de su evolución histórica.¹

“Los movimientos no solo los hacemos simplemente por movernos, cada movimiento tiene su propósito, siempre tiene alguna intención”.
María Montessori.

Giovanni Corvetto Castro²

Resumen: *La motricidad humana constituye hoy un horizonte epistemológico para la Educación Física que implica la búsqueda de diferentes rutas, aspecto que se ha ido evidenciando en el desarrollo curricular del área a través de los tiempos, en diferentes contextos socioculturales en el mundo, estos cambios se desarrollan en paralelo con los intereses en las prácticas investigativas de formadores e investigadores en el área, situaciones que implican reflexión sobre el quehacer pedagógico del docente de Educación Física que por años dedicó su trabajo al desarrollo de fundamentos deportivos o ejercicios estáticos del tipo militarizados, cuyo objetivo primordial era el perfeccionamiento del acto motor; concepto reducido a contracciones musculares que provocan desplazamientos, el movimiento concebido en la Educación Física tradicional no era más que una abstracción biológica y mecánica. La reflexión que presento a continuación, pretende analizar el contexto actual del área en la búsqueda de una Educación Física más humanista, basada en una propuesta curricular que busca consolidar dicho propósito en donde la motricidad humana no solo se convirtió en el objeto de estudio, sino también en por qué fundante del quehacer pedagógico del área.*

Palabras Claves: Corporeidad, Motricidad humana, Educación física, desarrollo humano.

1 Certifico que tengo los derechos patrimoniales sobre esta obra, que en el texto se respeta el Derecho de Autor y autorizan su divulgación y publicación con una licencia **Creative Commons Atribución**.

2 Doctorado en Educación, Magister en la mención de Actividad física para la Salud. Licenciado en Educación Física. Docente Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú gcorvettoc@unmsm.edu.pe.



Introducción

La Educación Física desde sus inicios en la antigua Grecia hasta nuestros días, ha pasado por problemas de identidad; nunca estuvieron claras las razones por las que debía realizarse, sin embargo a perdurado en el tiempo en el currículo escolar a pesar que en la actualidad existan razones para pensar que su práctica fue poco educativa y algunas veces anti educativas. Por ejemplo, los espartanos a través de la educación física buscaban formar hombres de acción fuertes para la guerra. En Grecia buscaban la combinación de hombre sabio con hombre de acción, programa educativo que más adelante se denominara Palestral. Incluso en los últimos 30 años la actividad física para la salud, desde una perspectiva médica preventiva es un objetivo primordial. Este problema de identidad valga la redundancia, ha generado que la Educación Física sea utilizada con fines no educativos y que se le conozca de diversas formas: Cultura física, Cultura Física y Salud, Educación Física y Deportes, Educación Física y Salud, Actividad Física, Actividad Física y Deportes, Actividad Física y Salud y otras más. Si bien es cierto, todos sabemos de la importancia de la Educación física en el desarrollo integral del niño niña y adolescente, existe una brecha inmensa en el quehacer pedagógico de los maestros entre contenidos instrumentales, orgánicos, funcionales y aquellos que buscan el desarrollo armónico e integral de los estudiantes. A esto se le añade un total olvido de parte de los gobiernos de manera histórica hacia el área y la desarticulación en la formación de nuevos profesionales por parte de las universidades e institutos pedagógicos con nuevos paradigmas, que cambian la mirada del cuerpo y de la motricidad y nos obligan hoy a replantear la mirada hacia las prácticas pedagógicas y los fines curriculares en la educación física. Por otro lado existen diversos enfoques que han pervivido en los últimos años entre ellos: el modelo médico tradicional, el modelo psicoeducativo y el modelo deportivo y el psicomotor; en la actualidad observamos un enfoque orientado hacia la corporeidad. Sin embargo, aún pervive una concepción llevada hacia el rendimiento.

El análisis que permite la reflexión realizada en el presente documento, parte de la observación del quehacer pedagógico de los maestros del país en el área; aún se evidencia un modelo dualista, donde el cuerpo tiene un carácter exclusivamente instrumental, funcional y orgánico.



El concepto del cuerpo disociado de la mente y su influencia en la Educación Física y el constructo motricidad.

En la antigüedad existía una idea sesgada sobre el cuerpo, ya que fue disociado del alma (mente) por los primeros filósofos, hechos después confirmados por Platón, esto trajo como consecuencia una visión dualista del ser humano, que dominó por largo tiempo el pensamiento occidental. El dualismo distinguía de manera absoluta el alma y el cuerpo, marcaba una radical distinción. El alma era concebida como función mental, con capacidad para pensar y querer; mientras que el cuerpo era visto como un aspecto aislado, carente de pensamientos, emociones y sensaciones. “El pensamiento occidental, sobre todo en la modernidad, concibió al ser humano como un ser dual, conformado por realidades escindidas y dicotómicas -cuerpo/alma-, entendidas éstas como dimensiones que se relacionan pero que no se combinan. Esta concepción es una herencia de la postura filosófica dualista de Descartes, y anteriormente de Platón” (Benjumea, 2010, pág. 26). Descartes como dualista pensaba que la mente y el cuerpo eran entidades separadas y que las capacidades exclusivas del hombre residían fuera del cerebro, en la “mente” un concepto que sutilmente estaba relacionado con el de “alma. En palabras de (Descartes, 1990) refiriéndose al cuerpo y alma “Puesto que de un lado tengo idea clara y distinta de mí mismo, en tanto que soy solamente una cosa pensante y no extensa, y, de otro lado, tengo una idea distinta del cuerpo, en tanto que es sólo una cosa extensa y no pensante, es cierto que yo, es decir, mi alma, por la que soy lo que soy, es entera y verdaderamente distinta de mi cuerpo y que puede ser o existir sin él”. La expresión de Descartes pone de manifiesto el lugar que él asigna al cuerpo el mismo que será establecido a partir de su relación con el alma. “Descartes no define al hombre ni de una ni de otra forma, y sí afirma preferentemente que el hombre “real o verdadero” es una unidad compuesta de alma y cuerpo en interacción constante y recíproca” (Rocha Herrera , 2004). Hechos que se evidencian en las praxis pedagógicas relacionadas con la concepción del hombre como dos entes separados que explican las clases de educación física con un fin mecánico biológico y la desvalorización de las áreas curriculares prácticas. “El cuerpo, en esta tradición, se concibió como un conjunto de estructuras orgánicas, alejado de su dimensión psíquica, espiritual, sociocultural y política; y regido por leyes generales de la mecánica que le garantiza su movimiento” (Benjumea, 2010, pág. 27). Para (Gallo, 2009, pág. 4) “En el pensamiento occidental, la Educación Física ha hecho parte de dispositivos militares, higiénicos y educativos para



educar el cuerpo. Esta forma de educación, en su denominación ‘física’, ha utilizado practicas corporales como la gimnasia, la actividad física, el ejercicio, la danza y el deporte para formar, moldear, conducir, desarrollar, regular, normalizar y adiestrar el cuerpo”.



Figura1³. Cuerpo disociado de la mente.

Este pensamiento mecanicista considera reparable y aislable cada una de las piezas del cuerpo; componentes cuyo funcionamiento es posible explicar mediante leyes mecánicas, el cuerpo concebido como un complejo funcional que contiene órganos, sistemas y aparatos. Por otro lado, ésta división relacionada con el cuerpo y la mente como dos entes disociados, se expresó en el mundo educativo, a través de una supra valoración de los cursos teóricos relacionados con aspectos cognitivos y los cursos prácticos como la educación física de menor valía y con menos número de horas por un supuesto uso innecesario y de poco valor en la vida. Formas de sentir que se han evidenciado a través del tiempo como lo menciona Tefarikis “Esta manera dualista de ver el mundo determinó desde el punto de vista educativo y pedagógico el nacimiento de dos pedagogías, una para la mente y otra para el cuerpo. Esto implica una estrecha división del hombre y su desarrollo, generando estrategias didácticas, metodológicas y secuenciaciones de contenidos que permitieran desarrollar ambas dimensiones humanas (cuerpo-mente)” (Tefarikis , 2006). El ser humano es una unidad indivisible no una mente que habita un cuerpo aislado de pensamiento.

En palabras de Merlau- Ponty citado por (Costa, 2006, pág. 5)“El cuerpo no es un objeto a la manera de partes supuestas; no somos un alma que se pueda escindir de un cuerpo, un puro intelecto junto a un conjunto de músculos y huesos en el que habitamos.” Para la Fenomenología, el ser humano

³ En la figura 1 se muestra la concepción del cuerpo disociada de la mente como dos entes separados, concepción platónica Descartiana que sustentara la educación física tradicional cuerpo y movimiento como instrumentos para el rendimiento.



no es concebido como una dualidad ni el cuerpo es entendido como un objeto así lo expresa (Gallo, 2009, pág. 5) de la siguiente manera:

La Fenomenología del cuerpo evita una interpretación mecanicista de la corporalidad y, a diferencia de un análisis biológico y fisiológico, lo que interesa es integrar la corporalidad en una constelación de sentido que ofrezca un significado humano. La Fenomenología se opone tanto a una reducción física del mundo como a una reducción fisiologista de la corporalidad y del movimiento corporal; por consiguiente, se convierte en un presupuesto teórico fundamental para encontrar en el nuevas formas de entender el cuerpo y las prácticas corporales que se desarrollan en la educación física.

Podríamos decir que por muchas décadas la práctica pedagógica en el área de educación física estaba relacionada al desarrollo físico motor, era muy común ver maestros colocando las notas de desempeño en el área (evaluación), en base a los resultados de pruebas físicas de fuerza, resistencia o velocidad.

Aspectos que se evidenciaban en las clases de Educación Física que se impartían en secundaria ya que en los niveles anteriores no existían plazas para maestros del área. En consecuencia a ello (Corvetto Castro, 2016) menciona “La desvalorización de la educación física como área curricular se evidenció en el Perú a través del olvido y la desatención por muchos años de los gobiernos de turno, no hubo educación física en el nivel primario, y en inicial se perfilaba un área psicomotriz que era conducida por maestras de nivel inicial, que poco o nada sabían sobre el desarrollo de la motricidad”. El sustento en aquel entonces sería que el profesor de educación física no estaba preparado para la enseñanza en etapas tempranas de la vida y la niñez, y que el perfil de formación inicial de las universidades e institutos pedagógicos tenían planes de estudios con cursos cuyos contenidos estaban enfocados al rendimiento y la competencia.

“Esta concepción del ser humano, este *ser* cuerpo, ha sido olvidada por los profesores de Educación Física, como también por los planes y programas (currículum) oficiales, no con una intención explícita de perjudicar a sus alumnos, sino que producto de una formación que se orienta



a entender al hombre y su cuerpo como dos entidades alejadas y distintas, un problema epistemológico fruto de una mirada ennegrecida por la soberbia y el *statu quo* científico” (Tefarikis , 2006, pág. 103)

Las teorías que se manejan en los últimos años parten, que los movimientos y la acción motriz del niño y niña en la expresión de la motricidad humana tienen intención, motivación. Parten al inicio de estímulos sensorio-perceptivos luego de saberes previos y conocimientos que poco a poco se van interiorizando, logrando así una representación mental de sí mismos en relación con los objetos y el otro aspecto que desarrollaremos más adelante.

El ser corpóreo dentro del concepto de corporeidad y su influencia en el replanteamiento del currículo escolar peruano.

El concepto de corporeidad apareció en el currículo peruano el 2008 “Diseño Curricular Nacional 2008” si bien es cierto fundamentaba una motricidad humana y un ser humano en un proceso de construcción, la estructura de las competencias, capacidades y conocimientos en el documento en mención instrumentalizaban el currículo, esto quiere decir, que no se evidenciaba como se construía el sujeto como ser corpóreo y la esencia del fundamento, de cómo se construye el ser se disipaba e instrumentalizaba con una competencia llamada “Corporeidad y Salud” que más parecía desarrollo de capacidades físicas energéticas, actividad física para la salud.

Por otro lado, creemos importante establecer que entendemos como corporeidad y motricidad así que recurrimos a algunos autores representativos que la definen desde diferentes áreas. Creemos que el cuerpo es corporeidad pero no aquel cuerpo instrumental, sino un cuerpo que piensa, siente, se mueve, se expresa; este concepto se funda en el desarrollo humano.

Como lo comenta Hurtado, la corporeidad es un concepto que se inscribe dentro de la condición humana, en la medida que reconoce el determinismo biológico de orden filogenético, pero lo trasciende y relaciona con los procesos de interacción social y de mediación cultural de orden ontogenético (Hurtado H. D., 2008). El niño, niña y adolescente toma conciencia de sí mismo y del mundo, luego aprende a



interactuar con el entorno y a su vez se expresa a través de su cuerpo. Todo esto deviene en corporeidad, ya que estas acciones, emociones, sentimientos y pensamientos constituyen un todo armónico que es el cuerpo.

Este concepto hace caer el paradigma de la noción de un cuerpo orgánico y funcional. En palabras de (Zubiri, 1986) “La corporeidad es entendida por la Motricidad como su centro de trabajo, es el abstracto de corpóreo, ya que implica la inserción de un cuerpo humano en un mundo significativo, constituyendo una relación dialéctica del cuerpo consigo mismo, con otros cuerpos y con los objetos. Se relaciona con un modo de estar en el mundo, donde su vivenciación del hacer, sentir, pensar, se vive sólo a través de su corporeidad”

Así mismo (Trigo A. E., 1999, pág. 78) “No es lo mismo tratar con un cuerpo que pertenece a una persona y quiere conseguir algo de él, que trabajar con un cuerpo que es una persona”. En otras palabras la corporeidad es tener conciencia de nuestro cuerpo, es sinónimo de encontrarnos y enfrentarnos a nuestra propia realidad. Pero ¿qué significa tomar conciencia del cuerpo mediante la percepción? es la experiencia de lo que sentimos a través de él, y de lo que percibimos a partir de ese cuerpo, al tiempo que lo asumimos como medio eficaz de comunicación. A través de la acción y percepción multisensorial (vista, oído, tacto, gusto, olfato, cinestésico) aprendemos a sentir y a pensar y es en ese momento cuando vamos tomando conciencia de nosotros mismos.

Nos percibimos como ser y nos corporeizamos sintiéndonos. Este proceso se va desarrollando a lo largo de toda nuestra vida, de manera que vamos cambiando y conociéndonos según la imagen corporal que tenemos de nosotros mismos y la imagen que los otros nos devuelven sobre nuestro yo en cada momento del día y de la vida. El proceso termina con nuestra muerte, en donde dejamos de ser una corporeidad, para no ser más que un cuerpo. Wallon, citado por (Trigo E. , 2016) Nacemos con un cuerpo que desde el mismo momento del nacimiento se va conformando como corporeidad, a través de la acción.

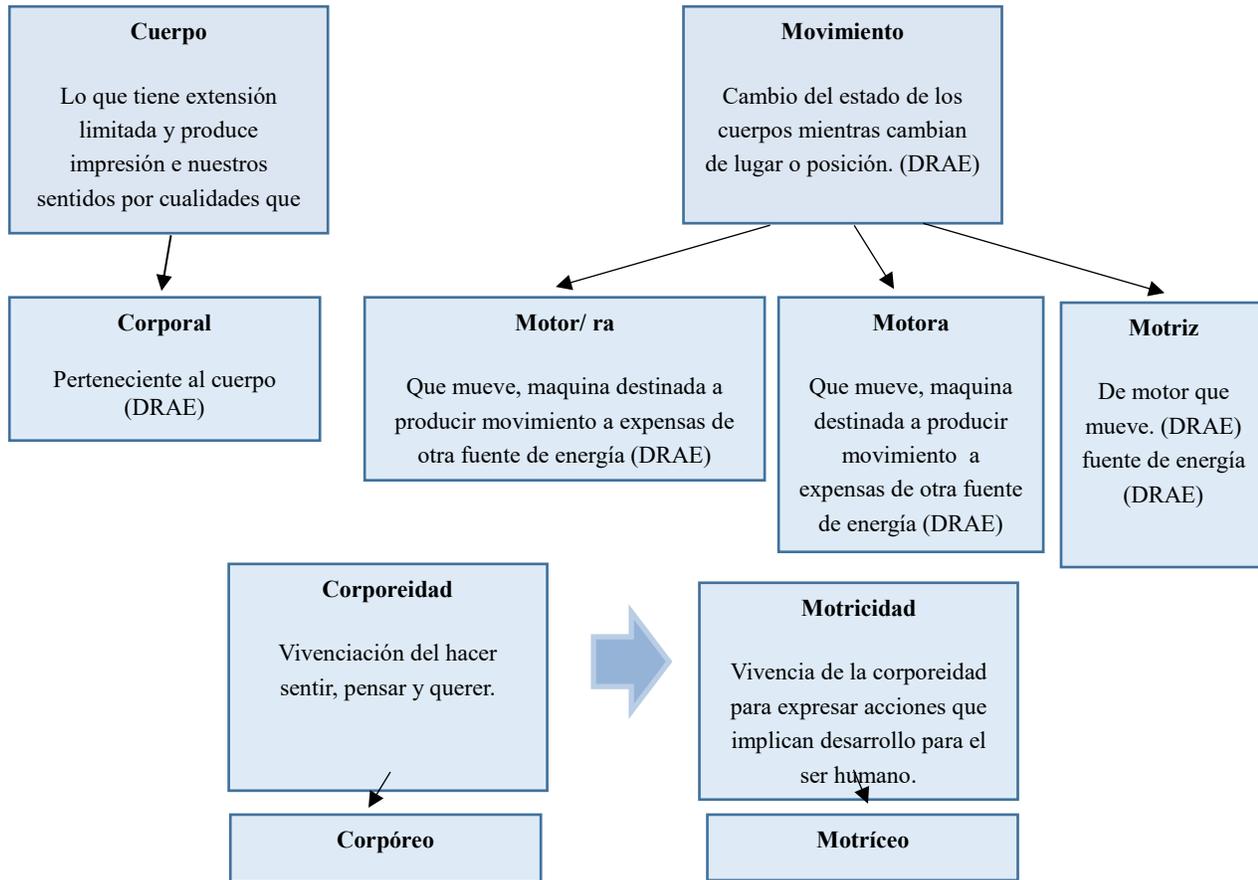


Figura.2 Respecto a la diferenciación de términos (Trigo E. , 2016).

El cuerpo constituye un elemento importante a considerar, sin embargo no es un referente suficiente para comprender al ser humano, ya que la construcción del cuerpo no solo es biológica sino también social y sufre un proceso de humanización a través de la educación.

Para Hurtado, la alimentación, la vestimenta, las prácticas corpóreas, el placer, el disfrute no son otra cosa que formas como lo social se representa y hace de los cuerpos sus modos de representación. Esta representación se aplica en los cuerpos y sobre los mismos en prácticas físicas “lo real se encarna, se



naturaliza y pone al cuerpo en los códigos instituidos por el grupo (en la norma)” (Hurtado, 2011, pág. 26).

Nos parece importante en el presente trabajo el concepto de corporeidad dispuesto por (Mélich, 1994, pág. 79) en el cual “ser corpóreo (leib-sein) significa abrirse a toda serie de dimensiones antropológicas y sociales. Significa ser- sí- mismo, pero también ser tú, ser- con y ser –en-el-mundo. Pero no ser-en-el- mundo receptivo, paciente, sino básicamente activo, agente, ser con-el-mundo”.

La corporeidad es un concepto que bien podría plantarse en un nivel categorial cercano al de la motricidad, o incluso, desde algunas perspectivas teóricas de las ciencias sociales y humanas. Se podría argumentar que la motricidad es un elemento constitutivo inherente a la corporeidad, no necesario de hacerse explícito. Sin embargo, más que entrar a definir el concepto, desde una perspectiva o construcción teórica en particular, lo que se busca aquí es argumentar la potencia que tiene la motricidad para entender ciertas realidades humanas y sociales y que en sí misma posee su propia esencialidad. (Benjumea, 2010, pág. 151)

La motricidad es inherente a cada ser humano ya que depende no solo de sus genes sino también de su construcción social, así podremos ver a dos futbolistas formados desde pequeños en el mismo equipo, pero con características diferentes de juego o dos personas cocinando con la misma receta y los mismos ingredientes y la comida con sabores distintos, estos comportamientos de la expresión del cuerpo a través de su motricidad trascienden lo orgánico

“La Corporeidad, en tanto constitutivo de la motricidad, ayuda a entender el significado de que lo humano conlleva inherentemente un cuerpo. La corporeidad asume la dimensión física del cuerpo y se convierte en sujeto que trasciende lo orgánico” (Benjumea, 2010, pág. 152).

Por otro lado Hurtado plantea una reflexión relacionada con dos conceptos claves que forman una simbiosis que a su vez conexas con el valor social del cuerpo.

Corporeidad y encarnación son conceptos que reconocen los procesos mediante los cuales, la cultura se inscribe en el cuerpo, procesos que nos permiten encontrar en él un espacio de



convergencia discursiva, un lugar de intervención. El cuerpo entonces, ha sido intervenido y los discursos que encarna han sido contruidos con propósitos definidos socialmente, de tal manera que el valor social del cuerpo depende del propósito con que se interviene. (Hurtado, 2008)

Para nosotros resulta primordial establecer el concepto de corporeidad ya que concebimos en el currículo escolar peruano, que la actividad físico- deportiva constituye una expresión de la motricidad humana, en otras palabras la expresión del ser humano y de su corporeidad⁴ en situaciones de placer y disfrute en un contexto social, no solo la contracción muscular que provoca el gasto energético y que evita el desarrollo de enfermedades del tipo crónicas.

Es a través de nuestro cuerpo desde el cual se expresa el orden social, ideologías, valores y formas de subjetividad. El ser humano desarrolla hábitos en este proceso de construcción de la corporeidad, si no existe influencia del entorno, no existirá motivación para el desarrollo de los mismos.

La Motricidad humana paradigma indispensable en la construcción de los planes de estudio en el área de Educación Física.

Existen algunas controversias relacionadas al concepto de motricidad, que generan un problema de identidad en el área de Educación Física, sin embargo la tendencia actual sobre el constructo *motricidad* nos lleva a afirmar que es la expresión del ser humano y que trasciende a través de ella en relación consigo mismo, con el mundo y sus semejantes, que en palabras de (Sergio, 1999, pág. 22) “es la base para la determinación del hombre. Es por ella que el hombre se materializa y revela, en el ámbito de un proceso donde el deseo de trascendencia desempeña un papel primordial de mediación.”

La motricidad envuelve así un proceso de construcción del movimiento intencionado, pensado y a su vez la creación de nuevas formas de movimiento; para (Benjumea, 2010, pág. 196) la motricidad

⁴ Para (Benjumea, 2010, pág. 171) “La corporeidad permite ver que lo humano no se limita al cuerpo físico-biológico pero si lo incluye significativamente” la corporeidad es concebida en nuestro estudio como la conciencia que se tiene de sí como sujeto, a la vez que se configura en una unidad significativa del ser humano y que le da sentido y permite integrar todas las dimensiones del ser.



tiene ciertos rasgos y características para ella a través de la **interacción** que la denomina “consecuencia de la dinámica social”, permite la formación de la identidad; así mismo el carácter **simbólico** en toda acción humana principalmente la motricidad se comporta con una serie de símbolos que no solo se registran en los cuerpos sino también en la cultura y la historia; la **creatividad** porque la motricidad es praxis creadora a lo largo de toda la vida del sujeto; **histórica** al tiempo que el ser humano ha inscrito y transmitido por generaciones a través de sus acciones sus posibilidades de expresión y comunicación. **trascendente** dado que el ser humano como ser inteligente tiene la capacidad para transformar su propia realidad a través del movimiento intencional en pro del espacio que habita, **contextualización** cada acción como acto intencional está constituida por una serie de códigos socioculturales el sujeto se mueve en relación recíproca con el contexto. Y el carácter de **individualidad** que subyace en las especificidades de que cada ser es un Yo, sin embargo considero que existe una característica faltante relacionada con el aspecto **volitivo** que envuelve a las demás características, considerando la motricidad como movimiento intencional la voluntad se convierte en la facultad de actuar frente a la selección de opciones y de ejercer la libertad de elegir lo posible.

Por otro lado “En la lógica convulsionada de los imaginarios sociales sería un despropósito considerar que todo lo que sucede con las interacciones del sujeto motricio obedece únicamente a los imaginarios instituidos por lo social (Murcia Peña, 2013) para el mencionado autor el sujeto motricio está determinado por sus creencias o convicciones que se convierten en “motivos para” que en palabras de (Ortiz, 2016, pág. 42) el aspecto conativo volitivo es sumamente importante en la organización de la actividad consciente a partir de la integración de la información afectivo- emotiva, cognitivo-productiva y conativo volitiva al interior de la actividad personal, como forma de motricidad humana, cuya intención como “imaginación no es solo un compartimiento del proceso cognitivo, sino la integración de los sentimientos, los conocimientos y las motivaciones que constituyen la estructura de la actividad consciente; del mismo modo que el pensamiento es la integración” (Ortiz, 2016, pág. 42). Es por eso que la motivación y la voluntad no pueden estar desligadas del movimiento intencionado propio de la motricidad humana.

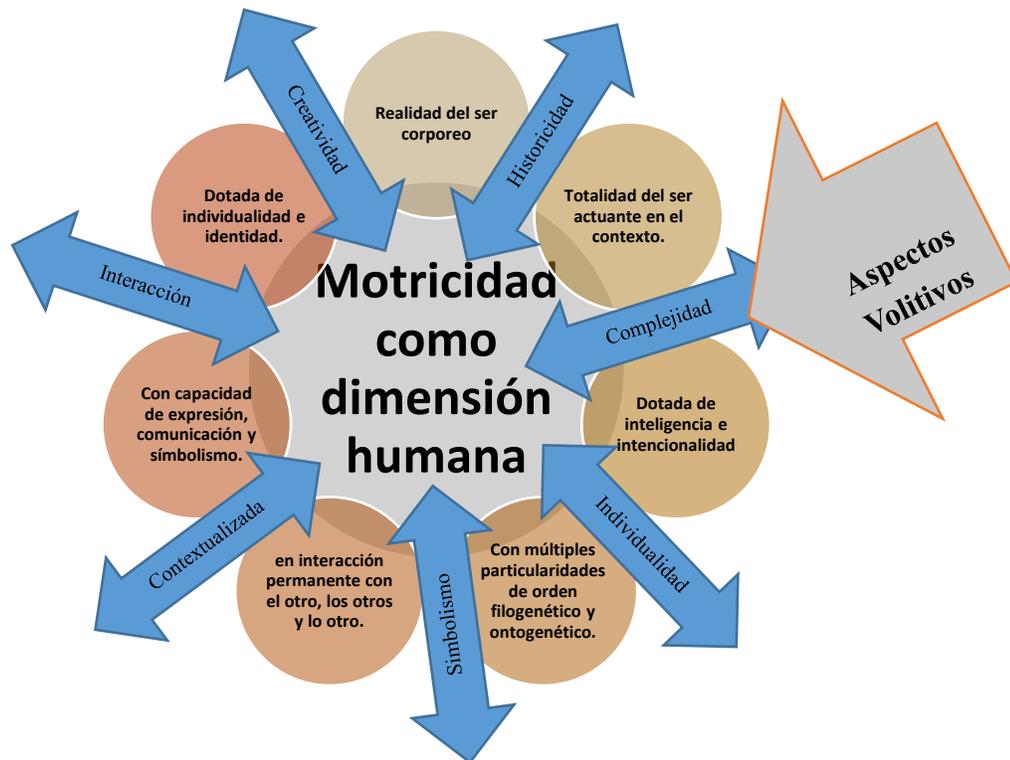


Figura 3. Características de la Motricidad. (Benjumea, 2010, pág. 197) Adaptado por (Corvetto 2016)

En el Perú pervivió por muchos años un enfoque funcional de la motricidad, llevado hacia la eficiencia y rendimiento. A través del tiempo las prácticas pedagógicas han tenido como objetivo primordial, la enseñanza del gesto técnico, fundamentos de algún deporte, la evaluación del estudiante se realizaba a través de un test de Cooper o cuantas pelotas encestabas en un aro. Aún es común ver en los patios de las escuelas correr niños, niñas y adolescentes alrededor, con el fin de “calentar” grupos musculares para prepararlos hacia el desarrollo de un aprendizaje motor⁵, pedirles que se formen en filas o columnas para ejecutar algún fundamento deportivo o simplemente dejar el juego libre separando

⁵ Tradicionalmente se ha recurrido al término “motriz” para hacer el adjetivo de motricidad. Pero “motriz”, como decíamos, es el adjetivo de “motor”. Y “motor” es un sustantivo diferente a motricidad. ¿Cómo, después de lo visto, vamos a admitir este término referido al ser humano? Si las palabras son símbolos y los símbolos son imágenes; la imagen que nos viene a la mente cuando escuchamos, leemos o pronunciamos los vocablos “motriz”, “motor”, “motora”, nada tiene que ver con la subjetividad y emoción que conforman el ser humano. Esas imágenes nos hablan de máquinas o de acciones sin significación simbólica. No pueden, por tanto utilizarse cuando nos referimos a la conducta del ser humano cuando realiza acciones con significación dialógica. (Trigo E. , 2016)



hombres para el juego del fútbol y las mujeres como espectadoras fuera del campo y con un poco de suerte jugar vóley. El concepto de corporeidad y motricidad humana se inscribe en un enfoque cualitativo de la Educación Física donde el sujeto se construye en relación con el otro y los otros en entornos dispuestos por la sociedad en la que habitan y por las características propias de su cultura (Corvetto Castro, 2016). “La motricidad nos aproxima a la constitución y consolidación como seres humanos. Donde la cultura cumple un rol importante porque la motricidad se constituye y fortalece a través de manifestaciones tales como: la creación, intuición, espontaneidad, que son elementos de la personalidad, es así que nos acercamos a través de la motricidad y la cultura a nuestra naturaleza humana.”⁶

La Actividad Física en la Corporeidad y Motricidad.

Habíamos dicho en párrafos anteriores que la corporeidad es tener conciencia de nuestro cuerpo, concibe al cuerpo en construcción de su ser, es sinónimo de encontrarnos y enfrentarnos a nuestra propia realidad, y que la motricidad como medio de comunicación nos aproxima a la constitución y consolidación como seres humanos. Por otro lado, en los últimos años las enfermedades causadas por la inactividad física o el sedentarismo han constituido una preocupación mundial y el término actividad física relacionado con la salud ha cobrado vigencia y popularidad “Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente un 21%-25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.” (Organización Mundial de la Salud, 2015).

Esta preocupación global difundida por los estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud está relacionada a la inactividad, así el concepto de actividad física y su relación cobró una importancia en todo el planeta, sin embargo la definición está relacionada a aspectos físico energéticos como lo define la OMS “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía” (Organización Mundial de la Salud, 2015). Si bien es cierto, existe la necesidad de

⁶ En la actualidad los conceptos de acto motor, movimiento, actividad física son concebidos en muchos entornos como sinónimos y parten en su quehacer como un fenómeno físico biológico.



conocer los beneficios de la actividad física como parte fundamental en la salud y la inactividad es un factor de riesgo, por otro lado la definición de la Organización Mundial de la Salud solo recoge la dimensión biológica y omite la personal y la sociocultural. Es decir, esta definición es incompleta porque no considera el carácter experiencial y vivencial de la actividad física, y su carácter de práctica social, dimensiones que deben destacar cuando hablamos de salud como algo más que la ausencia de enfermedad.

Como lo comenta (Devis & Cols., 2000, pág. 16) "Cualquier movimiento corporal, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea" en esta definición podemos observar que se integra el aspecto biológico de la actividad física con la experiencia personal y social, por otro lado pareciera que los términos motricidad y actividad física fueran sinónimos en la palabras de (Devis & Cols., 2000, pág. 17)

Estas experiencias permiten aprender, vivir, apreciar sensaciones muy diversas y adquirir conocimientos de nuestro entorno y nuestro propio cuerpo. Además, las actividades físicas forman parte del acervo cultural de la humanidad, desde las más cotidianas, como andar, a otras menos habituales, como el fútbol o cualquier otro deporte. Asimismo, tampoco podemos olvidar que las actividades físicas son prácticas sociales puesto que las realizan las personas en interacción entre ellas, otros grupos sociales y el entorno.

Sin embargo creemos que la actividad física es una forma de motricidad humana relacionada con la salud y el bienestar de las personas, ya que se espera a través de una acción intencionada prevenir enfermedades del tipo no transmisibles o crónicas. "En las dos últimas décadas se han llevado a cabo estudios científicos que demuestran los beneficios producidos en la salud por la práctica de actividad física regular, considerando la propia inactividad como un factor de riesgo". (Delgado & Tercedor, 2001)

Este tipo de motricidad humana relacionada con la salud es denominada actividad física y tiene formas diversas de expresión a su vez parafraseando a (Devis & Cols., 2000, pág. 16) definición que incluye gran variedad de prácticas cotidianas de trabajo y de ocio de distinta intensidad así como actividades no estructuradas como caminar, hacer trabajos de jardinería o domésticos, y otras estructuras



y planificadas y repetitivas que reciben el nombre de ejercicio físico así como juntar como actividad física todos los deportes, es decir las actividades competitivas y reglamentadas.

Podríamos decir que lavar tu auto, limpiar la casa, así como salir a jugar el partido de fútbol con los compañeros de estudios que son formas de motricidad humana se denomina actividad física si su fin es el bienestar y ellas tienen que tener ciertas características que expondremos más adelante.

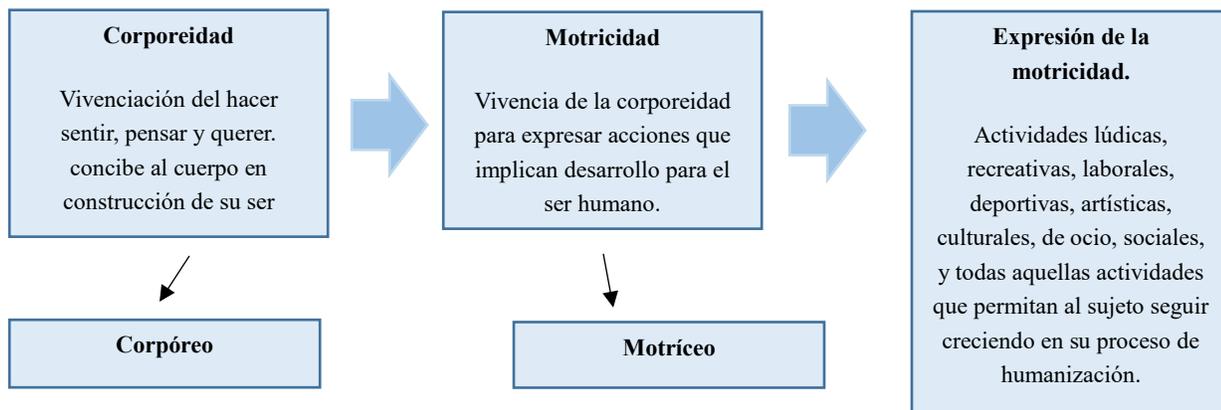


Figura 4. Formas de expresión de la motricidad. (Trigo A. E., 1999) **Adaptado por** (Corvetto Castro, 2016)

Por otro lado tanto en la educación básica regular como en la educación universitaria, los currículos contemplan pocas horas de actividad física y solo en el primer ciclo igual en la escuela solo dos horas eso nos hace reflexionar sobre lo expuesto por Sanchez.

Además, desde un prisma eminentemente fisiológico, con las dos sesiones semanales de Educación Física no se generan los procesos fisiológicos de super compensación necesarios para mejorar la salud, y por tanto, el ejercicio físico realizado durante las clases obligatorias de Educación Física es insuficiente para el desarrollo de una condición física orientada hacia la salud. (Sánchez, 1996)

Es de suma importancia establecer en la escuela y centros de estudios superiores contenidos relacionados con la generación de hábitos saludables, no solo en la práctica de actividad física, sino también una conciencia socio crítica hacia el cuidado de la salud que empieza desde la valoración de la calidad de vida, lo que implica ser verdaderos promotores de prácticas saludables. A pesar de las



evidencias la actividad física es una práctica poco arraigada en la población, que día a día se hace más sedentaria. “La estrategia de mejora trasciende de las áreas sanitarias y educativas y aglutina actuaciones en todos los sectores de la sociedad que juegan un papel en la prevención de la sociedad” (Arribas, Saavedra, Pérez-Farinós, & Villalba, 2007).

Para ello es importante que las actividades que propongamos en las clases de Educación Física tengan características innovadoras donde la motivación intrínseca y extrínseca no falte “Las clases de E.F. deben aportar al estudiante, por una parte, el disfrute necesario para desarrollar una actitud favorable hacia la práctica del ejercicio físico y, por otra, la exigencia necesaria en cuanto niveles de esfuerzo y dificultad, que resulten significativos para el alumno, y que le den una sensación de utilidad y aprovechamiento del tiempo” (Sánchez, 1996)

Es importante que las prácticas pedagógicas relacionadas con la motricidad humana sean significativas, el estudiante debe sentir que utiliza su tiempo de manera provechosa, además debe sentirse motivado por la misma y le permita generar una conciencia socio crítica en beneficio de su salud. “Se ha demostrado que la predicción de modelos activos en el estilo de vida adulto pudiera hacerse a través de la participación deportiva durante la niñez y adolescencia, ya que, al haber obtenido una óptima habilidad en estas primeras edades, se estimula el interés y participación para los periodos de vida posteriores” (Casimiro, 1999) .

No obstante, la práctica de actividad física es beneficiosa siempre y cuando se cumplan con ciertos elementos relacionados con la alimentación y el no uso de ejercicios contrariados, es decir el estudiante debe reconocer los beneficios y las contraindicaciones de actividad física.

Consolidando lo antes descrito la práctica de actividad física como expresión de la motricidad es beneficiosa en muchos aspectos pero existen los riesgos derivados de la actividad, que se reducen cuando la práctica se relaciona con niveles moderados.

Es decir, la actividad física es beneficiosa y saludable siempre y cuando sea de intensidad moderada teniendo en cuenta las características personales, la frecuencia, la seguridad, la satisfacción, la relación social y el respeto al medio ambiente, entre otros aspectos.



La evolución del Currículo Nacional Peruano 2016

La educación física en el currículo escolar peruano pasó por diversos procesos de desarrollo, que quizá respondían a las características históricas y sociales donde se desarrollaron, sin embargo podemos decir que hoy, el área tiene una mirada del cuerpo donde se genera la corporeidad y ésta se hace manifiesta por medio de la motricidad: no aquel cuerpo como instrumento, es sentir y vivir el cuerpo en sus connotaciones de saber pensar, saber ser y saber hacer. Es decir, manifestarse integralmente a través de lo cognitivo, de lo ético y de lo práctico, lo que deviene en corporeidad, todo esto en el marco de un estilo de vida activo y saludable. En otras palabras, hablamos de una Educación Física que plantea una mirada del niño, niña y adolescente en desarrollo, brindándole los elementos a través de experiencias significativas para un desarrollo psicomotor armónico desde la infancia temprana, hábitos de vida activa y saludable, a lo largo de la juventud, usando como medio la actividad física y el deporte.

“La evolución de la Educación Física está determinada por los avances científicos, tecnológicos y sociales en el mundo. A través de nuevos planteamientos teóricos se han permitido cambios en las finalidades y una renovación en los contenidos. Este proceso ha enriquecido sus planteamientos teóricos, precisando sus finalidades y renovando sus constructos” (Corvetto Castro, 2016).

Hoy la Educación Física en el Perú incide e influencia el proceso de formación en busca del desarrollo humano. Nuestro quehacer pedagógico debe orientarse a que los estudiantes sean independientes, autónomos, solidarios y creativos, capaces de asumir sus propias decisiones; para ello necesitamos ser buenos estrategas y tener una mirada crítica y abierta sobre nuestras prácticas docentes.

Como lo plantea (Benjumea, 2010, pág. 30) “En ese escenario de crisis del racionalismo moderno y reconfiguración epistemológica y conceptual puede visualizarse un modo de distinguir a la corporeidad y a la motricidad como factores esenciales de la realidad social” la mencionada reconfiguración epistemológica y conceptual es sumamente importante y será determinante en los cambios de paradigmas en las praxis de los maestros del área

Reformular las praxis pedagógicas nos conducen, a ver a la corporeidad y la motricidad humana como elementos indispensables para las transformaciones sociales. El pensar en una Educación



Física instrumental que solo busque el desarrollo de capacidades físicas energéticas, habilidades y destrezas motrices es una falencia profesional. La idea es fortalecer sus posibilidades permitiendo así enriquecer su capacidad de movimiento, desplegando sus potencialidades, no sólo para futuras prácticas de actividades físicas, sino también para las acciones y actividades de la vida diaria donde requieran un hombre resolutivo, con identidad, autoestima y un desarrollo equilibrado de su personalidad. (Corvetto Castro, 2016)

Por otro lado consideramos que la motricidad como campo de conocimiento en su esencia compleja, posibilita la apertura interdisciplinar y la construcción transdisciplinar, en cuanto a la proyección epistemológica de esta temática con diferentes ciencias, sin embargo estos paradigmas relacionados con la motricidad como dimensión humana, nos invita a pensar en una Educación Física que se fundamente en procesos relacionados al desarrollo humano, concibiendo al hombre como una unidad funcional donde se integren aspectos cognitivos, motrices y afectivos, respetando todos los procesos particulares que configuran su complejidad.

Los primeros pasos ya se dieron con la sensibilización del estado peruano un Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar 5 horas donde hoy 3 de ellas son curriculares y las otras 2 en horarios extracurriculares con lineamientos pedagógicos integrales que sirvieron de base para la construcción del Currículo Nacional Peruano 2016, donde la motricidad implica trascender de las prácticas de ejercicios repetitivos o de la enseñanza exclusiva de fundamentos deportivos, a una práctica que tiene como fin el desarrollo humano que permita que el estudiante actúe con todo su YO, es decir: pensar, sentir, hacer, conocer, querer.

Para que esto se logre creemos importante repensar las prácticas pedagógicas utilizando estrategias pertinentes para el desarrollo de aprendizajes donde el estudiante sea el principal protagonista respetando el proceso de su ser corpóreo. No solo desarrollando capacidades físicas en nuestros estudiantes o habilidades y destrezas motrices, sino también nuestro quehacer debe afianzar la identidad, autoestima, el pensamiento crítico, creativo, la toma de decisiones y resolución de problemas en contextos de la actividad física y de la vida cotidiana.



Bibliografía

- Arribas, u. M., Saavedra, M. D.-R., Pérez-Farinós, N., & Villalba, C. V. (2007). La Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad (estrategia NAOS). *Revista Española de Salud Pública*, 17., 4.
- Benjumea, M. (2010). *La Motricidad como dimensión humana. Un abordaje transdisciplinar*. España-Colombia: Instituto internacional del saber.
- Casimiro, A. (1999). *Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, desde final de la primaria al término de la secundaria obligatoria*. Granada: Tesis Doctoral Universidad de Granada.
- Corvetto Castro, G. (2016). *La Corporeidad y motricidad en su expresión de actividad físico-deportiva en estudiantes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos correlatos biológicos y cognitivos asociados*. Lima: UNMSM tesis para optar el grado de Doctor en Educación.
- Costa, M. (2006). La propuesta de Merleau-Ponty y el dualismo mente- cuerpo en la tradición filosófica. *A parte rei*. 47. *Revista de filosofía*, 5.
- Delgado, M., & Tercedor, P. (2001). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde la Educación física*. Barcelona: INDE.
- Descartes, R. (1990). *El tratado del hombre*. Madrid: Alianza.
- Devis, J., & Cols. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. . Barcelona: INDE.
- Gallo Cadavid, L. (2009). *Aportes antropológico-fenomenológicos sobre la corporalidad y el movimiento humanos para una Educación*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Hurtado, D. R. (2011). *Entramados: Jóvenes y configuración de significaciones imaginarias del deseo*. Cali: Feriva.
- Hurtado, D.R (2008). "Corporeidad y motricidad una forma de mirar los saberes del cuerpo". *Educ. Soc., Campinas*, vol. 29, n. 102, 119-133.
- Mélich, J. C. (1994). *Del extraño al cómplice*. Barcelona: Anthropos.



- Murcia Peña, N. (2013). La Motricidad expresión simbólica e imaginaria. En D. Hurtado Herrera, & N. Murcia Peña, *Motricidad Escenarios de debate* (págs. 21-52). Armenia: kinesis.
- Organización Mundial de la Salud. (25 de Junio de 2015). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Obtenido de Actividad Física:
<http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- Ortiz, P. (02 de Enero de 2016). *Un concepto de psiquismo*. Obtenido de
<http://www.tarpuq.com/sites/default/files/blogPOC/publicaciones/UN%20CONCEPTO%20DE%20PSIQUISMO.pdf>
- Rocha Herrera , E. (2004). La idea del hombre en la filosofía cartesiana (Una proyección hacia la individualidad). *Revista Digital Universitaria DGSCA-UNAM*, 1-9.
- Sánchez, B. F. (1996). *La Actividad Física orientada hacia la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Sergio, M. (1999). *Um corte epistemológico. Da educação física á motricidades humana*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Tefarikis Urquieta, E. (2006). Motricidad humana, un cambio urgente y necesario. *Pensamiento educativo*. 38, 94-107.
- Trigo, A. E. (1999). *Creatividad y Motricidad*. Barcelona: INDE.
- Trigo, E. (17 de Agosto de 2016). *La corporeidad como expresión de lo humano* Obtenido de *Portal Fitness.com*. <http://www.portalfitness.com/nota.aspx?i=7226&p=1>
- Zubiri, X. (1986). *Sobre el hombre*. . Madrid: Alianza Editorial - Sociedad de Estudios y Publicaciones.