



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO

---

---

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

COLEGIO DE PEDAGOGÍA

LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL  
EN NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA DESDE LA  
PERSPECTIVA DE LA ESCUELA NUEVA

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

RUBÍ MARTÍNEZ RAMOS

ASESOR: DR. HERMILO ROBERTO PÉREZ BENÍTEZ



CIUDAD UNIVERSITARIA, MÉXICO D.F. MARZO DE 2010



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS**

*A Dios:*

*Por darme los mejores padres y mandar a Tu arcángel a cuidarme y guiar mí camino en todo momento.*

*A Rebeca y Francisco:*

*Por ser siempre un gran ejemplo para mí y ser los mejores padres. Gracias por todo su amor, cariño, apoyo pero sobre todo; gracias por confiar en mí. Ustedes siempre me impulsan a seguir adelante y ser mejor cada día. Gracias también por el ejemplo de lucha que me han enseñado. Nunca tendré con que pagarles todo lo que me han dado. Este triunfo es de ustedes. ¡Los amo!*

*A Pako, Rodrigo, Paquito y Fany:*

*Por ser los mejores hermanos, confiar en mí y brindarme su apoyo. ¡Los quiero mucho!*

*A mi familia:*

*Agradezco a mis abuelitas, tías, tíos, primas, primos, compañeras y compañeros de trabajo; y a todas aquellas personas que me ayudaron y recorrieron conmigo todo este proceso. ¡Gracias por todo!*

*A mis amigos:*

*Gracias por estar a mí lado y apoyarme siempre sin la necesidad de llamarlos, gracias por escucharme, por siempre tener palabras de aliento que necesitaba escuchar. Gracias por las risas, tristezas, por todos los momentos que hemos compartido y seguiremos viviendo en este largo camino. ¡Gracias!*

*A la UNAM:*

*Por abrirme sus puertas y darme la oportunidad de pertenecer a la máxima casa de estudios. Es todo un orgullo.*

*A la Facultad de Filosofía y Letras:*

*Por todos los conocimientos que me brindó, porque fue aquí donde aprendí a crecer personalmente y profesionalmente, fue aquí donde conocí a personas que ya son parte de mi vida y viví experiencias que ahora son inmortales en mi corazón.*

*A mi asesor:*

*Gracias por compartir sus conocimientos, por tener las palabras y consejos adecuados, gracias por su tiempo, por hacer que este sueño tuviera forma y poco a poco se hiciera realidad.*

*Para ti  
mi compañero,  
mi amigo, mi cómplice,  
mi amor... mi todo.*

## ÍNDICE

---

<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>CAPÍTULO I EL CUERPO: PERSPECTIVA PEDAGÓGICA</b>	
1. La brecha entre educación y cuerpo	7
1.1 Una educación integradora: pedagogía de la corporeidad	9
1.1.1 ¿Qué es corporeidad?	12
1.2 El “cuerpo ideal”	17
1.3 El cuerpo como medio de expresión	19
<b>CAPÍTULO II NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA</b>	
2. ¿Qué es la infancia?, ¿Qué es un niño?.	24
3. Características generales de los niños de 6 a 12 años	27
3.1 Características del desarrollo físico	28
3.2 Características del desarrollo psicológico	31
3.3 Características del desarrollo social	35
<b>CAPÍTULO III ESCUELA NUEVA</b>	
3. La Escuela Nueva como una pedagogía renovadora	38
3.1 Algunas notas sobre la Escuela Nueva y sus autores	42
3.2 ¿Qué es una educación integral?: La educación integral en la Escuela Nueva	45

## **CAPÍTULO IV**

### **ACTIVIDAD FÍSICA, EDUCACIÓN FÍSICA Y EDUCACIÓN INTEGRAL**

4. Concepto de actividad física	52
4.1 Concepto de Educación Física	57
4.2 Diferencia entre actividad física y educación física	60
5. Importancia de la actividad física en la educación integral dentro de la escuela primaria	61
5.1 Beneficios físicos	63
5.2 Beneficios psicológicos	66
5.3 Beneficios sociales	67
5.4 Beneficios de la actividad física en el aprendizaje	69
6 Declaración Universal de los Derechos del Niño	71
6.1 La actividad física en el currículo	73
6.2 Algunas Instituciones que impulsan y promueven la cultura física	76
6.3 Sabías que	77
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>78</b>
<b>FUENTES DE CONSULTA</b>	<b>83</b>

# INTRODUCCIÓN

*"Educa a los niños y no será necesario castigar a los hombres."  
Pitágoras*

¿Cuál es el fin de la educación? ¿Qué educación queremos? ¿Qué tipo de alumnos se quiere formar?, entre muchas otras, son preguntas que a lo largo de la historia nos hemos cuestionado, y son muchas las teorías que han dado o han intentado darles respuesta desde diferentes perspectivas. La problemática antes mencionada es una cuestión que debe afrontar la sociedad; pero sobre todo debe de ser de gran interés para nosotros los encargados de la educación.

Uno de muchos ideales que tenemos como pedagogos es que la educación que reciben los niños del mundo sea integral, que las actividades que realicen sean llevadas a cabo con afán formativo, pero sobre todo que tengan seguridad y confianza en ellos mismos, pero ¿Cómo lograr eso? ¿Cómo lograr que un niño eleve su autoestima? ¿Qué factores determinan el autoconcepto en el niño? ¿Cómo conforman los niños su autoconcepto? ¿Cuál es el papel del educador en este proceso?

El eje principal de este trabajo, es la actividad física y la relación con la pedagogía considerando la importancia de la actividad física en la educación integral del niño, con fundamento teórico de la Escuela Nueva. Tomando en cuenta el concepto de niño, sus características físicas, psicológicas y sociales. Se hace énfasis en la actividad física y los beneficios que proporciona.

Otro eje principal de este trabajo es el cuerpo, si bien el cuerpo de todos los seres humanos posee la misma complejidad anatómica, la manera en que cada cultura entiende el concepto de cuerpo varía de un lugar a otro, de una cultura a otra. Aunque se ha intentado definir al cuerpo desde diferentes posiciones, cada cultura influye de manera determinante en el comportamiento corporal y en la autoconcepción del cuerpo que cada quien se hace.

Cuando hablamos de autoconcepto nos referimos a esa autoimagen de "nosotros mismos", en cuanto a nuestro cuerpo, a nuestro interior, a nuestras acciones.

Así como cada cultura posee una concepción de cuerpo diferente, es distinto también el valor que cada uno de nosotros asignamos a nuestro cuerpo.

La autoestima es la valoración que se hace del autoconcepto, es la aceptación o rechazo que una persona tiene respecto a si misma, es la capacidad de estimarnos y de tratarnos con dignidad, amor y respeto. La autoestima se compone de varios aspectos: ético o moral, personal, familiar, social, la identidad, la autoaceptación y el comportamiento.

Muchas personas no están a gusto con su cuerpo, no lo aceptan, no lo valoran, esto tiene directamente que ver con el proceso formativo de ser humano con el que haya crecido o formado. El mayor problema de la humanidad, es la falta de amor a si mismo, nadie se ama y se acepta tal como es, esto es la raíz del problema, esto es lo que provoca tener baja autoestima.

La baja autoestima, es el resultado de no apreciarnos como personas, como seres capaces de inspirar amor, admiración, etc., los cambios que se tienen que realizar para mejorar el autoestima, se realizan de adentro hacia fuera. Cuando se presentan este tipo de acciones en la niñez, suele repercutir toda la vida, lo que se aprende de niños, es determinante. Por ejemplo, un niño que es sometido y maltratado por sus padres, aprende a tener miedo a la vida, a sentir que no es merecedor ni del cariño de sus padres, aprende a estar por debajo de cualquier símbolo de autoridad (llámese maestro, jefe, etc.).

Los niños no conforman un autoconcepto si no reciben estimulación por parte de las personas significantes de su entorno social y de su cultura, los niños sin motivación no tienen un buen desarrollo de autoestima y su autoconcepto es inferior al deseado, en la formación del niño como de la autoestima, es fundamental la presencia del educador.

Éste es un reto que debe asumir la pedagogía para ayudar a escuelas y universidades en la formación de alumnos responsables, cultivando la libertad e integración en la sociedad de hoy.

Así mismo, la educación forma parte del problema pues hay que reeducar a la gente, enseñar a integrar la mente, el cuerpo y emociones, porque actualmente hay falta de conocimiento sobre estas áreas. Un correcto sentido de autoestima debe estar presente en todo proceso educativo, recuperando la sensibilidad a través de la educación, renovar la capacidad de sentir lo bello, la belleza y la sensibilidad de nuestros sentidos. Si los niños crecen sin la más mínima educación de sus sentidos, su autoconcepto y su autovaloración serán deficientes lo que nos lleva a un problema de autoestima.

Lo que me lleva a realizar este tema, es principalmente la falta de sensibilización de la gente, el sentir no se enseña la falta de sensibilización viene desde la casa pasa por la escuela y se extiende a cualquier ámbito. Un niño que no se acepta tal y como es y que no tiene formado un autoconcepto, es un niño que a lo largo de su vida puede presentar baja autoestima.

Ahora bien, la autoestima es un eje fundamental en la vida de todos, el tema que estoy tratando habla de la actividad física, ¿Cómo se relaciona la actividad física con la autoestima? Podría sonar una pregunta fácil, pero en realidad la investigación es compleja, por lo pronto se puede decir que, alguien que no tiene una buena percepción de su cuerpo, de si mismo, tiene por consecuencia baja autoestima.

Otro de los temas que se relaciona con cuerpo, actividad física, Educación Física, son las consecuencias de la falta de actividad física, es decir, la obesidad infantil y el sedentarismo, éstas por mencionar algunas. Es importante señalar que aunque no soy nutrióloga es evidente que el índice de obesidad cada vez es más elevado. Es urgente formar niños con alta estima, que su autoconcepto de cuerpo sea satisfactorio, hay que lograr esto a través de la educación.

El desarrollo del tema se lleva a cabo primeramente abordando la relación que existe entre educación y cuerpo, tomando en cuenta a la educación como integradora y proveedora de sensibilización. Se habla de cómo el contexto influye en la formación del autoconcepto y como el cuerpo es un medio de expresión.

Se abarca el concepto infancia y de niño, desde una perspectiva contemporánea. Se continúa haciendo una descripción de las características físicas, psicológicas y sociales de los niños de 6 a 12 años.

Para el desarrollo del tema, la corriente teórica que se toma es la Escuela Nueva como parte de una pedagogía renovadora, así mismo se habla de las aportaciones que hicieron los principales autores de esta corriente.

Hablaré de la Escuela Nueva como una pedagogía renovadora que da sustento a mi trabajo. Mencionando a los principales representantes de esta corriente: Rousseau, Pestalozzi, Froebel, Dewey, Montessori, Decroly, Ferriere, Freinet, Neill, por mencionar algunos. Se incluyen algunos autores que hablan de la actividad física dentro de la Escuela Nueva. Se hace énfasis en el concepto de educación integral como elemento de una pedagogía renovadora.

A continuación se proporciona el concepto de actividad física y Educación Física, la diferencia que existe entre ellas, expondré los beneficios físicos, emocionales y sociales de la actividad física en el niño de 6 a 12 años, tomando en cuenta la Declaración Universal de los Derechos del Niño, en esta parte también se habla de la Educación Física dentro del currículo, los beneficios que aporta en el aprendizaje y se mencionan algunas instituciones que promueven la cultura física.

Corresponde a quien lea este trabajo, de acuerdo a su buen juicio, dar la aplicación más útil, a fin de alcanzar los mejores resultados.

**CAPÍTULO I**  
**EL CUERPO: PERSPECTIVA**  
**PEDAGÓGICA**

*“Si lo veo, puedo recordarlo; si lo veo y lo escucho;  
seguramente podrá serme de alguna utilidad,  
pero si lo veo, lo oigo y lo hago; jamás podre olvidarlo  
porque forma parte de mi mismo”  
Proverbio Chino*

El cuerpo es movimiento, sonido, color, forma y expresión. Podemos dar un brinco de alegría o encogernos de frío, de temor de dolor. Nuestro cuerpo es el medio básico y fundamental con el que contamos para vivir y convivir, para dar y recibir; pero para que el cuerpo realice sus funciones y se desarrolle, es necesario conocerlo y tener una imagen y conciencia de él.

En este capítulo se habla de la importancia de la enseñanza del cuerpo, de cómo la concepción del cuerpo ha ido cambiando en la sociedad, y como se percibe y se toma en cuenta el cuerpo actualmente. Así como también la importancia de la educación en este proceso. Una educación hacia la preservación, el cuidado del hombre, el respeto por los valores más importantes, tales como la identidad, la vida, la libertad, son el desafío.

### 1. La brecha entre educación y cuerpo

A manera de inicio se dice que el cuerpo es lo único que el ser humano tiene disponible para la adquisición del conocimiento del mundo y de sí mismo. La mayoría de las veces cuando escuchamos la palabra “cuerpo”, lo primero que se viene a la mente es la imagen de la piel, los músculos y cada elemento que conforma al cuerpo (ojos, brazos, pies, manos, etc.) sin embargo, el verdadero concepto de cuerpo difiere de lo que imaginamos. La noción de cuerpo cambia de cultura a cultura y al mismo tiempo cambia de acuerdo a diferentes perspectivas, la palabra “cuerpo” será usada constantemente en el desarrollo de los capítulos, por lo que es conveniente dar un concepto; a continuación se presentan algunos enfoques de distintos autores que manifiestan su pensamiento sobre lo que es el cuerpo.

“Desde su origen la humanidad busca comprender y definir al ser humano, con parciales esclarecimientos filosóficos. Corrientes filosóficas y religiosas establecieron sus principios en la historia desde una comprensión particular, generalmente dualista del hombre.”<sup>1</sup>

El concepto de lo corporal lleva a análisis y discusiones diversas según el campo ideológico, desde entonces se posiciona quien lo formula. La fenomenología, la filosofía, la psicología, la medicina, la religión, la biología, y la educación definen al cuerpo basándose en supuestos que estudian condiciones y caracteres específicos.

Una de las diferentes corrientes que definen al cuerpo es la concepción dualista, es decir, cuerpo - alma. Platón es uno de los autores que apoya esta concepción, para él, el ser humano está dividido en dos partes. Tenemos un cuerpo que “fluye”, y que, por lo tanto, está indisolublemente ligado al mundo de los sentidos. Platón pensaba, además, que el alma ya existía antes de meterse en un cuerpo.

La concepción occidental de las relaciones entre el alma y el cuerpo es heredera de la formulación platónica de un dualismo axiológico. Contrariamente a lo que común se piensa, Platón no tiende a un equilibrio entre el cuerpo y el espíritu; por el contrario, el conjunto de su obra contribuye a fortalecer un dualismo radical que distingue en el ser dos realidades sustanciales distintas. El hombre es el alma y cuerpo, pero “es el alma la que predomina, es la parte principal, el principio y el fin”<sup>2</sup>

Actualmente la concepción de Platón, no esta tan alejada de la realidad, la mayoría de las personas le dan al cuerpo un valor por debajo del alma, del espíritu. Esta idea errónea de cuerpo se tiene en gran medida por la falta de educación del cuerpo. No se le da el valor tan importante que tiene. “En nuestra cultura cartesiana, hemos identificado el cuerpo con armonía, el cuerpo se ha convertido en objeto físico, en una máquina manejada por un espíritu”.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> EISENBERG WIEDER, Rose y otros. *Corporeidad, movimiento y educación física. 1992 – 2004.* p. 44

<sup>2</sup> LE BOULCH, Jean. *Hacia una ciencia del movimiento humano. Introducción a la psicokinética.* p. 11

<sup>3</sup> EISENBERG WIEDER, Rose y otros. *op. cit.* p. 50

La falta de cultura, de educación del cuerpo, la falta de sensibilización hacia uno mismo, lleva a considerar al cuerpo como una simple máquina que realiza cualquier acción que se le ordena. “El dualismo filosófico conduce a la concepción de un “cuerpo – instrumento”<sup>4</sup>

Es preciso cambiar esta concepción dualista del cuerpo, debería de existir una concepción mucho más amplia que simplemente cuerpo – espíritu, va más allá de eso. “El advenimiento del “hombre – máquina”, del “deportista – robot”, es no sólo posible, sino que se ha convertido en una realidad cotidiana”<sup>5</sup>

A través de la educación se debe lograr que el niño se reconozca como un ser que está vivo, en constante movimiento, que tiene dudas, que busca, que renuncia, que elige, que sufre y goza, que piensa y actúa y en este proceso de aprender, también termina enseñando y en ese acto de enseñar, también aprende. Que tenga bien claro que no es sólo un cuerpo movido por un espíritu, él tiene decisiones propias.

Es ahí donde encontramos este cuerpo en un acumulado histórico de épocas, políticas y tendencias que aun se perciben y siguen influyendo en nuestra corporeidad y posteriormente en nuestra cotidianidad. Este largo proceso es posible entenderlo, si miramos la posición del cuerpo moderno, como la historia del cuerpo, como la del hombre, es la de su lucha por la libertad.

### 1.1 Una educación integradora: pedagogía de la corporeidad

La educación debe actualizar permanentemente el conocimiento corporal, teórico, técnico, filosófico y científico. Esto es indispensable para que la experimentación de los conocimientos sea significativa y se de en su debida dimensión: transformadora y proveedora de seres que actúen, eliminando la pasividad.

Por medio de la educación, se debe tomar conciencia sobre la importancia de la corporeidad, aceptación, respeto y cuidado por el cuerpo.

---

<sup>4</sup> LE BOULCH, Jean. op. cit. p. 11

<sup>5</sup> LE BOULCH, Jean. op. cit. p. 14

Son varios los autores que nos hablan sobre la pedagogía del cuerpo, una pedagogía de la corporeidad, los autores Schmelkes y Donoso dan algunos elementos que debería poseer esta pedagogía del cuerpo, me parece importante comentar que estos aspectos están ligados uno con el otro, para que pueda existir una verdadera acción del cuerpo y sobre todo que ayude a darle el verdadero valor al cuerpo.

Schmelkes (1997:57- 74) apoyándose en Donoso (1994) subrayo lo relevante de la pedagogía del cuerpo y enlista los siguientes puntos a tomar en cuenta para la construcción de esta pedagogía:

- de la interdisciplina
- pertinente
- para la acción
- para la solución de problemas
- de la pregunta
- del cuerpo: se ha olvidado el cuerpo y la educación valoral no puede descuidar su importancia. El respeto de mi propio cuerpo es un aprendizaje que me lleva al respeto del cuerpo de los demás, y de éste respeto de la naturaleza en su conjunto y a la sociedad como cuerpo colectivo
- de la responsabilidad
- de la integración
- del consenso<sup>6</sup>

Cuando se habla del estudio del cuerpo, se suele pensar que corresponde su estudio solamente a las áreas biológicas, para los estudiosos de estas áreas el cuerpo es una máquina perfecta, con un funcionamiento interno increíble, fuera de si, si bien esta idea no es errónea, existen otros aspectos que contemplan los estudiosos de las áreas humanísticas sobre el cuerpo, que van más allá de ver al cuerpo como una máquina.

Lo corporal queda encerrado habitualmente en el cuerpo y su movimiento, en lo tangible, lo visible; en funcionamientos de sistemas y órganos; en movimientos de aparatos y palancas; constituyéndose en tema de medicina, biología, anatomía, fisiología, derecho,, mecánica y otros campos relacionados con la salud, el deporte y la expresión artística. Así emergen infinidad de ámbitos que estudian el cuerpo, tantos, como posturas ideológicas que existen.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> EISENBERG WIEDER, Rose y otros. op. cit. p. 25

<sup>7</sup> *Ibidem*, p. 45

Para poder tener una concepción diferente del cuerpo, y dejar atrás la idea de que el cuerpo es sólo un máquina, la educación de nuestro cuerpo es un buen inicio, ya que primeramente hay que conocer el cuerpo, y no solamente las partes que lo integran; sino conocer todo aquello que el cuerpo nos puede dar, porque el cuerpo debe significar todo para nosotros. Gracias a la educación corporal, la concepción dualista se ha ido desechando, aunque considero que todavía falta mucho. “Poco a poco la tradicional separación del dualismo cartesiano entre mente y cuerpo va quedando desterrada de los planteamientos educativos. El significado educativo del movimiento es consciente y racional, y además posee un componente afectivo y simbólico.”<sup>8</sup>

Un apoyo para la educación del cuerpo, para la enseñanza de conocer y valorar al cuerpo, es la educación física, dentro y fuera del aula, la educación física brinda beneficios que ayudan a tener esa revaloración de uno mismo. Es una educación enfocada directamente y en todos los sentidos con el cuerpo, sin el cuerpo no puede existir educación física, porque en términos muy generales, la educación física, es precisamente eso, educación del físico, del cuerpo. Más adelante en otro capítulo se ampliará el concepto de educación física.

“La educación física, por su concepto y alcance, debe ser considerada como parte del proceso educativo de las personas, sea o dentro fuera del ambiente, escolar, por constituirse en la mejor opción de experiencias corporales para todas las personas, creando estímulos de vida que incorporen el uso de las variadas formas de actividad física.”<sup>9</sup>

La educación del cuerpo debe empezar en casa y reforzarse en la escuela, la educación física propone actividades que ponen en juego las habilidades y destrezas que brindan al niño infinidad de experiencias, las experiencias que brinde la educación física deben estar llenas de estímulos positivos para que el niño sienta confianza y se sienta seguro de lo que está haciendo, ya que son estas actividades las que llevan al niño a interactuar con su cuerpo. La educación es la única que considera al ser en su totalidad, no como alguien fragmentado. “Universalmente se reconoce el carácter de unicidad de la educación por medio de las actividades

---

<sup>8</sup> *Ibidem*, p. 45

<sup>9</sup> *Ibidem*, 56

físicas, la acción física se considera hoy en día como un medio educativo privilegiado, porque compromete al ser en su totalidad.”<sup>10</sup>

La educación física es una estrategia pedagógica para que las personas tengan la oportunidad de compartir vivencias y al mismo tiempo puedan conocer más de sus habilidades, de sus temores, de sus debilidades, de su tenacidad y de sus valores.

La formación de personas íntegras supone un aprendizaje de relaciones para la **construcción de la identidad** personal. Con el cuerpo y el movimiento las personas se comunican expresan y vinculan, conocen y se conocen, aprenden a hacer y a ser. Cuerpo y movimiento son **un** componente esencial en la adquisición del saber del mundo, de la sociedad, de sí mismo y de la propia capacidad de acción y resolución de problemas.<sup>11</sup>

Lo que realmente se desea es que no exista una lucha entre mente, cuerpo y la emoción, ya que de ser así se paraliza el conocimiento.

Desearíamos también que de la misma manera que se estudian las Matemáticas, la Física, la Química, etc., también se estudiaran aquellas materias de expresión e interpretaciones artísticas, aquellas materias que consideren al ser en su totalidad y permitan un desarrollo sensible, creativo y cultural.

### 1.1.1 ¿Qué es corporeidad?

Cuando hablamos de corporeidad la palabra expresa una idea, un concepto múltiple, plural, complejo y diverso de una unidad. Uno que a su vez no tiene otro igual, individuo único e irrepetible, sujetos todos diferentes, personas que todavía estamos tratando de comprendernos: nosotros, los seres humanos. Cuando hablamos de corporeidad estamos hablando de humanidad.<sup>12</sup>

Nos encontramos ante un concepto que al igual que muchos otros tiene una cantidad extensa de interpretaciones y diferentes perspectivas, la que a nosotros nos interesa es la que se relaciona con la educación. Se puede decir que el concepto de corporeidad es entendido como una compleja rama en la que se entrecruzan diferentes dimensiones constitutivas de la identidad de cada persona. Escuchar lo que el cuerpo dice es integrar esta idea de corporeidad como construcción y desarrollo de conciencia corporal, cuidado de la salud, aceptación de uno mismo y placer por el movimiento.

---

<sup>10</sup> *Ídem*

<sup>11</sup> *Ibídem*, p. 317 - 318

<sup>12</sup> *Ibídem*, p. 60

El ser humano dividido, separado en duplicidades: cuerpo – mente, cuerpo – alma, cuerpo – espíritu da origen a las ciencias que se dedican al estudio en detalle de una condición, una categoría, una característica, un estado, un nivel, un atributo, un aspecto de lo humano. El hombre es considerado ser psíquico, físico, mental, espiritual, orgánico, anímico, gestual, emocional, motriz, social, etcétera. Y en este desmenuzamiento se compone una ciencia para el estudio de fragmento.<sup>13</sup>

La corporeidad es un concepto integrador, porque estudia al cuerpo en su totalidad y sobre todo ve al cuerpo como un todo, nada de fragmentaciones, para el estudio del cuerpo en fragmentos existen diferentes ramas. La integración del cuerpo con todos sus elementos, logra que nos demos cuenta que el cuerpo no es sólo una máquina que genera movimientos, si no que nuestro cuerpo es un forma de comunicarnos con el interior y el exterior. “El cuerpo humano (o corporeidad) como receptor de los acontecimiento sociales y culturales que suceden a su alrededor y además constituyendo una unidad biológicamente cambiante que, en contacto con su entorno, se halla sujeto a significados diversos, importantes para la comunicación social.”<sup>14</sup>

La corporeidad, es un concepto que si bien deja de lado la concepción tradicional dualista, no sólo se queda en el esquema corporal, la corporeidad concibe al cuerpo como un todo; emociones, sentimientos, expresión, actitudes, valores, pensamientos y todo lo que el cuerpo emana. Por eso es importante conocer el concepto de corporeidad porque da una visión más amplia del cuerpo.

Cuando en educación física se habla de corporeidad, se nomina al cuerpo desde una visión amplia, abarcadora e integradora de las mencionadas variables, se apunta a una noción que rompe con la dicotomía tradicional: cuerpo – mente. **Todo es cuerpo:** conocimientos, sensaciones, emociones, deseos, actitudes, biografía, valores, imagen, esquema corporal. Conjunto de tradiciones del proceso de construcción de identidad. La corporeidad trasciende la esencia material e inmaterial del cuerpo, va más allá, se constituye en un cuerpo prolongado que se extiende en los objetos y las personas a las que uno imprime su identidad.<sup>15</sup>

La corporeidad es un elemento fundamental que ayuda a cambiar la concepción de cuerpo y por consiguiente, después de todo un proceso, ayudaran al niño a desarrollar una buena imagen de sí mismo.

---

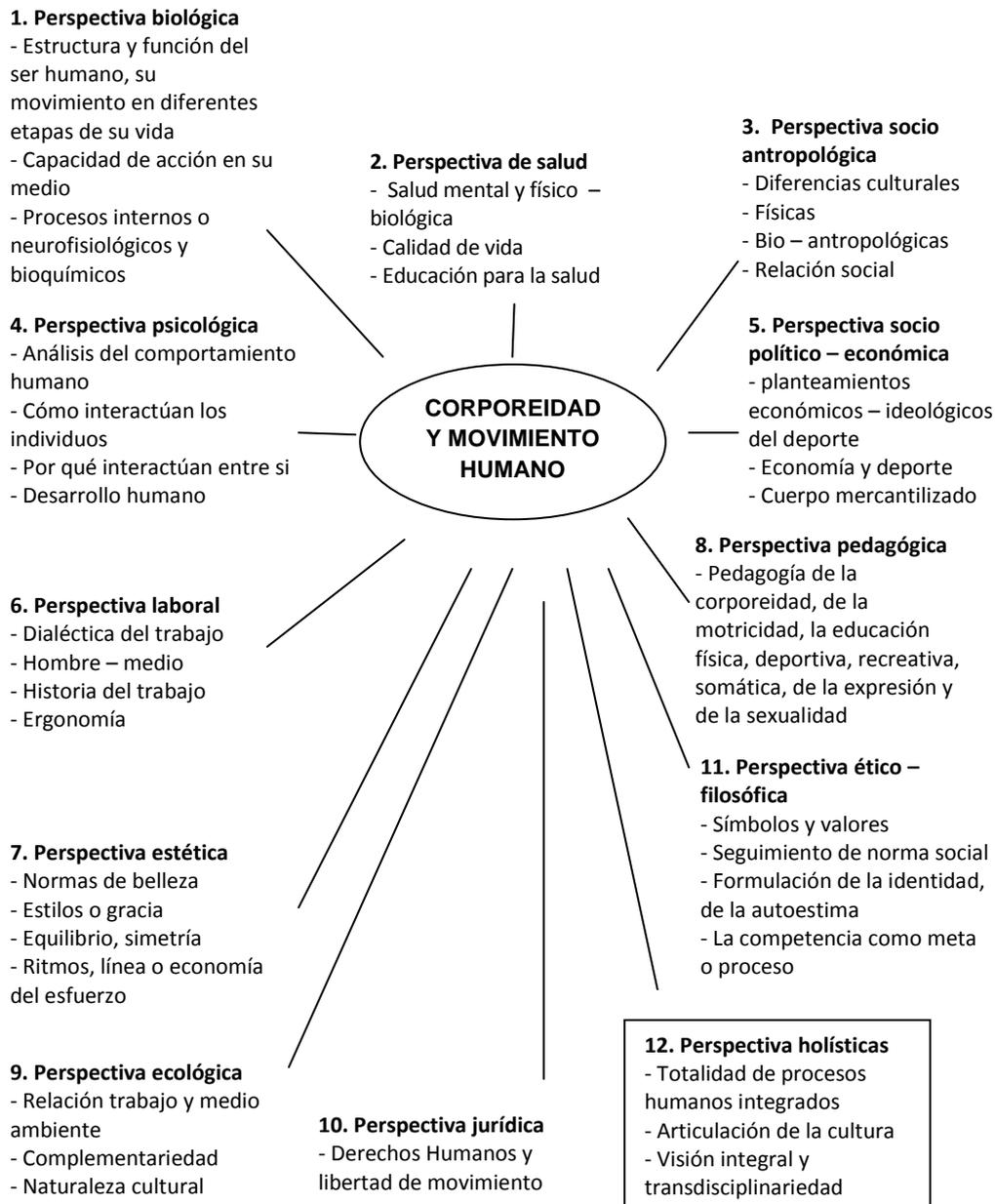
<sup>13</sup> *Ibidem*, p. 45

<sup>14</sup> *Ibidem*, p. 47

<sup>15</sup> *Ibidem*, p. 31

A Continuación se presenta un cuadro que demuestra las diferentes perspectivas acerca del movimiento, como parte de la corporeidad, así como también demuestra las diferentes perspectivas que se tienen de la corporeidad humana.

CUADRO 1  
ALGUNOS ENFOQUES DEL ESTUDIO DEL MOVIMIENTO Y CORPOREIDAD HUMANAS <sup>16</sup>



<sup>16</sup> *Ibidem*, p. 27

El cuadro anterior hace referencia a los diferentes enfoques que se tienen del estudio del movimiento, como parte de la corporeidad humana; aunque todas ellas se relacionan la concepción que tienen acerca del movimiento diferencia una de la otra. En primer lugar está la perspectiva biológica; esta perspectiva enfocada a la concepción anatómica del cuerpo, analiza la función del cuerpo en cada etapa de la vida, su visión es meramente relacionada con procesos neurofisiológicos y bioquímicos.

La segunda perspectiva que se presenta respecto al movimiento es la de salud, esta visión está enfocada en elevar la calidad de vida de las personas a través de una educación físico - biológica.

La concepción que se tiene acerca del cuerpo y del movimiento, es diferente dependiendo de cada cultura, estas diferencias culturales son tratadas desde la perspectiva socio - antropológica.

La perspectiva psicológica del movimiento tiene que ver con hacer un análisis del comportamiento humano, de cómo y por qué utiliza su cuerpo para interactuar con otros individuos, es decir; el desarrollo humano.

El cuerpo humano y el movimiento también está relacionado con la política y la economía ya que son las autoridades las que deciden cuanto presupuesto es asignado al deporte y a la salud del mismo, y desde la perspectiva socio – político – económica el cuerpo es más bien un cuerpo mercantilizado.

La perspectiva laboral analiza integralmente al hombre y su entorno laboral en el que se desenvuelve. Desde esta visión el cuerpo está relacionado con las máquinas y el ambiente (laboral).

Cuando se habla de cierto estilo o gracia del cuerpo, se habla de una perspectiva estética del cuerpo, que se rige de acuerdo a normas de belleza que establece cada sociedad con la intención de lograr un equilibrio. En esta concepción el cuerpo es más visto como modelo de belleza.

La perspectiva ecológica está ligada con las otras perspectivas antes mencionadas, sin embargo la relación que posee con la perspectiva laboral tiene que ver con la relación del hombre (es decir, de su cuerpo), con el ambiente en donde se desarrolla laboralmente. Alcanzando así una complementariedad del cuerpo y su entorno.

El enfoque de la perspectiva jurídica tiene que ver con los derechos humanos que se tienen respecto al cuerpo, la libertad de expresión a través del lenguaje corporal.

Quise dejar hasta el final la perspectiva pedagógica, la ético – filosófica y la perspectiva holística; ya que si bien todas las anteriores son importantes, estas últimas tienen una mayor relación con el tema central de este trabajo. La corporeidad y su estudio están ligada con la educación física, recreativa, somática, de la expresión y de la sexualidad, el papel de la educación tiene que ver con enseñar a sentir a vivir con los sentimientos y descubrir otros, en este punto entraría el papel de la perspectiva ético - filosófica ya que tiene que ver con la percepción de uno mismo y la conformación de su autoconcepto, la educación de estos sentimientos se enseña desde niños y empieza en casa. De este modo los niños empiezan a formular su identidad para posteriormente conformar una concepción integral.

De esta manera y hablando un poco sobre el movimiento como parte de la corporeidad; la influencia de la fenomenología y la ciencia de la motricidad humana, va en aumento, así lo reflejan los siguientes autores de diferentes países, dando el concepto de corporeidad:

**España:**

Nacemos con un cuerpo que desde el momento del nacimiento, a través de la acción, del movimiento se adapta, transforma y conforma como corporeidad. Esta conformación viene dada por el movimiento, la acción y por la percepción sensorial (vista, oído, tacto, gusto, olfato y percepción cinestésica, entre otros.) Ya en el vientre de nuestra madre, necesitamos movernos. Todo este proceso se va desarrollando a lo largo de nuestra vida, de manera que vamos cambiando y conociéndonos dependiendo de la imagen corporal que tenemos de nosotros mismos y de la imagen que nos hacemos al interpretar el mundo exterior a lo largo del día y de nuestra vida. Este proceso acaba con la muerte: es entonces cuando dejamos nuestra corporeidad, para acabar siendo un cuerpo. (Paredes Ortiz, 2003)<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> *Ibíd*em, p. 58

**México: La corporeidad como base del aprendizaje en educación física:**

La corporeidad es parte constitutiva de la personalidad. Por ello es necesario considerar al alumno en formación y al futuro profesor, no sólo como un grupo de músculos a los que hay que adiestrar para que tengan fuerza y precisión en aras de realizar una acción específica, por el contrario, se requiere considerar la infinita posibilidad de movimientos intencionados, creativos e inteligentes que caracterizan al ser humano.

El docente en formación debe construir y experimentar el concepto de corporeidad para aprender y comprender que un alumno necesita participar e involucrarse en actividades en las que intervengan todos los aspectos de su personalidad.<sup>18</sup>

**Argentina:**

La corporeidad es la integración permanente de múltiples factores que constituyen una única entidad. Factores psíquico, físico, espiritual, motriz, afectivo, social e intelectual constituyentes de la entidad original, única, sorprendente y exclusiva que es el ser humano: Soy yo y todo aquello en lo que me corporizo, todo lo que me identifica. Nuestra corporeidad está presente aún cuando nosotros no lo estamos físicamente: un elemento de nuestra corporeidad como una carta escrita con nuestra letra, un reloj pulsera usado cotidianamente, el gesto de arquear una ceja que heredó un hijo, la frase de cariño que nos distingue, una foto o película con nuestra imagen, nos corporizan en el otro aún después de muertos. (Alicia Grasso, 2005)<sup>19</sup>

Con la definición que nos brindan los autores de distintos países nos damos cuenta que México coincide con otros países acerca de la corporeidad, es importante señalar que la corporeidad ayuda a darle valor a nuestro cuerpo, nos brinda herramientas para desarrollar un mejor autoconcepto; ahora lo que nos interesa es llevar la corporeidad más allá de los libros y de su estudio. Si bien se lleva a la práctica, falta mucho por trabajar y que mejor que empezar en edades tempranas.

## 1.2 El “cuerpo ideal”

El cuerpo es un instrumento demasiado importante para nuestra vida ya que lo es todo, puede realizar cualquier movimiento en condiciones normales, sin embargo, no tenemos en cuenta ciertas situaciones que podrían deteriorarlo en forma prematura.

La búsqueda de un cuerpo perfecto, tan idealizado como imposible, hace que la mayoría de las personas no se sienta a gusto con su cuerpo, con su imagen, desencadenando una baja autoestima y un autoconcepto negativo.

---

<sup>18</sup> *Ibidem*, p. 59

<sup>19</sup> *Ídem*

En esa búsqueda constante por alcanzar un modelo “irreal” (ideal), se va perdiendo identidad, la imagen de sí mismo se va deteriorando y es común que las personas hagan expresiones como “soy gordo=soy un desastre” o “no sirvo para nada”, o “yo quiero ser como ella, como él”, este tipo de expresiones, demuestran un cuerpo que no es valorado, un cuerpo que necesita ser aprobado por factores externos y no internos.

El mensaje social no les dice a las personas que sus cuerpos son valiosos, simplemente porque ellas están dentro de él. Es decir, que en la conformación de este cuerpo ideal se jerarquizan o desvalorizan determinadas características que varían en el tiempo: color de ojos, de piel, de cabello, altura, forma de cadera, etc.

La percepción de la “buena imagen”, el “buen tipo”, el “ser guapo”, son del todo relativas en la comparación intercultural, dado que para unos puede entenderse como un buen maquillaje, para otros puede ser tan sólo un rostro pintado sin mayor atractivo; y lo que para otros denota belleza y distinción, puede ser entendido por unos como brutales mutilaciones corporales.<sup>20</sup>

El entorno social se ha dedicado a mandar mensajes equivocados a las personas, con creencias falsas tales como: “Ser flaco es sinónimo de ser feliz”, son muchos los factores que influyen en las personas y que determinan la concepción de sí mismos, pareciera que es el entorno el que debe aprobar el cuerpo “ideal” para permanecer a determinado grupo social, etc.

Si bien, hay personas que están satisfechos con su cuerpo, lo cuidan, lo valoran, la mayoría se deja influenciar por factores externos, estos factores en vez de fomentar la desvalorización del cuerpo, deberían promover el cuidado, el aprecio y la sensibilización hacia cuerpo. Hay que valorarse como un ser total.

No hay que olvidar, que cuerpo y mente son inseparables, aunque estamos acostumbrados a concebirlos como cosas distintas. La mente se mueve rápidamente, el cuerpo reacciona más despacio, pero las reacciones son más profundas.

---

<sup>20</sup> *Ídem*

La conducta, las costumbres, las creencias y los valores encajan en un complejo sistema en el que cada elemento influye en los demás.

### 1.3 El cuerpo como medio de expresión

Más que un objeto manejable, el cuerpo es un modo de expresión donde por medio de movimientos podemos dar a conocer diferentes aspectos, este movimiento que se da en el cuerpo es dado por muchas habilidades y capacidades, una de las acciones que el movimiento maneja es la función que cumple cada uno de sus huesos, articulaciones y músculos, y este movimiento puede tomar muy variadas y complicadas formas.

La expresión corporal es una conducta espontánea existente desde siempre, tanto en sentido ontogénico como filogenético, es un lenguaje por medio del cual el ser humano expresa sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos con su cuerpo, integrándolo de esta manera a sus otros lenguajes expresivos como el habla, el dibujo y la escritura.<sup>21</sup>

La imagen corporal que el niño tenga de sí mismo, es esencial para el desarrollo armónico, tanto físico, como intelectual y emocional. Con este conocimiento el niño puede situarse en el espacio que lo rodea y tomar conciencia de sí mismo, como un ser independiente y apto para la acción y comunicación.

En una revisión ampliamente documentado, Martínez y Barreiro (2005) resumen posturas de autores reconocidos (Lain Entralago, Cagigal, Lora, Vázquez, Rigal, Le Boulch, entre otros) que concuerdan en que el cuerpo es la primera experiencia del ser humano y la primera forma de conocimiento o realidad. No obstante para interactuar y relacionarse con el medio, el entorno más inmediato, el ser humano necesita el movimiento para conocer el mundo que nos rodea, de manera que cuerpo y movimiento representan una realidad inseparable.<sup>22</sup>

Para que el niño pueda comunicar con su cuerpo expresiones, sentimientos, etc., primeramente es necesario que tenga una concepción correcta de su cuerpo, que se conozca, que sepa que su cuerpo es un todo.

---

<sup>21</sup> STOKOE, Patricia y Ruth Harf. *La expresión corporal en el jardín de infantes*. p. 13

<sup>22</sup> EISENBERG WIEDER, Rose y otros. op. cit. p. 56

“Sin el cuerpo el hombre no existe como tal, valoramos el cuerpo en la medida en que contemplamos al ser humano como entidad que debe desarrollarse como una estructura integrada en movimiento”.<sup>23</sup>

La expresión corporal, como lenguaje inmediato, afirma el concepto de ser humano expresándose así mismo consigo mismo, la comunicación es primeramente con nosotros mismos, interiorizando lo que queremos expresar para después a través de algún movimiento, sonido, escrito, señal; se pueda transmitir a los demás. Cada gesto, movimiento, sonido, etc., expresa un mensaje diferente a cada segundo, estamos llenos de mensajes que queremos otorgar, muchas veces no nos damos cuenta que lo estamos haciendo y todo a través del cuerpo.

“El individuo es su propio instrumento, el es él mismo y a la vez es el instrumento con que se expresa.”<sup>24</sup>

Lo que nos demuestra la expresión corporal, es que es un lenguaje por medio del cual el individuo puede sentirse, percibirse, conocerse y manifestarse. Es un aprendizaje de sí mismo: que es lo que el individuo siente, que quiere decir y cómo decirlo, a través de que y la manera de decirlo, es increíble la capacidad del cuerpo como medio de expresión.

Sobre la grandeza del cuerpo como medio de expresión, las personas dejan al descubierto sus más profundos sentimientos, en el caso del niño, a través de sus movimientos puede expresar tristeza, alegría, se puede saber por medio de un movimiento si el niño es inseguro, si no esta conforme con su cuerpo, si le preocupa algo, el cuerpo habla de uno mismo. “La expresión corporal es, así, una suerte de estilo personal de cada individuo, manifestado a través de sus movimientos, posiciones y actitudes.”

Uno de los fines que pretende la expresión corporal, es que las personas se conozcan así mismas, que conozcan todas sus posibilidades de poder expresarse a través de todo su cuerpo.

---

<sup>23</sup> STOKOE, Patricia y Ruth Harf. op. cit. p. 13

<sup>24</sup> *Ibidem*, p. 12

Es la profundización de sí mismo, pero no queda allí, puesto que esta profundización es para un fin: el de comunicarse. Es la profundización de la manera de interactuar con otros. Esto implica que, si bien no hay necesariamente un aprendizaje de una serie de pasos o gestos preestablecidos, se llegará a la concreción de ciertos patrones de conducta compartidos. Existe en cada individuo la necesidad básica de poder expresarse tal como es, y el deseo de esta expresión, aun si no es compartida, sea comprendida por él o los otros.<sup>25</sup>

Para que pueda existir la expresión corporal, lo fundamental es que exista un cuerpo, un cuerpo que es creador de sensaciones y de mensajes, y que es capaz de expresar, es importante concebir al cuerpo como elemento integral de uno mismo, no se puede transmitir algo que no se conoce. Es el cuerpo el que da vida a cada movimiento. “La Expresión Corporal como resultado de la percepción reflexiva y del movimiento no expresivo, debe estar centrada en la presencia, conciencia, y vivencia del cuerpo como totalidad personal en el movimiento.”<sup>26</sup>

Para que el niño sea consiente que con su cuerpo puede expresarse, es necesario enseñarle el cuerpo, que conozca sus partes y que esas partes forman un todo. Para enseñarle al niño el que conozca su cuerpo, hay que tomar en cuenta la edad de los niños y su desarrollo evolutivo, también hay que lograr que el niño se exprese de manera creativa.

“Debido al desarrollo evolutivo, el niño/a, debe lograr la conciencia de su propio cuerpo como espacio de percepción propia que le posibilita la expresión y comunicación, de forma intencional y creativa.”<sup>27</sup>

Se tiene que enseñar el valor del cuerpo desde edades tempranas, pero no solamente en la primera infancia, si no durante toda la vida. Tiene que existir una enorme motivación tanto de los padres, de la escuela, etc., para fomentar la armonía de conocer, de gozar, de jugar, y comunicarse con el cuerpo; porque el cuerpo es expresión.

---

<sup>25</sup> *Ibidem*, p. 15

<sup>26</sup> VICICIANA, GARÓFANO, Virginia y Milagros Artega Checa. *Las actividades coreográficas en la escuela. Danzas, bailes, fonky, gimnasia – jazz...* p. 32

<sup>27</sup> *Ídem*

Los juegos de exploración del cuerpo, del espacio y de materiales diversos realizados de forma individual o en grupo, potencian el sentimiento, aceptación y conocimiento corporal necesarios para el desarrollo de la sensibilidad, la autoestima y la valoración de la configuración y funcionamiento del cuerpo al servicio del bienestar individual y colectivo. A través del gesto corporal, la niña/o expresan sus emociones y vivencias. Para el desarrollo de este tipo de expresión, el niño explorará y percibirá de forma autónoma sus propias sensaciones internas, y a otras personas, objetos materiales como medios de relación y comunicación.<sup>28</sup>

Expresión corporal es el lenguaje del cuerpo usado como instrumento capaz de expresarse por sí solo. Lenguaje universal y común que permite a los seres comunicarse con ellos mismos y con los demás y hacerlo de acuerdo a su sentir.

Cuando hablamos de expresión corporal se le asocia a disciplinas como la danza, la pantomima o educación física. Si bien no las sustituye, toma elementos de ellas complementándolas y enriqueciéndolas.

Al saber más acerca de su cuerpo y del cuerpo de los demás, tendrá un mejor concepto sobre quién es él y quienes son los otros. Para afirmar su identidad necesita estructurar su imagen corporal. Las actividades apuntan a que el niño valore y quiera su propio cuerpo, logre descubrirlo, conocerlo, utilizarlo y vivenciarlo.

La expresión corporal es una actividad psicofísica que da lugar a la creación de estímulos y situaciones que favorecen la liberación interior y orientan al niño, permitiéndole expresarse con total plenitud.

Adultos que padecen dolencias, afecciones y enfermedades propias de quien no sabe manejarse en su cuerpo son un reflejo de quien no aprendió a disponer de sí mismo para vivir saludablemente. El cuerpo y el movimiento son la forma de manifestación de vida. Nos comunicamos, expresamos, relacionados, hacemos y resolvemos en, mediante, atravesando y construyendo el cuerpo.<sup>29</sup>

Los niños de hoy viven muchas veces las situaciones emocionales de los adultos y necesitan descargar, relajar, desinhibirse y canalizar sus energías y emociones de una manera apropiada. Con la expresión corporal su vida se ve enriquecida por un elemento más de expresión que junto con el lenguaje, la música, las artes plásticas y el teatro, lo conducirán a manifestarse como ser humano.

---

<sup>28</sup> *Ídem*

<sup>29</sup> EISENBERG WIEDER, Rose y otros. op. cit. p. 314

**CAPÍTULO II**  
**NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

*“Muchas de las cosas que necesitamos pueden esperar.  
El niño no puede.  
El momento es justo ahora.  
Sus lunas se están formando.  
Su sangre se está creando.  
Y sus sentidos se están desarrollando.  
A él no podemos contestarle “mañana”  
Su nombre es “hoy”.*

*Gabriela Mistral, poetisa chilena.*

Existen múltiples conceptos del periodo llamado infancia con diferentes miradas y alternativas, en este capítulo, se presentan algunos conceptos, incluyendo a la niñez como parte de la infancia, así mismo se muestran algunas definiciones de lo que es un niño, para posteriormente mencionar las características generales de los niños de educación primaria, indicando principalmente el desarrollo físico, psicológico y social del niño en edad escolar.

## 2. ¿Qué es la infancia? ¿Qué es un niño?

“La noción de infancia tiene un carácter histórico y cultural y es por ello que ha tenido diferentes apreciaciones en la historia; su concepción depende del contexto cultural de la época.”<sup>30</sup>

Si hacemos una revisión de la historia de la infancia nos daremos cuenta que a cambiado a través de los años, y depende en gran medida del contexto en el que se vive. No es lo mismo el concepto de infancia que se tenía siglos pasados, al que se concibe actualmente. Es necesario resaltar lo anterior para tener una visión de infancia actual.

La infancia es mucho más que la época que transcurre antes de que la persona sea considerada un adulto. La infancia, que significa mucho más que el tiempo que transcurre entre el nacimiento y la edad adulta, se refiere al estado y la condición de la vida de un niño: a la calidad de esos años.<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup>JARAMILLO, Leonor. *Concepción de infancia*. Dirección URL [http://ciruelo.uninorte.edu.co/pdf/zona\\_proxima/8/9\\_Concepcion%20de%20infancia.pdf](http://ciruelo.uninorte.edu.co/pdf/zona_proxima/8/9_Concepcion%20de%20infancia.pdf) [Consulta: 19 enero 2009].

<sup>31</sup> UNICEF, *Estado Mundial de la infancia 2005*, Dirección URL <http://www.amnistiacatalunya.org/edu/2/nin/inf-unicef.html> [Consulta: 19 enero 2009].

La primera etapa del desarrollo de la vida humana es la infancia, si bien es lapso donde se dan cambios muy importantes, va mucho mas allá de todo esto, como se menciona en la cita, la parte significativa de la infancia es la manera de cómo se vive, esto depende también del contexto en el que se crece. Me parece importante mencionar que tenemos que hacer todo lo posible para que los niños de hoy tengan y vivan su infancia, que no tengan que trabajar desde niños, que tengan acceso a la educación, en otras palabras que tengan una mejor calidad de vida.

La primera infancia, de los 0 a los 5 años de edad, representa una etapa decisiva en el desarrollo de las capacidades físicas, intelectuales y emotivas de cada niño y niña, y es la etapa más vulnerable del crecimiento.<sup>32</sup>

Son varios los autores que dividen la infancia en diferentes etapas, muchos de ellos coinciden que la primera infancia va de los cero a los tres o cinco años, sin embargo, lo importante es que la primera infancia es decisiva en el crecimiento del niño, y en el desarrollo que tenga en otras etapas de la vida.

Los tres primeros años de vida constituyen el período crítico para que estas bases se establezcan. En este período de la vida no sólo construye su desarrollo psicomotor sino además se forma su cerebro, sus matrices de aprendizaje, su capacidad de pensamiento y su posterior equilibrio emocional. Los vínculos iniciales determinarán sus vínculos con el mundo y sus aptitudes sociales.<sup>33</sup>

Hay que ser conscientes de la importancia que tiene el apoyo de los padres en la infancia y más si se trata de la primera infancia, muchas de las habilidades que tenga en niño a lo largo de su vida, fueron estimuladas en la primera infancia, como se menciona en la cita, el desarrollo psicomotor se va construyendo y no sólo eso, sino también las capacidades del pensamiento que le servirán al niño cuando inicie la edad escolar.

---

<sup>32</sup> UNICEF, México. *La infancia*. Dirección URL [http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos\\_6901.htm](http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6901.htm) [Consulta: 19 enero 2009].

<sup>33</sup> Instituto para el Desarrollo y la Innovación Educativa (IDIE – OEI) en Educación Inicial y Derechos de la Niñez. *Plan de formación. Educación infantil desde el enfoque de los derechos*. Dirección URL <http://www.oei.es/idie/modulo2.pdf> [Consulta: 19 enero 2009]

El desarrollo de la infancia entre los 6 y los 11 años de edad es decisivo para consolidar las capacidades físicas e intelectuales, para la socialización con las demás personas y para formar la identidad y la autoestima de los individuos.<sup>34</sup>

No cabe duda que el desarrollo que se da durante los primeros doce años es crucial en el niño en diferentes aspectos, tales como el físico, intelectual, social y emocional. Con lo que respecta al desarrollo emocional cabe mencionar la relación e importancia que tiene el desarrollo de la autoestima en esta etapa, ya que el niño necesita ser estimulado afectivamente desde el inicio. Como ya veremos más adelante, el niño va formando su autoconcepto a partir de los comentarios que reciba por parte de las personas significativas en su entorno y de su cultura. Aquellos niños que estén satisfechos con su cuerpo y con ellos mismos, tendrán una mejor autoestima, que otros que tienen baja autoestima debido a la falta de motivación en su vida.

La evolución del niño en edad escolar se ubica en un rango entre los seis y doce años de edad. Durante esta etapa las visibles diferencias de estatura, peso y contextura pueden ser importantes.<sup>35</sup>

Como se ha estado mencionando, son relevantes y de vital importancia cada uno de los cambios que experimenta el niño.

En este capítulo es importante mencionar el concepto que se tiene de niño ya que es entre otros nuestro objeto de estudio.

El niño no es solamente una persona sino un concepto, en el hecho que toda cultura tiene su propia idea y expectativa particular del niño. De este modo, el concepto del niño en una cultura motivada por la adoración a los ancestros es radicalmente diferente al concepto de la cultura actual. El niño nace en una cultura y es amado y honrado en tanto que cumple las expectativas de esa cultura<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> UNICEF, México. *La infancia*. Dirección URL [http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos\\_6901.htm](http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6901.htm) [Consulta: 19 enero 2009].

<sup>35</sup> *Tercera infancia: desde los 7 a los 12 años*. Dirección URL <http://www.seitokarate-do.org/docu/Psicomotor%202.pdf> [Consulta: 20 enero 2009]

<sup>36</sup> ROUSAS J, Rushdoony. *El concepto de niño*. Dirección URL [http://www.contra-mundum.org/castellano/rushdoony/Concept\\_Child.pdf](http://www.contra-mundum.org/castellano/rushdoony/Concept_Child.pdf) [Consulta: 12 enero 2009].

Al igual que el concepto de infancia, la definición de niño posee varios significados y va a cambiar de acuerdo al contexto donde se ubica, depende también de la cultura y del contexto.

En términos legales cabe señalar lo que se considera niño:

La Convención sobre los Derechos del Niño, en vigor desde el 2 de septiembre de 1990, señala que "se entiende por niño todo ser humano menor de dieciocho años de edad, salvo que, en virtud de la ley que le sea aplicable, haya alcanzado antes la mayoría de edad". Las edades consideradas fluctúan según el contexto, aunque el término niño suele emplearse para designar a los menores de 14 años, llamándose jóvenes o adolescentes a los que han superado dichas edades.<sup>37</sup>

La Convención define como "niño" o "niña" a toda persona menor de 18 años, a menos que las leyes de un determinado país reconozcan antes la mayoría de edad. En algunos casos, los Estados tienen que ser coherentes a la hora de definir las edades para trabajar y para hacer parte del sistema educativo.<sup>38</sup>

En muchos países cambia la edad, en la que se alcanza la mayoría de edad y así, cada país sabe que tipo de ley aplicar. En el caso de la UNICEF, aboga y trabaja para la protección de los derechos del niño, tomando en cuenta su edad.

### 3. Características generales de los niños de 6 a 12 años

Para la mayoría de los niños, la edad escolar, que va de los seis a los doce años, es una época de crecimiento estable tanto en habilidades motoras globales y finas. Desgraciadamente para algunos, es una época en la que las dificultades físicas, psicológicas y sociales que tienen se hacen más evidentes, provocando cambios en la autoestima y percepción de si mismo.

“Suele decirse que los niños de 6 a 11 años están en la edad escolar porque es la etapa de la vida cuyo eje es el aprendizaje, que se logra en las clases, en juegos y en relaciones con los demás. La escuela es el centro del aprendizaje.”<sup>39</sup>

<sup>37</sup> UNICEF, *Desarrollo de la primera infancia*. Dirección URL <http://www.unicef.org/co/10-temas.htm> [Consulta: 12 enero 2009].

<sup>38</sup> *Ídem*

<sup>39</sup> UNICEF, “La edad escolar”. *Vigía de los derechos de la niñez mexicana*. p. 4 Numero 2, año 1, diciembre 2005 Dirección URL [http://www.unicef.org/mexico/spanish/mx\\_resources\\_vigia\\_II.pdf](http://www.unicef.org/mexico/spanish/mx_resources_vigia_II.pdf) [Consulta: 21 enero 2009].

El período de desarrollo que va de los seis a los doce años, tiene como experiencia central el ingreso a la escuela. A esta edad el niño sale de su casa y entra a un mundo desconocido, donde aquellas personas que forman su familia y su mundo hasta ese momento, quedan fuera. Este hecho marca el inicio del contacto del niño con la sociedad, es a través de la escuela que se le van a entregar las herramientas necesarias para desenvolverse en el mundo adulto. El desarrollo del niño se puede separar por áreas; sin embargo, existe una estrecha relación entre los aspectos físicos, psicológicos y sociales, lo que va ocurriendo en un área va a influir directamente en el desarrollo de las otras. El éxito o fracaso de esta etapa depende en gran medida de las habilidades que haya desarrollado en los seis años anteriores.

Para darnos una idea las actividades que se deben adquirir en esta etapa se exponen las características más importantes del desarrollo físico, psicológico y social del niño, (sin pretender que estas sean las únicas, ni tampoco que se den en todos los casos) haciendo énfasis en las características físicas, ya que el aspecto físico abarca el concepto de cuerpo, la importancia de valorarlo, y la relación con el desarrollo psicológico y social, en donde entra el concepto y la importancia de la autoestima. La autoestima y el cuerpo, son temas que se vinculan con el desarrollo físico, psicológico y social del niño.

### 3.1 Características del desarrollo físico

Cuando se habla del desarrollo físico del niño, es común que se piense en como va creciendo cada parte de su cuerpo; sin embargo, el desarrollo físico del niño también incluye aspectos sobre el desarrollo de habilidades motoras, la percepción de su cuerpo etc. El cambio que se da en los niños de edad escolar, se van dando desde su entrada a la escuela, cabe mencionar que son diferentes los cambios que tiene un niño de primer año (seis años en la mayoría de los casos) a los que tiene un pre adolescente de sexto año (doce años, en la mayoría de los casos), no se van a mencionar las características del niño que corresponden a cada grado, no obstante hay etapas del niño en la que ocurren cambios importantes, y que determinan la percepción de su cuerpo.

Uno de los primeros pasos a realizar en apoyo a las actividades perceptivas del niño, es el desarrollo del concepto de imagen corporal, en lo que se refiere a la experiencia y sensaciones que el niño tiene de su propio cuerpo. Aunque no lo expresa con claridad en sus movimientos, es posible deducirla de sus dibujos de la figura humana y reforzarla con actividades [...], ejercicios en los que vaya tomando conciencia de las partes del cuerpo.<sup>40</sup>

Los niños que van entrando al colegio van desarrollando habilidades motoras gruesas y finas que se van mejorando conforme el paso de los años, este es un aspecto importante ya que el progreso o tardanza que tenga en las destrezas motoras, distorsiona o mejora su imagen corporal. El niño necesita que constantemente se le estimule en las actividades y se le brinde apoyo para ejecutarlas de mejor manera.

Los niños en edad escolar pueden ejecutar prácticamente cualquier habilidad motora, mientras no exija una gran potencia o un buen cálculo de la velocidad y la distancia. Evidentemente, las habilidades concretas que domine cada niño dependerán, en gran parte, de las oportunidades y de los estímulos que encuentre.<sup>41</sup>

Las experiencias motrices que el niño tenga, están vinculadas con la estimulación que se haya tenido anteriormente y la manera en la que el niño se este desarrollando fisiológicamente; "Cada una de las habilidades motoras está relacionada con otras varias aptitudes, algunas dependen de la práctica, pero otras se basan en la talla corporal, en la maduración cerebral o en el talento heredado genéticamente."<sup>42</sup>

Es importante que los niños de educación primaria sepan realizar y ejecutar actividades físicas básicas que se enseñan en este nivel, ya que de eso depende en gran medida el progreso físico en cuanto a su coordinación motriz en otras etapas de su vida.

La coordinación visomotriz es la capacidad de coordinar la visión con el movimiento. Es indispensable para realizar actividades como correr, brincar, patear una pelota o saltar sobre un obstáculo, e interviene en casi todas las acciones que ejecutamos. Su nivel de eficiencia ayudara al niño a aprender a leer, escribir, a realizar operaciones.<sup>43</sup>

---

<sup>40</sup> SEP. *Algunas consideraciones acerca de los niños de primero a sexto grado.* p. 86

<sup>41</sup> STASSEN, BERGER, Kathleen y Ross A. Thompson. *El desarrollo de la persona desde la niñez a la adolescencia.* p. 417

<sup>42</sup> *Ibidem*, p. 418

<sup>43</sup> SEP. *op. cit.*, p. 84

Todos experimentamos cambios a la largo de nuestra vida y, ¿quién no recuerda su época de primaria? Los cambios físicos que se dan en esta etapa se empiezan a manifestarse de manera más notoria en quinto y sexto año, los cambios son aun más visibles y son diferentes tanto los niños como en las niñas, también dependen de la edad, son niños que van entrando a la pre adolescencia, que también se puede decir que entran a la pubertad.

El inicio de la pubertad es variable: los niños normales pueden empezar a cambiar su cuerpo en cualquier momento entre los ocho y catorce años. Una de las razones que se explican es la variabilidad, se basa en el sexo: los cambios corporales específicos aparecen uno o dos años antes en las chicas que en los chicos; también influye la herencia genética, la nutrición, el ambiente, el metabolismo, la salud emocional y física del niño/a.<sup>44</sup>

Un momento importante del desarrollo físico es cuando alumnos del último grado de primaria, se enfrentan a la llegada de una nueva etapa en su vida, los cambios que experimento su cuerpo a lo largo de seis años, provocan en el niño una nueva imagen corporal, a muchos esto puede resultarles un problema desencadenando molestias sobre su propio cuerpo, otros por el contrario entienden los cambios como parte de su crecimiento y no sienten molestia alguna. “Los cambios fisiológicos que se producen en la pubertad, llevan a los adolescentes a una revisión drástica de su imagen corporal, es decir, a una revisión de su concepción mental y su actitud ante su estado físico.”<sup>45</sup>

El maestro de sexto grado se encuentra con alumnos en una edad de transición, once y doce años, a la que puede corresponder según los ambientes culturales y el grado de maduración fisiológica, una infancia en vías de desaparecer o un comienzo de la pre adolescencia con todo lo que esta implica de ruptura con la niñez.<sup>46</sup>

No cabe duda que cualquier concepto que tengamos en mente, depende en gran medida de la cultura, de la sociedad, de los medios etc.; estos son elementos que influyen en la imagen corporal y sobre todo en el autoconcepto que se va formando, este tema se amplía en el siguiente punto.

---

<sup>44</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. *Psicología de la educación y del desarrollo en la edad escolar*. p. 313

<sup>45</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. op. cit., p. 330

<sup>46</sup> SEP. op. cit., p. 112

### 3.2 Características del desarrollo psicológico

El desarrollo psicológico, abarca diversos elementos de la personalidad y cómo se constituye, uno de los aspectos importantes dentro del desarrollo psicológico, es la formación del autoconcepto y el impacto que tiene en la vida del niño, en específico en la edad escolar, aunque la propia imagen corporal es algo importante en todas las edades y el autoconcepto constituye un elemento importante en el desarrollo de la identidad. Ahora bien, se mencionan algunas definiciones del concepto de sí mismo o autoconcepto y la relación que tiene con la autoestima:

El término «autoconcepto» se refiere a las opiniones, ideas o hipótesis que uno tiene sobre sí mismo y que abarca distintas dimensiones de personalidad y distintos ámbitos de actuación. Cada uno de nosotros se percibe así mismo como una persona con unas cualidades y limitaciones determinadas, con unas características de personalidad, con unas capacidades intelectuales, con unas habilidades motrices, con más o menos capacidad para relacionarse con los demás...<sup>47</sup>

El autoconcepto de los adultos se va conformando de acuerdo a las vivencias que se presentaron en la infancia, y que hacen que uno se sienta conforme o inconforme con uno mismo. Cada ámbito de la personalidad es determinante en el desarrollo del autoconcepto y sobre todo en la autoestima, como veremos más adelante. “El autoconcepto está formado por las propias cualidades y limitaciones, e incluye también los propios derechos, la propia fuerza y entusiasmo para afrontar la vida.”<sup>48</sup> La manera en que se perciba uno mismo, esta ligada con la forma de enfrentar las situaciones que la vida le presente. Los niños con un buen concepto de sí mismos, son más seguros al tomar decisiones.

El concepto de sí mismo o autoconcepto no es otra cosa que el conocimiento de sí mismo o autoconocimiento. El autoconcepto es el conjunto de representaciones que el individuo elabora sobre sí mismo y que incluyen aspectos corporales, psicológicos, sociales y morales [...] contiene distintos momentos, tales como lo que pensamos que somos, lo que pensamos que podemos lograr, lo que creemos que piensan los demás de nosotros y lo que desearíamos ser.<sup>49</sup>

---

<sup>47</sup> GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. *Educación física en primaria. Fundamentación y desarrollo curricular*. p. 40

<sup>48</sup> *Ibidem*, p. 41

<sup>49</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. op. cit., p. 340

En los niños la formación del autoconcepto, depende en gran medida de las experiencias vividas, su entorno, la cultura y de la estimulación que tenga de parte de las personas significativas con las que convive.

El concepto de sí mismo constituye un elemento central en la identidad de la persona, se suele atribuir aun desarrollo decisivo durante la adolescencia. Aunque el establecimiento de una imagen corporal básica se comienza a desarrollar desde mucho antes de la llegada de la adolescencia (el niño va progresivamente configurando y confirmando su imagen corporal, desarrolla el concepto de sí mismo en tanto que ser físico, y conoce relativamente bien sus fuerzas y sus limitaciones corporales).<sup>50</sup>

En la edad escolar, el medio, los compañeros de escuela, así como los docentes y familiares, juegan un papel importante en la formación del niño, ya que todo lo que rodea al niño, y cada comentario que recibe, es determinante en el valor que le otorgue a su cuerpo.

Al ser valorado por sus compañeros y reconocer en ellos sus propias cualidades, el niño aprende a valorarse a sí mismo, lo que le permite ir tomando conciencia de sus limitaciones ante el medio. La crítica que hace a los demás lo lleva a reflexionar sobre sus propios comportamientos, por lo que se podría decir que es en ese momento cuando se inicia en la autocrítica.<sup>51</sup>

El concepto de sí mismo se ha ido formando en estos últimos años. Un niño con un concepto positivo de sí mismo tenderá a elegir los valores que favorezcan su imagen positiva y se vera recompensado por la aprobación de los demás; pero si el concepto es negativo, se mostrará inseguro, sin decisión propia para optar, por lo cual se verá rechazado por los compañeros y confirmará el concepto negativo de sí mismo.<sup>52</sup>

El desarrollo del autoconcepto es importante en la formación de la personalidad, y aunque el niño se enfrenta en varias etapas a ciertos cambios, va tomando conciencia de su imagen corporal, la imagen que el niño tiene de su propio cuerpo determina que autoconcepto esta construyendo y como afecta en la autoestima. La imagen del cuerpo "ideal" del niño, y de la mayoría de la gente, se ve influenciada por factores externos como son: la publicidad, la cultura, la sociedad, comentarios externos etc.

---

<sup>50</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. op. cit., p. 341

<sup>51</sup> SEP. op. cit., p. 91

<sup>52</sup> SEP. op. cit., p. 114

Cada cultura tiene sus propios patrones de “modelo físico” [...] La aceptación o rechazo de su imagen corporal, dependerá de la autoevaluación que el sujeto haga de sí mismo en función del prototipo social establecido de hombre y mujer ideal y de la reacción de aceptación o rechazo ante su imagen corporal de las personas más directamente vinculadas con él (familia, amigos y compañeros).<sup>53</sup>

El desarrollo físico que se tiene en la infancia va directamente relacionado con el autoconcepto físico del niño, la autoimagen que el niño tenga se va a ver reflejada en su autoestima. Son varios los factores que determinan este autoconcepto físico y que son estimulados desde la infancia. Uno de los aspectos del autoconcepto físico es la obesidad infantil, aunque no es un tema del que se hablara ampliamente, es importante mencionarlo.

Entre las distintas dimensiones del autoconcepto, el autoconcepto físico juega una papel de suma importancia en la constitución de la autoestima global, en el se implican la apariencia física, la salud y el dominio del movimiento. Dentro del dominio físico cabe diferenciar también otras dimensiones, como el atractivo corporal, la competencia deportiva, la fuerza física y la condición física.<sup>54</sup>

Cuando hablamos de imagen corporal y autoconcepto, una de las diferencias de talla que, a partir de la tercera infancia, puede afectar seriamente el bienestar psicológico y físico es la obesidad, aunque son muchos los factores que determinan esta enfermedad, uno de ellos es un autoconcepto desvalorizado y que en la mayoría de los casos esta relacionado con una baja autoestima. La alta autoestima esta relacionada con la satisfacción y el sentirse bien, mientras que la baja autoestima se relaciona con la depresión y la ansiedad.

Indirectamente el desarrollo físico influye en las actitudes hacia sí mismo y hacia los demás: un adolescente puede sufrir emocionalmente si lo llaman “gordinflón”, “patoso” [sic], etc. Estas influencias son más profundas al final de la edad escolar, cuando su cuerpo se esta transformando de niño en adulto.<sup>55</sup>

La autoestima pretende fomentar la capacidad de quererse, valorarse y sentirse como tal. Para una mejor autoestima el niño debe dejar de lado los sentimientos negativos sobre su capacidad e inseguridad.

---

<sup>53</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. op. cit., p. 332

<sup>54</sup> GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. op. cit., p. 42

<sup>55</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. op. cit., p. 319

Se ha observado un incremento en la autoestima en los años de transición de la infancia a la adolescencia, se advierte una elevación de la conciencia de sí, un ligero rebajamiento en la autoestima y una mayor inestabilidad del autoconcepto. Sin embargo, por encima de los 13 años, se ha encontrado una mejora tanto en la estabilidad del concepto de sí mismo cuanto en la estimulación propia.<sup>56</sup>

El aspecto físico y su desarrollo, unido al proceso de formación de la autoestima, son componentes primordiales si se desea que el niño tenga una vida integral. Lo que el infante piense de sí mismo, es completamente significativo para determinar su personalidad y posiblemente se puede predecir lo que será de adulto, de ahí la importancia de los primeros años, de la educación y de lo que ocurre en su entorno familiar y social.

Así pues, tener un autoconcepto equivocado de nosotros mismos o tener una baja autoestima son dos errores frecuentes, que pueden incidir en nuestro aprendizaje y en nuestra vida de modo nefasto. Por el contrario, lograr un autoconcepto realista y un alta autoestima es un objetivo deseable, tanto para facilitar el aprendizaje, como para lograr un adecuado desarrollo personal.<sup>57</sup>

Un aspecto importante a considerar es: promover siempre en el niño la importancia de ser honestos de verdad, para que el concepto de sí mismo que vaya formando sea realista y así procurar que el resultado no sea desfavorable, por pretender ser algo que no es.

Un autoconcepto realista y una autoestima alta también tienden a mantenerse estables, sólo que en este caso la espiral crece en sentido positivo: el autoconcepto alto también actúa como profecía autocumplida, pero en este caso sus efectos son deseables, se pierde el riesgo de depresión, la persona está más satisfecha de sí misma y tiende a elegir metas más altas, pero accesibles y a poner más dedicación y esfuerzo para lograrlas.<sup>58</sup>

Para que todo lo que el niño se proponga en la vida a corto o a largo plazo tenga resultados favorables, es importante que su autoestima este en un nivel alto, porque será lo que fomente en el niño un espíritu de perseverancia y así lograr sus objetivos.

Lo importante del autoconcepto que tengamos de nosotros mismos es que se trata de una dimensión que no queda estática y pasiva en la mente, sino que influye en nuestro estado de ánimo, en lo satisfechos o avergonzados que estemos de nosotros mismos, e influye también de modo decisivo en nuestro comportamiento, en cómo

<sup>56</sup> GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. op. cit., p. 341

<sup>57</sup> GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. op. cit., p. 41

<sup>58</sup> *Ídem*

actuamos con los demás y en cómo se espera que los demás nos traten. Del autoconcepto que uno tenga dependen cuáles son los objetivos que uno se plantea en su vida y, también, los medios que uno puede y decide elegir para lograrlos, de modo que actúa como profecía autocumplida y su influencia en los resultados del aprendizaje, según algunos estudios resulta ser superior a la de la inteligencia general.<sup>59</sup>

Cada integrante de familia, cada profesor, cada compañero, cada amigo, cada persona cercana al niño va a influir en la formación de su autoconcepto; por lo tanto debemos de ser conscientes del papel que jugamos en la educación de los niños del país, en especial los niños de nuestro México.

### 3.3 Características del desarrollo social

Otro aspecto de importancia en el desarrollo del niño en edad escolar, es el social, ya que influye en la forma en que se desenvuelve, en un principio el único entorno social es su familia, al entrar a la escuela, son sus amigos, y conforme va creciendo, cambian los círculos sociales. “A medida que los niños de seis a once años se van haciendo más fuertes y capaces a nivel físico, y más razonables y lógicos a nivel cognitivo, sus crecientes capacidades sirven como fundamento para unos extraordinarios logros psicológicos y sociales.”<sup>60</sup>

El desarrollo que se da en la edad escolar, incluyendo todos los aspectos que abarca, dota al niño de miles de experiencias que lo ayudan a ir formando un concepto de sí mismo, lo característico del desarrollo social es que es el contexto lo que va forjando la personalidad del niño, y así conforme pasan los años adquiere una visión y un pensamiento crítico de los eventos que suceden a su alrededor.

La tercera infancia se considera como una época en la que se combinan muchas competencias distintas. Las aptitudes para aprender y analizar; para expresar emociones y para hacer amistades se han puesto en evidencia desde la primera infancia, pero ahora se conjuntan de una forma mucho más centrada y consistente, configurando una personalidad mucho más fuerte, unificada y segura de sí misma.<sup>61</sup>

---

<sup>59</sup> *Ídem*

<sup>60</sup> STASSEN, BERGER, Kathleen y Ross A. Thompson. op. cit., p. 471

<sup>61</sup> STASSEN, BERGER, Kathleen y Ross A. Thompson. op. cit., p. 472 - 473

Lo físico, esta vinculado con lo psicológico y con lo social, cuando algo falla en alguna de estas áreas afecta directamente a la otra, como un círculo en la que una depende de la otra, de tal manera que si el niño no tiene una buena imagen corporal de si mismo, su autoestima será inferior y por consiguiente será un niño que se encierre en su mundo y no tenga amistades, se vuelva solitario lo que puede desencadenar problemas de otro tipo; por lo tanto es necesario se incite con acciones al niño para mejorar en la áreas en las que tenga problemas.

En la escuela elemental, los niños se comparan entre sí, y los que están “atrasados” en comparación con sus compañeros de clase en cuestiones relativas a la maduración física pueden sentirse deficientes. El desarrollo físico durante este periodo incluso afecta las amistades, que en parte se basan en la apariencia y en la competencia física. En consecuencia, los niños que tienen un aspecto “diferente” o que tienen carencias notorias de habilidades físicas, a menudo se quedan solitarios y descontentos.<sup>62</sup>

Como ya se dijo anteriormente, una de las consecuencias que se tiene si no se cuidan aspectos físicos, psicológicos y sociales, es la obesidad, este es un problema grave ya que cada año en México aumenta el índice de obesidad infantil; al mismo tiempo la obesidad genera problemas físicos, psicológicos, sociales.

Los niños obesos tienen menos amigos que los demás niños, y cuando son aceptados en un grupo de compañeros a menudo pagan un precio alto por ello, como tener que responder a motes [sic] como “gordinflón” o “bolita”, y tener que sufrir chistes constantes sobre su tipo. El círculo vicioso del rechazo, aislamiento y autoestima baja que lleva a la inactividad, el exceso de la comida como fórmula compensatoria y, a su vez, a más rechazo por los compañeros puede causar una persistencia de la obesidad en los niños. Esto a su vez, perpetúa a los problemas psicológicos.<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> STASSEN, BERGER, Kathleen y Ross A. Thompson. op. cit., p. 412 - 413

<sup>63</sup> STASSEN, BERGER, Kathleen y Ross A. Thompson. op. cit., p. 414

**CAPÍTULO III**  
**ESCUELA NUEVA**

*“El gusto por enseñar no es otra cosa que la pasión por aprender.”  
Ortega y Gasset*

Entre muchas corrientes que ha tenido la historia de la educación, en este capítulo se habla de un movimiento renovador que, en oposición de la educación tradicional, comenzó a desarrollarse en Europa y se proyectó en distintos países del mundo desde finales del siglo XIX: esto es la Escuela Nueva.

Cuando se habla de métodos activos, se piensa igualmente en los métodos nuevos, en la educación nueva, en la escuela activa, etc. por lo tanto importa explicar, para comenzar, las diferentes expresiones que forman parte de una misma corriente pedagógica. A continuación se presentan algunos datos sobre el surgimiento de este movimiento, el origen y los principales representantes.

### 3. La Escuela Nueva como una pedagogía renovadora

A fines del siglo XIX se fue conformando un movimiento que partió de una profunda crítica al modelo didáctico, que se estableció desde el origen del saber didáctico. Genéricamente se le reconoció como el movimiento de la escuela activa o escuela Nueva. Tuvo significativos desarrollos tanto en Europa, como posteriormente en los Estados Unidos, bajo el nombre de este movimiento se puede identificar el trabajo de Claparede, Montessori, Decroly, Freinet, así como Dewey. Los elementos que signan este movimiento aparecen contrapunteados con respecto a lo que se tiende a reconocer como el movimiento de la didáctica clásica. “La Escuela Nueva representa el más vigoroso movimiento de renovación de la educación.”<sup>64</sup>

El movimiento de la renovación pedagógica, de reforma de la enseñanza, que nace y se desarrolla a finales del siglo XIX y comienzos de nuestro siglo – por más que sus orígenes sean muy anteriores – no se limita a ser un simple movimiento de protesta y renovación [...] es por derecho propio una corriente educativa.<sup>65</sup>

---

<sup>64</sup>GADOTTI, Moacir. *Historia de las ideas pedagógicas*. p. 147

<sup>65</sup>PALACIOS, Jesús. *La cuestión escolar. Críticas y alternativas*. p. 25

“En las escuelas “nuevas” la espontaneidad, el juego, el trabajo, son elementos educativos siempre presentes: por eso se les llamara después “activas””<sup>66</sup>, más adelante se menciona los diferentes autores que hablan de la Escuela Nueva. Hablar de Escuela Nueva nos remite a un movimiento desarrollado a partir de los últimos años del siglo XIX, en relación con determinadas ideas sobre la educación y sus prácticas que en Europa y en distintos países del mundo surgieron para contraponerse a la Educación Tradicional.

La Escuela Nueva, también conocida por diferentes autores como Escuela Activa, "Nueva Educación" o incluso "Educación Nueva", es un movimiento pedagógico surgido a finales del siglo XIX. Algunos autores distinguen en este movimiento una subcorriente o corriente ya posterior y de carácter más liberal aún a la que denominan Escuela Moderna.<sup>67</sup>

No hay que perder de vista las peculiaridades contextuales en el inicio y en los distintos momentos de la evolución del movimiento de la Escuela Nueva en diversos países del mundo. Sin duda, la complejidad de dicho movimiento no sólo hace referencia a las aportaciones recibidas a partir de diversas corrientes, sino también a las particularidades de la expresión de sus principios fundamentales en distintos contextos nacionales y en diferentes momentos históricos, de las cuales no podemos prescindir si en verdad aspiramos a calibrar el impacto del movimiento renovador con sus variados matices.

La Escuela Nueva surge en Europa en un contexto histórico propicio, ya que sus principios educativos, su metodología y su praxis escolar sintonizan a la perfección con el tipo de enseñanza que necesitan y desean las nuevas clases medias, ya constituidas como las fuerzas más modernas y progresistas de una sociedad que comienza una imparable carrera de cambios y progreso en campos tan diversos como el político y social o el industrial y tecnológico.<sup>68</sup>

Los hechos ocurridos entre las dos guerras mundiales tuvieron una enorme influencia en el movimiento de la Escuela Nueva, sin olvidar que estos hechos no fueron el origen de este movimiento, aunque fueron de importancia en el desarrollo de esta corriente pedagógica.

<sup>66</sup> ALIGHIERO, Manacorda Mario. *Historia de la educación II. Del 1500 a nuestros días*. p. 478

<sup>67</sup> Wipipedia. La enciclopedia Libre. *Escuela Nueva*. Dirección URL [http://es.wikipedia.org./Escuela\\_Nueva](http://es.wikipedia.org./Escuela_Nueva) [Consulta: 24 de marzo 2009].

<sup>68</sup> *El movimiento de la escuela nueva*. Dirección URL [http://eduso.files.wordpress.com./2008/05/01escuela\\_nueva.pdf](http://eduso.files.wordpress.com./2008/05/01escuela_nueva.pdf). [Consulta: 24 de marzo 2009].

[...] un estímulo importante para un movimiento que ya había recorrido un camino considerable. El principio de ese camino quizá llevase, retrocediendo, a una serie de transformaciones sociales, económicas y demográficas como son el auge del industrialismo, la transformación de las estructuras rurales, la conversión de la familia patriarcal en nuclear, etcétera; llevaría también a una serie de transformaciones políticas, caracterizadas por la aspiración democrática, por la lucha por alcanzar los ideales de libertad, igualdad y fraternidad, por el deseo de remodelación del mundo; transformaciones, en el otro extremo, caracterizadas por el progresivo auge del capitalismo y por la segregación cada vez más acentuada de las capas sociales en las que éste apoyaba su expansión.<sup>69</sup>

Es en un contexto como éste, donde precisamente surge y se desarrolla la Escuela Nueva, en reacción a la Educación Tradicional; un movimiento que, así mismo, tuvo una notable influencia más allá de las fronteras de Europa y Norteamérica. “La educación nueva surge también como reacción a la actitud especulativa del idealismo y positivismo filosóficos y, sobre todo como reacción a la educación tradicional.”<sup>70</sup>

La Escuela Nueva como lo mencionan varios autores, fue un movimiento pedagógico que se dio a principios del siglo XIX y finales del XX, con la única razón y finalidad de transformar la educación. Esta nueva educación tiene como característica central la educación del niño, la paz, la colaboración, la felicidad, el interés espontáneo, la actividad y sobre todo la libertad y autonomía.

En todo lo relacionado con la Escuela Nueva, un aspecto de suma importancia y que es un concepto vital para el desarrollo de esta corriente es el niño, pero sobre todo, la personalidad del niño. Esta corriente educativa se centra principalmente en las características del niño, es el centro de atención, todo gira alrededor de sus ideas, creaciones, etc. El autor Mario Alighiero hace una pequeña descripción de cómo eran las Escuelas Nuevas: “A menudo son escuelas en el campo, en medio de bosques, dotados de instrumentos de laboratorio, fundadas en el autogobierno y en la cooperación, en las que se busca respetar y promover al máximo la personalidad del niño”<sup>71</sup>

---

<sup>69</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 27

<sup>70</sup> *Ídem*

<sup>71</sup> ALIGHIERO, Manacorda Mario. op. cit. p. 478

Los aportes que brindó la Escuela Nueva se extendieron por muchas partes del mundo, y tuvieron gran influencia en la manera en que se veía a la educación, pero principalmente la importancia que se le da al niño, a su desarrollo y a la actividad espontánea.

“La teoría y la práctica de la Escuela Nueva se diseminaron por muchas partes del mundo, fruto ciertamente de una renovación general que valoraba la autoformación y la actividad espontánea del niño. La teoría de la Escuela Nueva proponía que la educación fuera instigadora de los cambios sociales y, al mismo tiempo, se transformara porque la sociedad estaba cambiando.”<sup>72</sup>

La corriente de la Escuela Nueva está en contraposición de la Escuela tradicional, hablar a grandes rasgos de Escuela Tradicional, es hablar de sistema autoritario, el profesor es el único centro y él posee la verdad absoluta, el niño en esta escuela se le asemeja a una esponja, sólo absorbe la información que se le proporciona, no opina. La Escuela Nueva llega con un contraste opuesto a la Escuela Tradicional, esta nueva perspectiva llega como nuevo modelo en el cual como ya lo mencionamos el niño es lo más importante e incluye elementos como la creatividad, iniciativa y espíritu entre otras cosas, que son significativas en el desarrollo del niño y no sólo en su infancia, sino en toda su vida.

La Escuela Tradicional no deja que el niño explore otros horizontes se limita a la memorización del contenido básico expresado por el profesor, en la Escuela Tradicional el niño no opina, no expresa, su campo de trabajo está delimitado. “La Escuela Nueva por el contrario, introducirá bajo el rótulo de actividades libres toda una serie de trabajos destinados a desarrollar en el niño la imaginación, el espíritu de iniciativa, y en cierta medida la audacia creadora.”<sup>73</sup>

La Escuela Nueva viene a cambiar la forma de pensar de la Escuela Tradicional, se preocupa por los alumnos y sus intereses; llega a replantear las formas tradicionales de la enseñanza. Por eso el alumno es el centro del aprendizaje, a esto se le llamó *paidocentrismo*.

---

<sup>72</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 147

<sup>73</sup> GILBERT, Roger. *Las ideas actuales en pedagogía*. p. 95

Sólo el alumno podría ser autor de su propia experiencia. De ahí el *paidocentrismo* (el alumno como centro) de la Escuela Nueva. Esa actitud necesitaba de métodos activos y creativos también centrados en el alumno. Así los *métodos de enseñanza* significaron el mayor avance de la Escuela Nueva.<sup>74</sup>

Hablar de Escuela Nueva es hablar de cambio, un cambio en todos los sentidos, desde el aula, hasta los mismos alumnos, y como todo cambio trae consigo nuevas características que fortalecen el trabajo en el aula. “Psicología y trabajo. Bajo este binomio se pueden ordenar las iniciativas de las escuelas nuevas”<sup>75</sup> Esta es la esencia de la Escuela Nueva, un movimiento renovador que nos da herramientas para contribuir a la recomposición de vínculos entre el mundo actual y el ayer en cuanto al campo educativo.

La Escuela Nueva es uno de los referentes históricos fundamentales de muchas de las ideas y de las acciones pedagógicas actualmente en boga en diferentes lugares del planeta.

### 3.1 Algunas notas sobre la Escuela Nueva y sus autores

“La larga historia y la extensión de la Escuela Nueva [...] hacen que este movimiento tenga un importante elenco de autores entre los que existen diferencias que van desde detalles anecdóticos hasta principios básicos sustanciales.”<sup>76</sup>

La lista de autores que realizan aportaciones a la Escuela Nueva es extensa, cada uno de los autores se sitúa en una etapa diferente de esta corriente.

[...] etapa individualista, idealista y lírica, que es la etapa romántica de la Escuela Nueva; Rousseau, Pestalozzi, Froebel, Tolstoy, Key. La segunda etapa es la de los grandes sistemas, [...] Dewey, Claperade, Montessori, Decroly, Kerschensteiner y Ferriere caracterizan esta fructífera etapa del movimiento. Puede distinguirse un tercer momento [...] puede distinguirse a los franceses Cousinet y Freinet, los ingleses Neill, Reddie y Hahn.<sup>77</sup>

<sup>74</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 149

<sup>75</sup> ALIGHIERO, Manacorda Mario. op. cit. p. 481

<sup>76</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 35

<sup>77</sup> *Ibidem*, p. 35

En seguimiento con el capítulo se exponen ideas de los autores más representativos de este movimiento y sus aportaciones más significativas. El orden en que se presentan no es exactamente cronológico y mucho menos uno es más importante que otro.

Cuatro educadores son considerados precursores del movimiento de Escuela Nueva: Jean-Jacques Rousseau, Pestalozzi, Froebel y Herbart. Estos pedagogos pusieron las bases teóricas de la educación contemporánea que, en buena parte, sigue vigente en la actualidad. Sus herederos, y muy especialmente el movimiento de Escuela Nueva, reconocerán en todo momento la autoridad de dichas figuras pedagógicas como el sustento de su teoría y praxis educativas.<sup>78</sup>

Adolphe Ferriere, entre otros autores de esta corriente le dan gran importancia al desarrollo del niño y a la infancia, para este autor las actividades que realiza el niño deben de ser espontáneas, actividades que le den impulso de vida. Considera la educación como un puente para que el niño siga conservando la creatividad, entusiasmo y espontaneidad.

Uno de los pioneros de la Escuela Nueva es ciertamente Adolphe Ferriere [...] Ferriere consideraba que el *impulso vital espiritual* es la raíz de la vida, fuente de toda actividad, y que el deber de la educación sería conservar y aumentar ese impulso de vida. Para él, el ideal de la escuela activa es la actividad espontánea, personal y productiva.<sup>79</sup>

Por esta misma razón, hace una fuerte crítica a la Escuela Tradicional, para él esta Educación Tradicional hace que el niño no exprese sus emociones, no sea curioso, no sea alegre y por consiguiente que inhiba sus sentimientos, con el temor de recibir algún castigo. “Ferriere criticaba a la *escuela tradicional* afirmando que ésta había sustituido la alegría de vivir por la inquietud, el regocijo por la gravedad, el movimiento espontáneo por la inmovilidad, las risas por el silencio.”<sup>80</sup>

Dewey es otro autor que crítica también a la Escuela Tradicional; para él, la enseñanza que se da en el aula debe ser por medio de la acción y no como lo

<sup>78</sup> *El movimiento de la escuela nueva*. Dirección URL [http://eduso.files.wordpress.com./2008/05/01escuela\\_nueva.pdf](http://eduso.files.wordpress.com./2008/05/01escuela_nueva.pdf). [Consulta: 24 de marzo 2009].

<sup>79</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 147

<sup>80</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 148

Tradicional que es la instrucción. “El educador norteamericano John Dewey fue el primero en formular el nuevo ideal pedagógico, afirmando que la enseñanza debería darse por la acción (*learning by doing*) y no por la instrucción.”<sup>81</sup>

Son varios los nombres con los que se le conoce a esta corriente educativa, algunos la llaman Escuela Nueva, Escuela Activa, y otros como Claparede, Educación funcional.

“John Dewey, él fue el defensor de la Escuela Activa, que proponía el aprendizaje a través de la actividad personal del alumno. Su filosofía de la educación fue determinante para que la Escuela Nueva se propagara por casi todo el mundo.”<sup>82</sup>

Otro autor es E. Claparede, este autor repitió en Europa la actuación de John Dewey. Aunque para este autor la sola actividad del niño no era suficiente. Propone que las actividades para los niños sean individualizadas.

El suizo Édouard Claparede prefirió dar a la escuela activa otro nombre: *educación funcional*. Explicaba que la sola actividad no era suficiente para explicar la acción humana. Actividad educativa era sólo la que correspondía a una *función vital* del hombre. No cualquier actividad se adecuaría a todos. La actividad debería ser individualizada – sin ser individualista – y, al mismo tiempo, social y socializadora.<sup>83</sup>

Otra autora que siguió los pasos de Pestalozzi; entre otros, es María Montessori. Entre sus inmensas aportaciones a la educación, propone que el maestro tiene que tener un cambio de actitud para poder transmitirlo, hay que tener amor al trabajo y también debe existir amor entre el niño y el maestro (tener una buena relación). Montessori afirmaba que dar libertad un niño no quiere decir que se deba abandonarlo a su propia suerte y, mucho menos, descuidarlo.

Montessori: proponía despertar la actividad infantil a través del estímulo y promover la *autoeducación* del niño, colocando medios adecuados de trabajo a su disposición. El educador por lo tanto, no actuaría directamente sobre el niño, pero ofrecería medios para su autoformación. María Montessori sostenía que sólo el niño es educador de su personalidad.<sup>84</sup>

---

<sup>81</sup> *Ídem*

<sup>82</sup> *Ibidem*, p. 153

<sup>83</sup> *Ibidem*, p. 151

<sup>84</sup> *Ibidem*, p. 157

### 3.2 ¿Qué es la educación integral?: La educación integral en la Escuela Nueva

Es difícil encontrar un concepto universal de lo que es la educación integral, existen múltiples nociones. Ahora bien, al hablar de educación integral, nos remite primeramente al significado de educación, este concepto también tiene una amplia gama de significados, dependiendo del autor, del contexto etc. Al dar respuesta sobre que es la educación integral dejaremos de lado el significado de educación como tal, ya que es un tema extenso y no es el tema central de esta tesina. A continuación se presentan algunas notas desde diferentes perspectivas sobre la educación integral.

[...] la Educación, entendida como el proceso por el cual el hombre puede alcanzar su pleno desarrollo en los ámbitos físico, biológico, emocional, intelectual y espiritual al irse socializando, lo que incluye el conocimiento de los valores en los que se sustenta la vida diaria y que se traducen en actitudes, conductas y comportamientos que regulan cualquier actividad personal, familiar o social. Este proceso debe conducirse de manera integral, es decir, considerando al ser humano como un sistema complejo, en el que cada subsistema crezca y se desarrolle armoniosa y proporcionadamente para así alcanzar la plenitud de cada parte, cuyo resultante será la plenitud del sistema total denominado PERSONA.<sup>85</sup>

En esta cita se toma a la educación integral como el pleno desarrollo de la persona en diferentes aspectos de su vida, como el social, emocional, intelectual y espiritual, pero ¿cómo lograr una educación así?, ¿es la escuela la que da esta plenitud? En este punto considero que el plantear el desarrollo espiritual nos llevaría a otro tema más amplio, por lo cual no considero relevante ampliar el tema.

Para lograr un auténtico e integral desarrollo de la persona es necesario que la educación, en cualquiera de sus niveles y formas de impartirse en el sistema educativo nacional lo sea de manera integral, es decir, incluyendo aspectos humanistas que propicien el desarrollo de actitudes de solidaridad, responsabilidad y lealtad, respondiendo así a las necesidades de los propios estudiantes, sus familias, los empleadores y la sociedad.<sup>86</sup>

---

<sup>85</sup> SIERRA, André Francisco. *Educación integral; plenitud necesaria*. Episteme. Docencia e investigación un solo espacio. Dirección URL [http://www.uvmnet.edu/investigacion/episteme/numero1-04/enfoque/a\\_educacion.asp](http://www.uvmnet.edu/investigacion/episteme/numero1-04/enfoque/a_educacion.asp) [Consulta: 31 de enero 2009].

<sup>86</sup> *Ídem*

Esta otra concepción del mismo autor, agrega elementos que la complementan. Para mí el punto de contar con una educación integral es definitivamente incluir la parte humanística, esta mirada humana es la que nos lleva a meditar sobre los aspectos de la vida, corregir aquellos en los que se tienen fallas y estimular en los buenos.

Lo que llevará a un desarrollo integral. Lo significativo de esta cita es que debe existir un buen desarrollo en uno mismo, sino que también incluye todos los aspectos, social, laboral, familiar etc.

Para que el desarrollo personal y la educación integral se lleven a cabo, en gran medida depende de la autoestima de cada persona. Ya se mencionó anteriormente la importancia de la autoestima, sus beneficios y sus consecuencias cuando no se estimula positivamente.

Lo que pretende la Escuela Nueva es que el niño se desarrolle en todos los aspectos, respeta íntegramente la personalidad de cada uno y poco a poco lo prepara para la vida adulta, en un futuro.

La orientación de la Escuela Nueva: preparar al niño para el triunfo del espíritu sobre la materia, respetar, desarrollar la personalidad del niño, formar el carácter y desarrollar los atractivos intelectuales, artísticos y sociales propios del niño, en particular mediante el trabajo manual, y la organización de una disciplina personal libremente aceptada y el desarrollo del espíritu de cooperación, la coeducación y la preparación del futuro ciudadano, de un hombre consciente de la dignidad de todo ser humano.<sup>87</sup>

“La nueva educación debe proporcionar a cada niño la posibilidad de desarrollarse íntegramente, cualquiera que sea su origen social.”<sup>88</sup> La UNICEF, no desarrolla un concepto de lo que es la educación integral, simplemente se limita a mencionar que una nueva educación debe llegar a todos lados sin importar orígenes sociales, lo que verdaderamente le importa es que el niño se desarrolle íntegramente.

---

<sup>87</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 35 *Apud* R. GAL, en *Mialaret*, G. p. 33

<sup>88</sup> UNICEF. *Un enfoque de la educación para todos basado en los derechos humanos*. Dirección URL <http://www.ungei.org/spanish/resources/files/EDUCACIONPARATODOS.pdf> [Consulta: 31 de enero 2009]

El objetivo de un enfoque de la educación basado en los derechos humanos es muy sencillo: asegurar a todos los niños una educación de calidad que respete y promueva su derecho a la dignidad y a un desarrollo óptimo. Ahora bien, alcanzar ese objetivo es una tarea muchísimo más complicada.<sup>89</sup>

Siguiendo con las declaraciones que emite la UNICEF, esta promueve y exige que los todos los niños reciban una educación de calidad, integra y con dignidad. Acepta que es un objetivo complicado, debido a la situación de varios países.

El respeto por el niño pregonado por la Escuela Nueva equivale muchas veces a *renunciar a la dirección educativa*, a señalar las influencias con las cuales la burguesía impregna todo lo social, sobre todo hoy, cuando ella domina, en los países capitalistas, los medios de comunicación más poderosos de información y de formación de la mentalidad popular. Educar no es ser omiso, ser indiferente, ser neutro frente a la sociedad actual. Dejar al niño a la educación espontánea de la sociedad es también dejarlo al autoritarismo de una sociedad nada espontánea. El papel del educador es intervenir, tomar posición, mostrar un camino, y no omitirse. La omisión es también una forma de intervención.<sup>90</sup>

El camino para que el niño desarrolle una educación integral, es complicado, e influyen muchos factores que obstaculizan este desempeño, tales como el contexto social, familiar, político, económico etc. Como educadores, como personas preocupadas por la educación muchas veces vamos contra aquello que esta impuesto incluso por los medios de comunicación, con tal de no perder de vista y lograr el objetivo de que los niños consigan la educación integral que tanto hace falta.

Un aspecto muy importante que incluye la Escuela Nueva en cuanto a lo que debe contener la educación integral es la parte física, esta parte física se refiere a que el niño debe de estar bien físicamente. Debe tener un buen autoconcepto de sí mismo, hablando de su cuerpo. La práctica de la actividad física es un componente casi obligatorio de la educación integral. Este tema se ampliará más adelante en otro capítulo. “La educación nueva sería integral (intelectual, moral y física); activa; práctica (con trabajos manuales obligatorios, individualizada); autónoma (campestre en régimen de internado y coeducación).”<sup>91</sup>

---

<sup>89</sup> *Ídem*

<sup>90</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 153

<sup>91</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 148

Algo que no se debe olvidar y que es preciso recordar es la importancia de respetar la infancia del niño y en eso la escuela tiene mucho que ver ya que en cada etapa y en cada niño se desarrollan diferentes aptitudes y la escuela no debe forzar a que las realice si es que se encuentra en otra etapa, las características que desarrollan los niños en cada etapa ya se mencionaron en el capítulo uno. “La escuela debe preservar el periodo de la infancia, que muchas veces se acorta, no cuidando etapas que deberían ser respetadas.”<sup>92</sup> Lo que quiere decir esta cita es que algunas escuelas no son consientes de que los niños son niños, los tratan como máquinas y esperan de ellos más de lo que en ese momento pueden dar, haciendo que el niño se frustre y tenga una percepción errónea de sus capacidades. Las escuelas y su personal deberían conocer más a fondo las características de los niños, tienen que tener presente el perfil de cada niño respetando así sus particularidades. La infancia es la etapa más importante del niño y seguramente se verá afectada en un futuro si es que esta etapa no la disfruta al máximo.

Hablando sobre el respeto de la infancia, hay que mencionar el valor de la creatividad, la escuela debe encargarse de potenciar esta cualidad, esto es algo que promueve la Escuela Nueva, y tiene la ventaja de que el niño al ser creativo, al mismo tiempo fomente la autonomía. “La educación nueva se ve llevada a enfatizar la significación, calor y dignidad de la infancia, a centrarse en los intereses espontáneos del niño, a potenciar su actividad, libertad y autonomía.”<sup>93</sup>

La Escuela Nueva tiene varios principios sobre los cuales se desarrolla la educación integral. “A través de los principios de la *iniciativa, originalidad y cooperación* pretendía liberar las potencialidades del individuo rumbo a un orden social que, en lugar de ser cambiado, debería ser progresivamente perfeccionado.”<sup>94</sup>

---

<sup>92</sup> *Ibidem* p. 161

<sup>93</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 28

<sup>94</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 154

“Los nuevos pedagogos consideran que el niño es libre y debe vivir en un ambiente de libertad”<sup>95</sup>. Esta es una cita muy acertada, porque se debe dejar atrás esa época en donde el niño era un ser pasivo, donde no podía ser creativo. Los comprometidos encargados de la educación, me incluyo, luchamos por defender la libertad del niño en todos los sentidos, porque esto favorecerá el buen desarrollo integral del niño. Entendido esto como lograr formar niños que tengan un buen concepto de sí mismos, que tengan una alta autoestima y que consideren cada acto que realicen como un logro de los muchos que tendrán en su vida, esto con la ayuda de la escuela, de los padres de familia y de su entorno social en el que se desenvuelve.

Son varios los aspectos en los que el niño debe tener la libertad de expresar sus sentimientos, inquietudes, aptitudes y habilidades entre otras cosas, pero en definitiva la escuela es el principal motor para estimular las características del niño. Es por eso que en la escuela se debe tener un ambiente de alegría, de entusiasmo para que el niño se sienta en confianza de expresar todo lo que tenga dentro.

La escuela debe hacer amar al trabajo. Muchas veces enseñan a detestarlo creando, en torno a las obligaciones que impone, asociaciones afectivas desagradables. Es, pues indispensable que la escuela sea un ambiente de alegría, donde el niño trabaje con entusiasmo.<sup>96</sup>

“Lo que, en definitiva, la Escuela Nueva lleva a efecto es una traslación del eje educativo: del adulto al niño, de lo social a lo individual.”<sup>97</sup> Es muy claro lo que pretende la Escuela Nueva, y es importante señalar que para que se lleve a cabo esta traslación la Escuela Nueva dota al niño de todas las herramientas necesarias para que al convertirse en adulto tenga un criterio más amplio y pueda tomar mejores decisiones.

La educación es entendida por el movimiento de la Escuela Nueva como un proceso para desarrollar cualidades latentes en el niño y la misma naturaleza infantil más que para llenar su espíritu con otras cualidades elegidas arbitrariamente por los adultos; por otra parte, para que pueda darse la educación es imprescindible que el niño pueda asimilar de manera directa e inmediata aquello que le rodea, sin imposiciones ni mediaciones propias de los adultos.<sup>98</sup>

<sup>95</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 31

<sup>96</sup> GADOTTI, Moacir. op. cit. p. 161

<sup>97</sup> PALACIOS, Jesús. op. cit. p. 31

<sup>98</sup> *Ídem*

Otros aspectos que considera la Escuela Nueva en cuanto a cambios, es la actitud de los maestros, los alumnos, los contenidos curriculares, los programas y los métodos. Nos encontramos en un momento en el que se impulsan reformas mundiales para la educación bajo la perspectiva de impulsar la calidad de la educación y a través de ellas se busca modificar la práctica docente, esta disciplina constituye un elemento fundamental para diseccionar el sentido educativo y pedagógico de las mismas.

La meta es restablecer la vida en el aula. De esta manera método y contenido se subordinan a aquellos elementos vivos que se encuentran en el entorno social, cultural y escolar. Los contenidos se reducen, pero el trabajo que se realiza con relación a los mismos adquiere un sentido mayor y por lo tanto tiene más significatividad.

Las innovaciones educativas pueden tener distintos signos, incluso paradójicamente pueden colocarse en modelos educativos con los cuáles aparentemente se lucha, como los elementos que se centran en la retención y manejo de la información como función central del aprendizaje. La didáctica es una disciplina fundamental para la comprensión de la transformación del trabajo en el aula, para planificar una reforma educativa y entender el sentido de una innovación en la educación.

**CAPÍTULO IV**  
**ACTIVIDAD FÍSICA, EDUCACIÓN**  
**FÍSICA Y EDUCACIÓN INTEGRAL**

*“La naturaleza nos entrega al niño como un todo inseparable,  
como una unidad orgánica sustancial,  
con aptitudes polifacéticas del corazón, del espíritu y del cuerpo.  
Ella quiere decididamente que ninguna de estas aptitudes  
permanezca en estado rudimentario.*

*El desarrollo de una de ellas no sólo va unido inseparablemente al desarrollo de la otra,  
sino que también se desarrolla cada una de estas aptitudes  
por medio de la otra y a través de ella”  
Pestalozzi*

Gimnasia, actividad física, ejercicio físico, movimiento, motricidad, Educación Física, conducta motriz, deporte... son términos a menudo usados como sinónimos, pero su significado no es absoluto idéntico, sino más bien es una prueba de la heterogeneidad de contenidos. En este capítulo se habla de los conceptos de actividad física, Educación Física y los beneficios físicos, emocionales y sociales en el niño.

#### 4. Concepto de actividad física

Hablar de actividad física, es referirnos al movimiento, a la interacción, a el cuerpo y al actuar humano, como algo cotidiano y propio del individuo. A continuación se exponen algunos conceptos de actividad física que dan diferentes autores.

A manera de inicio se presenta la diferencia entre actividad física y deporte que marca la Ley General de Cultura Física y Deporte, y que nos permite descartar al deporte como sinónimo de actividad física:

“Deporte: actividad física ejercida como competición que se rige por unas normas. En muchos países europeos el término deporte abarca todo tipo de ejercicios y actividades físicas realizadas durante el tiempo libre.”<sup>99</sup>

“Actividad física son los actos motores propios del ser humano, realizados como parte de las actividades cotidianas.”<sup>100</sup>

---

<sup>99</sup> Ley General de Cultura Física y Deporte. Artículo IV, Fracción III, MÉXICO, 2003. p. 3

<sup>100</sup> *Idem.*

La Ley marca que la actividad física es cualquier movimiento realizado por el hombre, y que todos nosotros en algún momento del día realizamos actividad física, cabe señalar que el concepto que nos marca esta Ley es global, los siguientes conceptos marcan la diferencia sobre lo que se le considera actividad física.

La actividad física se presenta en todas las actividades cotidianas como trabajar, caminar, realizar quehaceres domésticos, en cambio, el ejercicio es planeado, estructurado y repetitivo con un mayor o menor consumo de energía, su finalidad es producir un mejor funcionamiento del propio organismo.<sup>101</sup>

Este concepto marca la diferencia entre actividad física y ejercicio, la actividad física es el movimiento que ejerce el cuerpo al realizar una actividad específica en la casa, en el trabajo, en la calle, con los amigos, el dar un paseo; etc. El ejercicio por su parte requiere de una metodología a seguir, lo que parece importante mencionar es que tanto el ejercicio como la actividad física coinciden en que su finalidad es producir un mejor funcionamiento en el cuerpo. Hay personas que realizan actividad física y no saben que la están haciendo, no se dan cuenta que al mismo tiempo están propiciando el cuidado de la salud.

La actividad física es cualquier movimiento voluntario producido por la contracción músculo esquelético, que tiene como resultado un gasto energético que se añade al metabolismo basal. La actividad física puede ser clasificada de varias maneras, incluyendo tipo, intensidad y propósito.<sup>102</sup>

Existen diferentes perspectivas desde las cuales se da un concepto de actividad física, el concepto anterior está orientado hacia la promoción de la salud, clasifica la actividad física según su tipo, intensidad y propósito. En otras palabras la define como cualquier movimiento corporal actual de contracción muscular, que incluya pérdida energética. Siguiendo la línea de la autora Fernández García, se presenta una tabla comparativa en la cual menciona algunas recomendaciones sobre actividad física según las diferentes etapas de la vida, además que clasifica la actividad física en leve, moderada y vigorosa.

---

<sup>101</sup> FERNÁNDEZ GARCÍA, Victoria y Hernández Tezoquipa Isabel. *Ejercicio y actividad física: pilar en la reducción de enfermedades. La enfermería y su labor preventiva*. p. 2

<sup>102</sup> Ídem

CUADRO 3. RECOMENDACIONES SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA SEGÚN ETAPAS DE LA VIDA		
ETAPAS DE LA VIDA	RECOMENDACIONES	OBSERVACIONES
<b>Niños y personas jóvenes</b>	Realizar 60 minutos de moderada intensidad cada día, preferentemente diario.	Es importante que los padres compartan actitudes y conductas activas con los niños, motivándoles a juegos activos y disminuyendo periodos prolongados de sedentarismo. _ Procurar incluir actividades para mejorar la salud de los huesos (de alto estrés sobre los huesos) fuerza muscular y flexibilidad.
<b>Adultos</b>	Para un beneficio general de la salud realizar al menos 30 minutos al día de actividad física de moderada intensidad durante 5 o más días a la semana.	Las recomendaciones pueden ser realizadas en una sesión diariamente o a través de varios episodios de actividad de 10 minutos o más. _ La actividad física puede ser un estilo de vida activo, ejercicio estructurado o deporte, o una combinación de estos. _ Existe el efecto dosis respuesta, por lo cual el incremento de intensidad, frecuencia y tiempo tendrá mejores efectos en la salud.
<b>Adultos mayores</b>	Realizar 30 minutos al día de actividades físicas o ejercicio de resistencia o aeróbico, alternado con ejercicios de fortalecimiento, equilibrio y flexibilidad. _ El ejercicio de estiramiento se recomienda al menos 3 veces a la semana por 15 minutos, después de calentar músculos.	Aumentar la actividad física después de los 60 años tiene un impacto positivo sobre condiciones crónicas que afectan a los adultos mayores, como hipertensión, diabetes, enfermedades del corazón, accidente vascular cerebral, cáncer y artritis. _ Las personas mayores, aumentan y mantienen su movilidad. _ Las actividades que ayudan al equilibrio y a la fuerza son benéficas para este grupo de edad.

103

Es importante realizar actividad física en todas las etapas de la vida, pero sobre todo en la infancia, ya que es una etapa en donde se puede compartir la actividad con los padres, los amigos, con la familia, etc. En este caso el apoyo de los padres hacia sus hijos es de vital importancia, ya que son los que deben de poner el ejemplo y así los niños se sientan motivados a realizarla; en cambio si los padres no realizan ninguna actividad, están promoviendo en los hijos el sedentarismo, el estado de sedentarismo es preocupante en todas las etapas, pero aún más en la infancia, ya que en México según cifras de la Secretaria de Salud, se ocupa el primer lugar en obesidad infantil, sin mencionar a fondo las consecuencias de esta enfermedad, sólo tomando en cuenta que la obesidad afecta directamente a la autoestima del niño.

<sup>103</sup> FERNÁNDEZ GARCÍA, Victoria y Hernández Tezoquipa Isabel. op.cit. p.3

Algunos otros ejemplos en donde se realiza actividad física es: el trabajo en la oficina, el caminar, el subir y bajar escaleras, el levantar objetos, el barrer o el limpiar el piso, o bien, lavar los platos, tender la cama, acomodar los juguetes, estas son actividades que el niño puede realizar y que al mismo tiempo lo llevan a estar en constante movimiento.

La actividad física es, en efecto, casi cualquier actividad corporal. Sin embargo, hay que añadir que se trata de una actividad enmarcada por tres elementos que nos permitirán ubicarla con más amplitud: es una experiencia personal; en ella, el organismo es el centro de la actividad física, y es una práctica cultural.<sup>104</sup>

Los conceptos de actividad física que se han dado marcan explícitamente o implícitamente que la actividad es una experiencia personal, y es el cuerpo el centro de toda actividad.

En este sentido amplio, hay que visualizar “[...] la actividad física como un movimiento corporal intencionado, que surge de personas poseedoras de intereses, gustos, expectativas y aficiones que nos hacen acercarnos a determinadas experiencias físicas y recreativas con cierta aceptación o con rechazo.”<sup>105</sup> Respecto a la aceptación o rechazo de la actividad física podemos recodar una experiencia cuando fuimos estudiantes de secundaria. ¿Cuántas veces se nos amorataron los antebrazos con el famoso golpe bajo del balón de voleibol?, esta experiencia hizo huir a muchos de la práctica de esta actividad, y más aun discriminarla como práctica deportiva. Las actividades deportivas deben incitar al niño al realizarlas para no crear un rechazo hacia ellas.

Dentro de las actividades físicas es evidente que se puede llegar a confundir con otras disciplinas, se puede realizar alguna actividad dentro de la casa y pensar que uno hace gimnasia, podemos caminar por el parque y pensar que realizamos alguna caminata deportiva, etc. Por raro que parezca nuestra sociedad tiene un gran interés por la práctica deportiva, son las experiencias significativas derivadas de una actividad física lo que llevan a las personas a interesarse más a fondo por alguna práctica deportiva profesional. Somos un país que siempre esta en constante movimiento.

---

<sup>104</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. *La actividad física y su contribución a la promoción de la salud en la escuela.* p. 48

<sup>105</sup> *Ídem*

Si nos basamos en nuestro contexto social encontramos que entorno a la actividad física se estructuran contenidos de gimnasia, atletismo, deportes, juegos y actividades deportivas, danza, actividades de ocio y supervivencia, y se acumulan conocimientos experienciales reflexivos teóricos y científicos.<sup>106</sup>

La autora González Herrero da una opinión sobre el concepto de actividad física en donde incluye la importancia de conocer el concepto de la acción motriz, al mismo tiempo hace una diferencia entre acción motriz y movimiento. El movimiento para la autora, es una habilidad mecánica, de acuerdo a las definiciones anteriores que nos mencionan que la actividad física es cualquier movimiento que implique un gasto de energía, de esta manera no se considera habilidad mecánica, el movimiento, implica poner en juego una serie de habilidades para ejecutar una actividad. Si la actividad física, tanto como la acción motriz son llevadas a cabo con una intención llegan a convertirse en un deporte específico.

En suma, nos encontramos ante un ámbito del conocimiento que se desarrolla en torno al estudio de la actividad física, cuyo objeto de estudio es la acción motriz. En el término acción motriz confluyen una gama de factores observables psicológicos y fisiológicos, que se alejan del concepto de movimiento, entendido como mera habilidad mecánica; la acción motriz es, pues, una ejecución intencional, guiada racionalmente e interactiva con el resto de dimensiones de la personalidad humana.<sup>107</sup>

El punto en donde llegan a coincidir los conceptos antes mencionados, es que el realizar una actividad física se pone en juego el cuerpo, el movimiento, toman en cuenta la personalidad al elegir la actividad de agrado para las personas. El motivo más importante y que más nos interesa es que los niños se sientan motivados a realizar una actividad física para sentirse bien con su cuerpo, y lograr que tengan una mejor autoestima. Es importante señalar que la motivación que los niños necesitan se les proporciona desde la casa, la familia, los amigos, la escuela y otros círculos sociales.

Por otro lado, la actividad física, como campo de conocimiento, se convierte dentro del sistema educativo en un área curricular que se denomina educación física. La práctica de la educación física debe ser amena, variada y para iniciar, sin fines de competencia, así podremos formar niños sanos.

---

<sup>106</sup> GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. op. cit., p. 11

<sup>107</sup> *Ídem*

A continuación se presentan conceptos de Educación Física, que demuestran la relación que existe con la actividad física, y posteriormente se menciona la diferencia que hay entre una y la otra.

#### 4.1 Concepto de Educación Física

Al igual que la actividad física, la Educación Física tiene una característica diferente al mencionar que lleva implícita la educación, pero a pesar de esto el término en ocasiones se utiliza equivocadamente. En esta parte del capítulo veremos como el cuerpo es la base fundamental de la Educación Física. Veamos los siguientes conceptos:

La educación física es un componente inseparable de la educación total. Tiene que permanecer unida orgánicamente a la educación del espíritu, del mismo modo que, en el niño, el cuerpo y el espíritu están unidos orgánicamente.

La educación física debe adaptarse, igual que la educación total, a las leyes vitales del niño<sup>108</sup>

El concepto anterior hace que nos demos cuenta que el principal elemento es el cuerpo, el espíritu, pero sobre todo el niño. La personalidad del niño tiene mucho que ver con la forma en que percibe la Educación Física. La base fundamental de la educación física, es que concibe al cuerpo, el espíritu y la personalidad del niño, como un todo. Uno no puede ser sin el otro, y la educación física no puede ser si falta alguno de estos elementos.

La Educación Física pone en juego el cuerpo [...] el cuerpo está ciertamente en el centro de la Educación Física, y en sentido inverso, que toda Educación Física apunta al desarrollo corporal, a los cuidados corporales, a la técnica del cuerpo... El concepto de Educación Física, estaría por tanto, fundado sobre el concepto del cuerpo.<sup>109</sup>

Lo que se encuentra constantemente en la mayoría de las citas, es que la educación física esta ligada directamente con el cuerpo, y, es el cuerpo el que lleva acabo las actividades que propone la Educación Física. El cuerpo como creador de actividades

---

<sup>108</sup> SCHEDE, Franz. *Fundamentos de la educación física*. p. 4

<sup>109</sup> LAMOUR, Henry. *Manual para la enseñanza de la educación física y deportiva*. p. 36

físicas, debe ser cuidado, venerado y en este caso el niño debe de estar satisfecho de su propio cuerpo, del tipo de cuerpo que el niño tenga ó del agrado que sienta hacía su mismo cuerpo, su auto concepto será engrandecido. Lo provocará que su autoestima este elevada y al mismo tiempo dará buenos resultados.

Lo que importa entonces es tener una buena educación del cuerpo, el niño tiene que aprender primeramente a conocer su cuerpo, a saber que es único y así poder mejorarlo. “La Educación Física es ciertamente la educación del «físico»; su denominación misma lo atestigua. Atendiendo al sentido de las palabras, el profesor de Educación Física tiene como tarea educar al físico, es decir desarrollar el funcionamiento y la estructura de nuestro cuerpo.”<sup>110</sup>

“La Educación Física y Deportiva es, actualmente, una pedagogía de las conductas en las cuales se puede manifestar el más alto grado de interés del alumno, pues pone en acción su motricidad, es decir, la globalidad del individuo.”<sup>111</sup> Las actividades que la educación física proponga deben estar llenas de interés, tienen que lograr que el niño ponga todo su interés en ellas. En este sentido considero que existe un problema a la hora de poner en práctica actividades en las cuales el niño no posee la habilidad para realizarlas. Los profesores de educación física deberían meditar sobre hacer una adecuación a sus clases, para integrar a estos niños y así lograr que no se sientan frustrados, ya que esto traería consigo consecuencias irreparables. Ignoro si los profesores de educación física tomen en cuenta este tipo de aspectos, aunque es un buen tema para poder debatir. No hay que perder de vista que ahora lo que nos interesa es que el niño se sienta orgulloso de todo su ser. Aunque son varios los aspectos que se tienen que considerar para lograr este objetivo; se puede decir que la Educación Física puede ayudar a este proceso porque se dirige a el cuerpo y, por tanto, a la totalidad del ser.

Hablando de la Educación Física, desde el punto de vista curricular, en el caso de primaria, se refiere no sólo a hacer ejercicio, o a tener el tiempo libre para jugar o a practicar algún deporte, sino al conocimiento y a la educación integral de cuerpo en

---

<sup>110</sup> *Ibidem*, p. 38

<sup>111</sup> LAMOUR, Henry. op. cit., p. 127

su totalidad. Muchas veces se piensa que la hora de educación física en la escuela, es sólo un mero requisito para comprar el “uniforme de Educación física”, o una hora en donde los niños solo salen al patio a jugar, “a perder el tiempo.”

Esto no es del todo mentira, si se toma en cuenta que son pocos los profesores que planean su clase, que son pocas las escuelas que cuentan con un profesor específicamente para esta clase, y que son pocos los niños a los que les interesa realizar una actividad en la cual no reciben un reconocimiento a su esfuerzo, para que el niño este satisfecho con lo que hace, es necesario una reformulación de aquellos factores que son un obstáculo en el desarrollo armonioso tanto físico como moral del niño.

Un criterio central es generar una gestión escolar que motive a los niños y adolescentes a ser activos y crear las actividades para que se involucren de manera afectiva en su participación, de tal manera que experimenten éxito, aprendan nuevas habilidades, tengan progresos y vivan cierta mejora. Y, sobre todo, sientan reconocidos sus esfuerzos. Además, hay que cuidar que las actividades no sean repetitivas o mecanicen ciertos movimientos, acciones aburridas o de poco interés, siempre y cuidando la seguridad.<sup>112</sup>

Entre los propósitos de la Educación Física, está el lograr que el niño sea capaz de desarrollar destrezas físicas, que tenga la capacidad de ejecutar las actividades propuestas por el profesor, que el niño tome la iniciativa de proponer. Que las actividades que el niño haga tengan repercusiones positivas en su vida, que se sienta un triunfador y que haga de las actividades físicas un estilo de vida, y así lograr que incluya una disciplina deportiva profesional. “La Educación Física es indisoluble de la función de hacerse cargo de lo corporal, del aspecto físico de un educador especialista. Pero la Educación Física tiende a apuntar también a objetivos no corporales: ambiciona a ser una educación global en sus últimos objetivos.”<sup>113</sup>

La Educación Física de la juventud tiene la misión social de asegurar su desarrollo armonioso, tanto físico como moral. El cumplimiento de este fin depende de una serie de factores, en primer lugar de los medios empleados, que comprendan el contenido, los métodos, los procedimientos y la forma de organización en los trabajos de Educación Física.

---

<sup>112</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. op. cit., p. 50

<sup>113</sup> LAMOUR, Henry. op. cit., p. 40

Para conseguir que la Educación Física se convierta en una necesidad cotidiana para la juventud, y en especial de los niños, es imprescindible la cooperación de las organizaciones deportivas, de los colegios y de las propias familias de los niños.

La automatización y mecanización en todos los sectores de la vida actual reducen las posibilidades naturales del desarrollo de la capacidad física y recargan sobre manera el sistema nervioso, haciendo a los niños menos resistentes y más cómodos. A este estado contribuye, a menudo, la vida un tanto sedentaria de los jóvenes. Todo esto se debe compensar con una educación física sistemática y constante, de un grado de dificultad suficiente para elevar la aptitud física.

#### 4.2 Diferencia entre actividad física y Educación Física

La actividad física, en relación con la Educación Física, es un medio de gran importancia la cual la tenemos en forma de ejercicios gimnásticos, juegos, deportes, actividades de aventura, actividades de relajamiento, etc. Como ya se vio anteriormente al principio de este capítulo, la actividad física se puede realizar en cualquier lugar, a cualquier hora, individual o grupalmente.

La brecha entre la actividad física y Educación Física es casi confundible, en las dos el elemento central es el cuerpo, el movimiento, las dos involucran un gasto de energía y ponen por encima de todo la personalidad del niño.

La actividad física se puede realizar en cualquier espacio (trabajo, oficina, casa, espacios abiertos, etc.), y tal pareciera que la actividad física corresponde solamente al ámbito educativo. Una de las diferencias que podría mencionar es que para llevar a cabo la Educación Física se necesita un experto en esta materia (aunque muchas veces no es así) que planee su clase, que conozca las diferencias que hay entre sus alumnos, que haga como ya se mencionó anteriormente adecuaciones curriculares, que tenga una secuencia en sus actividades, es decir, para realizar alguna actividad física dentro de la Educación Física es importante realizar calentamiento, que la actividad tenga un propósito y por último un cierre.

Por el contrario el realizar una actividad física no se necesita que esta actividad sea dirigida por algún experto, (considero que uno mismo es el experto), las adecuaciones a la actividad física las hace uno mismo, uno mismo conoce las debilidades y fortalezas motrices que tiene. En la escuela es necesario que las actividades que realizan los niños, los motiven a seguir realizándolas fuera de la escuela, para que en otros sitios el niño tome la iniciativa de realizar alguna otra actividad física.

Esta claro que las dos son de suma importancia para el desarrollo del niño, lo que más interesa es lograr que el niño haga de las actividades físicas un estilo de vida, que poco a poco vaya aumentando su nivel de resistencia, su fuerza, pero sobre todo que se sienta bien con el cuerpo y con la persona que es.

##### 5. Importancia de la actividad física en la educación integral dentro de la escuela primaria.

La actividad física en la escuela se relaciona, fundamentalmente, con la educación física; y, dentro de ésta, la práctica deportiva se presenta como el principal contenido. Las prácticas enseñanza de los deportes – aunque se les coloque el apellido *escolar* – se basan fundamentalmente en lograr objetivos de rendimiento y competencia, lo que implica, tanto directa como indirectamente, la selección espontánea (muchas veces provocada por los mismos profesores), de los más capacitados, de los mejores, e, inconscientemente, el abandono explícito de los menos dotados o de los menos motivados, con lo cual la educación física y el supuesto interés por la práctica de la actividad física, en este caso viene a robustecer a los mejores, aunque no ha producido, hasta ahora, un interés generalizado por la práctica de las actividades físicas, como hacen patente los sondeos de nuestra sociedad.<sup>114</sup>

Con esta cita quiero hacer énfasis en la importancia que tienen las personas significativas del niño en su desarrollo motriz, porque son estas personas las que logran que el niño se sienta capaz, los maestros de educación física deben de darle ánimo y alentar aquellos niños que no cuenten con la suficiente destreza para realizar la actividad.

Es en la primaria en donde se dan ciertos comentarios negativos, comentarios de burla, comentarios de discriminación hacia aquellos niños que no cuentan con una habilidad y agilidad para realizar las actividades físicas y son estos comentarios los que hacen que el niño pierda interés en realizarlas.

---

<sup>114</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. op. cit., p. 47

Es de vital importancia conseguir que el niño sienta que es un ser único, capaz de realizar ciertas actividades a partir de sus intereses. Que adquiera confianza en si mismo, que aprenda a convivir y a expresar sus inquietudes. Que siga desarrollando habilidades y que descubra otras nuevas.

Una de las consecuencias de la falta de actividad física en la escuela y en la vida diaria, es la obesidad, el niño es presa fácil de comentarios que implican un rechazo y que en definitiva influye en su calidad de vida, el sedentarismo en casa y en la escuela es un factor de riesgo para el niño y que son duda alguna lo perseguirá en su vida adulta.

“El riesgo del sedentarismo se observa desde la infancia, el incremento en la morbilidad y mortalidad se observa en etapas posteriores de la vida.”<sup>115</sup>

En el 2008, se habla del año del deporte, año de las olimpiadas (Beijing 2008), y por todos lados se habla de la importancia de fomentar el deporte desde etapas tempranas, este es un elemento que me parece importante tomar en cuenta para el desarrollo integral del niño. Para los padres sería un orgullo tener un hijo que haga de una disciplina profesional un estilo de vida, que tenga un espíritu competitivo.

Esto no esta tan alejado de la realidad, es posible, tanto los padres, maestros, amigos y familiares somos clave para motivar al niño. “El deporte es fundamentalmente actividad del hombre completo.”<sup>116</sup> Para que pueda existir una educación integral es necesario tomar en cuenta varios elementos, tales como el cuerpo, la capacidad física (al realizar actividad física), el revalorizar el papel corporal en el contexto educativo, etc. Debemos tener presente que estamos en una época donde esta presente una crisis de valores, pero sobre todo del valor corporal. Aunque sin ir a extremos no sólo se trata de una exigencia de sólo lo físico sino del niño completo.

---

<sup>115</sup> FERNÁNDEZ GARCÍA, Victoria y Hernández Tezoquipa Isabel. op.cit. p.4

<sup>116</sup> RODRIGUEZ, LÓPEZ, Juan. *Deporte y ciencia. Teoría de la actividad física.* p. 39

La actividad física está incluida dentro de la Educación Física, por consiguiente la significación de la Educación Física es inmensa, ya que es donde el niño pone en práctica varios aspectos de la personalidad, es decir, toma en cuenta al niño como un ser global.

En definitiva, la inclusión de la educación física en el currículum de primaria se justifica porque:

- Permite el desarrollo de una gama de capacidades humanas que no cubren otras áreas curriculares y que son básicas para un desarrollo integral de la personalidad, tales como conocimiento del propio cuerpo, desarrollo sensorial, estructuración espacio temporal, resistencia, habilidades motrices, exploración y adaptación de distintos medios, expresión corporal, danza, autocontrol...;
- Cubre una amplia gama de intereses infantiles relacionados con el movimiento, el juego, la práctica, la exploración de la naturaleza, etc.<sup>117</sup>

Las actividades físicas prescriptivas deben ser factibles de disfrutar, ajustadas a los gustos y a los rechazos de los niños. Los mayores desafíos hacia el futuro intentan responder a los cuestionamientos ¿cómo hacer penetrar la motivación y cómo inducir cambios duraderos?

### 5.1 Beneficios físicos

Es evidente que la falta de práctica de la actividad física tiene repercusiones en la salud, como se ha mencionado en diferentes ocasiones, la obesidad infantil es una de las consecuencias, cabe mencionar que existen otras enfermedades de mayor riesgo tales como la diabetes mellitus y otras que influyen directamente con el sistema respiratorio y cardiovascular. Aunque no seamos expertos en esta materia, todos hemos escuchado de estas enfermedades y sabemos que tienen un gran impacto no sólo en la niñez, sino en la vida adulta.

La actividad física, se entiende como “todo tipo de movimiento corporal, incluyendo la rutina diaria que propicia el consumo de energía y evita el sedentarismo, principalmente de la población escolar de áreas urbanas, impactando en el sobrepeso y la obesidad; sistema respiratorio y cardiovascular; diabetes mellitus y salud mental.”<sup>118</sup>

---

<sup>117</sup> GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. op. cit., p. 18

<sup>118</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. op. cit., p. 48

Para hablar de beneficios físicos más ampliamente se necesita la ayuda de algún experto sobre salud, sin embargo, lo que se menciona a continuación es bien sabido por todos, se sabe que las personas, en este caso aquellos niños que no realizan algún tipo de actividad física deben de empezar con ejercicios leves y de corta duración, ya que puede resultar contraproducente exagerar la rutina de ejercicios.

“La población sedentaria que inicia un programa de actividad física, debe comenzar con actividades de corta duración, de moderada intensidad hasta alcanzar la meta.”<sup>119</sup> No se debe forzar a los niños a realizar la actividad sin ayuda o supervisión de algún adulto, lo ideal sería que tanto los padres como los hijos realicen la actividad en familia. Esto ayudaría también a fortalecer los lazos afectivos en la familia y promover la unión, aunque esto es algo que lo mencionaré en los beneficios sociales.

La Organización Mundial de la Salud, es una institución que se preocupa por la salud de los habitantes de mundo, en especial de los niños, por lo que menciona los beneficios que trae consigo la práctica de actividad física.

“Para la OMS la actividad física es un pilar de la prevención frente a las causas de muerte actuales. La actividad física mantiene la salud y reduce los riesgos de mortalidad por todas las causas.”<sup>120</sup> A continuación se presenta un cuadro donde se mencionan los beneficios físicos de la actividad física y del ejercicio:

---

<sup>119</sup> FERNÁNDEZ GARCÍA, Victoria y Hernández Tezoquipa Isabel. op.cit. p.4

<sup>120</sup> *Ibidem*, p. 2

CUADRO 1. BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL EJERCICIO

- \_ Previenen y reducen los riesgos de enfermedades como: obesidad, diabetes mellitus, osteoporosis y cáncer de colon, enfermedad coronaria, endometrial posmenopáusico, depresión y accidentes relacionados con caídas.
- \_ Se asocian con el incremento de la longevidad y menor discapacidad.
- \_ Reducen ansiedad y estrés.
- \_ Aumentan la confianza y la autoestima.
- \_ Mantienen un peso saludable y mejoran la capacidad física.
- \_ Fortalecen músculos y huesos.
- \_ Mejoran el estado de ánimo.
- \_ Ayudan a mejorar el sueño.

121

A parte de los beneficios que nos menciona la tabla anterior, la práctica constante de actividades físicas, mejora la condición física, hace que aumente el nivel de fuerza, de agilidad, de velocidad, de resistencia, estos son elementos que son de mucha ayuda y mejora de habilidad cuando se realiza un deporte competitivo.

Al conjunto de posibilidades personales de nivel óptimo o potencial de las personas, se le conoce como condición física y está relacionada con la habilidad atlética. Éstas se conforman por varios elementos que dependen de la carga genética de las personas: agilidad, potencia muscular, resistencia cardiorespiratoria, fuerza y resistencia muscular; constitución física, flexibilidad, velocidad y equilibrio; todos susceptibles de mejora mediante el entrenamiento especializado y el cuidado de expertos.<sup>122</sup>

Se ha hablado de los beneficios que produce la práctica de algún deporte profesional, pero no hay que dejar de lado que se pueden hacer otras actividades como andar en bicicleta, bailar, caminar hacia la escuela, subir y bajar escaleras, y que también producen beneficios a la salud, porque el cuerpo se empieza a acostumbrar y con el tiempo, es el mismo cuerpo el que exige cada vez más ejercicio.

<sup>121</sup> *Ídem*

<sup>122</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. op. cit., p. 49

Las vivencias obtenidas con el dinamismo de nuestro cuerpo (bailar, pasear en bicicleta, hacer una caminata en la playa, subir una ladera en la montaña), son proporcionadas, en principio, por el reconocimiento que tenemos de nuestro propio cuerpo, de sus límites y posibilidades, dados por la naturaleza corporal.<sup>123</sup>

## 5.2 Beneficios psicológicos

Son evidentes los beneficios psicológicos que proporciona la actividad física, en primera instancia, la mejora en el cuerpo hace que el niño tenga un mejor control sobre sí mismo, que tenga una mejor cultura corporal y sobre todo que su autoestima este en su nivel máximo. Ya que será de suma importancia en la ejecución de otras actividades, ya que el niño se sentirá con la confianza de realizar lo que se proponga.

La actividad física permite desarrollar en el alumno un conocimiento y una praxis orientadas a proporcionarle un mejor control sobre sí mismo y, en última instancia, orientadas a facilitar su pensamiento crítico, lo que sería un logro fundamental dentro del proceso de liberación personal.<sup>124</sup>

En ocasiones es más fácil hablar sobre los beneficios que provoca realizar una u otra actividad, no obstante hay que mencionar que pasa si se cuida aquello con lo que se vive a diario, es decir, el cuerpo; la siguiente nota habla sobre aquello que pasa cuando se deja de lado el cuidado del cuerpo, cuando no se valora:

En la vida cotidiana, apenas si nos damos cuenta y le hacemos poco caso a nuestro cuerpo. Es algo que está ahí y que, suponemos, cuidamos. Sin embargo, cuando algo sucede fuera de lo normal – por ejemplo una enfermedad, una lesión o un mínimo malestar -, el cuerpo entonces se vuelve el centro de nuestra atención. Esas alteraciones pueden provocar en el “yo” un desequilibrio y una amenaza a nuestra integridad. Alteración que evoca el cuidado de la salud, ya no del todo despreocupada como regularmente aparentamos.<sup>125</sup>

Esta nota tiene que ver con los beneficios psicológicos porque hay que valorar el cuerpo, hay que tener presente que somos seres humanos, y que los seres humanos comenten errores, pero que sean estos errores los que nos hagan darnos cuenta de la importancia de cuidar el cuerpo, la salud.

---

<sup>123</sup> *Ibidem*, p. 48 - 49

<sup>124</sup> GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. op. cit., p. 18

<sup>125</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. op. cit., p. 47

El carácter de elegir cierto tipo de actividad física provoca que nuestros gustos y aficiones encuentren sentido a unas actividades más que a otras. Tal el caso de las actividades exclusivas de niños y aquéllas reservadas por las niñas. Irrumpiendo esa óptica, la actividad física tiene muchas posibilidades si se la entiende como una elección personal, pues encierra una amplitud y globalidad que más bien tendría que ver con la promoción de estilos activos y saludables, que con el cuidado y placer que procura la actividad personal. Al ser así, la escuela tiene mucho que aportar en la promoción de esta determinante, desde procurar prácticas atractivas y exitosas, hasta organizar ambientes festivos en torno a la activación del cuerpo, todas enarboladas por una perspectiva pedagógica que se aleje del sentido de competencia y rendimiento, elementos no del todo malos pero que canalizan intereses de quienes hacen de la práctica física una disciplina más exigente y apoyadas por expertos. En el caso escolar, donde el escenario es complejo, diverso y masivo, conviene identificar las aportaciones efectivas que, desde el ámbito educativo, podemos promover estilos de vida activos y saludables.<sup>126</sup>

Una de las cuestiones que como pedagogos y como personas preocupadas por la educación, debemos fomentar que los alumnos de educación básica se sientan vitales, tengan buenas relaciones con el grupo de pares, afiancen sus sentimientos de pertenencia a su comunidad, sean competentes para hacer cosas por ellos mismos, obtengan satisfacciones y la pasen bien; mejoren su autoimagen y se sientan seguros. Es un trabajo complicado, (debido a veces por el contexto) pero no difícil. Todo es posible.

### 5.3 Beneficios sociales

Sin duda alguna uno de los beneficios sociales que provoca la práctica de la actividad física, es la socialización, cuando el niño realiza una acción en equipo, el niño se siente más seguro porque sabe que tiene un grupo de compañeros que lo respaldan y sobre todo, cuando esta en conjunto realiza la acción con entusiasmo. De aquí se desprenden otros beneficios ya que el niño empieza a identificarse con otras personas, empieza a conformar su grupo social, de acuerdo a semejanzas que encuentra en otras personas empieza a identificarse e ir conformando su personalidad.

---

<sup>126</sup> *Ibidem*, p. 49

Con la familia los beneficios son significativos por la convivencia que se da entre los integrantes la familia, en estos tiempos en donde los padres están en su nivel máximo de stress por el trabajo, es poco el tiempo que conviven con los hijos. El hecho de realizar alguna actividad física juntos es un buen pretexto para convivir.

Hoy – frente a una política nacional de promover la actividad física en las escuelas-, estamos ante una excelente oportunidad de ampliar y robustecer una práctica de la actividad física, no sólo circunscrita al rendimiento y a la competencia sino una práctica que canalice aficiones, gustos, experiencias positivas; y encause el sentimiento de ser competente, pasarla bien, convivir y disfrutar de los realizado en conjunto.<sup>127</sup>

En la escuela, los grupos de amigos suelen ser muy racistas, discriminan al “gordito”, al “flaco”, al “alto”, al “chaparrito”, etc., es decir, discriminan a todos; los que logran hacer un grupo de amigos es porque se sienten identificados con el otro. Los niños y sobre todo las niñas se dejan influenciar por los comerciales en donde la esbeltez es el punto principal, la obesidad infantil no sólo se vuelve un problema de salud, sino de autoestima. Por lo regular este tipo de niños son aislados. En cambio si estos niños empezaran a practicar alguna actividad física, empezarían por sentirse mejor con ellos mismo y adquirir la confianza para integrarse a un nuevo grupo social. “Las destrezas físicas que aprenda y perfeccione ampliarán su ámbito social. Lo ayudaran a tener nuevos amigos.”<sup>128</sup>

Hoy en día, nuestra sociedad todavía distingue entre actividades y juegos de hombre y mujeres. La imagen corporal está determinada por las bebidas *light*, la publicidad y lo que los medios de comunicación hacen de la imagen corporal y del cuerpo mismo, pugnando por la esbeltez. Se va al futbol cargado de bebidas alcohólicas; y se muestra la inclinación al equipo favorito con la playera plagada de anuncios de pan, empresas bancarias o ropa deportiva. El *body center* es donde verdaderamente se cuida la salud y se hace un cuerpo musculoso. Los gimnasios techados son los escenarios para hacer *aerobics*.<sup>129</sup>

La inmensa mayoría de los niños y adultos, no tienen los medios ni el tiempo para dedicarse sistemáticamente a los ejercicios de la cultura corporal.

---

<sup>127</sup> *Ibidem*, p. 47

<sup>128</sup> BUCHER, Charles A. *tratado de educación física y deportes*. p. 47

<sup>129</sup> BRITO SOTO, Luis Felipe. op. cit., p. 49 - 50

Hoy en día, la sociedad ofrece una complejidad extraordinaria de modalidades de actividades físicas que exigen lugares de práctica numerosos y variados, y, sobre todo, determinan la necesidad de disponibilidad de tiempo para entregarse a ellas.

A manera de cierre, para lograr un aumento de la actividad física en los niños uno de los aspectos necesarios es una reestructuración de la infraestructura, tanto de las escuelas como de los centros recreativos, que permitan el acceso de grupos numerosos a la práctica de la actividad física, estos espacios pueden ser parques, canchas deportivas, pistas y espacios seguros.

Es necesario un aumento presupuestal para apoyar las escuelas de educación básica con más profesores especialistas en la asignatura de Educación Física, para promover en las escuelas la actividad física y hacer de ella una disciplina.

#### 5.4 Beneficios de la actividad física en el aprendizaje

La actividad física, está dentro de la Educación Física que se da en la escuela, si la materia de Educación Física es dada por un buen maestro, experto en esta materia, los beneficios en el niño sin duda alguna serán notorios. Uno de los primeros beneficios que se tienen es que el niño empieza a conocer su cuerpo, empieza a descubrir todo lo que hay en él, como está conformado, para mí esto es uno de los grandes beneficios que brinda la actividad física, porque empezar desde tempranas edades a comprender la imagen de cuerpo, permitirá que el niño vaya desarrollando su imagen corporal poco a poco.

La educación física escolar, basada en la consideración de la corporeidad de sus alumnos, impulsa la construcción de identidad corporal, beneficiando sustancialmente al niño, a la escuela y a la comunidad, mejorando la calidad de vida en general. Enseñar construyendo identidad en la escuela es tender un puente de aprendizaje continuo para el ser y trascender cotidiano.<sup>130</sup>

La relación que existe entre el desarrollo de la imagen corporal del niño y el aprendizaje; es que un niño con un buen concepto de sí mismo, tendrá seguridad, demostrará ser capaz de cualquier cosa, se sentirá seguro y lo demostrara en el

---

<sup>130</sup> EISENBERG WIEDER, Rose y otros. *Corporeidad, movimiento y educación física. 1992 – 2004.* p. 316

aula y en cualquier lugar. La autoestima del niño lo lleva a tener confianza en sí mismo, y la confianza es algo que a muchos niños les falta, lo que provoca en la mayoría de los casos la poca participación de los niños en clase.

La educación física contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo, y propician el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz. Asimismo, a través de la práctica de juegos y deportes escolares se fortalece la integración del alumno a los juegos en los que participa.<sup>131</sup>

Otro de los beneficios que brinda la práctica de la educación física dentro y fuera del aula, es la socialización, esto tiene que ver directamente con el aprendizaje, con la confianza, con la autoestima, etc. Cuando el niño tiene clara su imagen corporal, se va identificando con otros que tienen algunas características similares, estos niños estarán trabajando en equipo, por el contrario los niños que no pertenecen a ningún grupo, son niños solitarios, con baja autoestima, callados, etc. La práctica del deporte es un buen pretexto para que los niños convivan, socialicen y se vayan identificando con otros niños con los mismos gustos. “La práctica del deporte escolar, además de sus propios fines recreativos, permitirá identificar a los niños con facultades sobresalientes para que, si así lo desean, reciban atención técnica especializada y participen en el deporte competitivo.”<sup>132</sup>

El maestro de educación física debe conocer las características de los niños, debe tener presente que cada niño tiene una personalidad diferente, las actividades que desarrolle deben de ser acorde a las exigencias de los niños, esto es un aspecto muy importante porque si el maestro no contempla estas diferencias; los niños que tienen dificultades motrices, se sentirán en desventaja con los otros. Lo que también provocará que el niño tenga una baja autoestima. “El único principio para organizar el trabajo es que las actividades correspondan al momento de desarrollo de los niños y tomen en cuenta las diferencias que existen entre ellos.”<sup>133</sup>

La baja o alta autoestima del niño, es determinante en el desarrollo escolar del niño, en su desempeño académico, en la convivencia con los demás. Por eso es

---

<sup>131</sup> *Ibidem* p. 372 - 373

<sup>132</sup> *Ídem*

<sup>133</sup> *Ídem*

importante que desde pequeñas edades se estimule al niño para que desarrolle un autoestima alta, la imagen corporal forma parte de este desarrollo; y, al mismo tiempo la educación física colabora a la imagen corporal.

“La educación física es también un medio para promover la formación de actitudes y valores, como la confianza y la seguridad en sí mismo, la conciencia de las posibilidades propias, el respeto a las posibilidades de los demás y la solidaridad con los compañeros.”<sup>134</sup>

Hay que tener presente que el desarrollo de la autoestima no sólo depende de la educación física, son numerosos y cuantiosos los elementos que contribuyen al desarrollo de esta, familia, escuela, amigos, el contexto, etc. Todo se relaciona con todo, el esfuerzo debe ser de todos.

## 6. Declaración Universal de los derechos del niño

La Declaración de los Derechos del Niño<sup>135</sup>, es un documento aprobado por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1959, en este documento se marcan los artículos que protegen al niño en cualquier circunstancia, a continuación se presentan aquellos artículos relacionados con el derecho a la educación integral y a la práctica de la actividad física.

Artículo 1º.

El niño disfrutará de todos los derechos enunciados en esta declaración.

Estos derechos serán reconocidos a todos los niños sin excepción alguna ni distinción o discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento u otra condición, ya sea del propio niño o de su familia.

---

<sup>134</sup> *Ídem*

<sup>135</sup> UNICEF, México. *Declaración Universal de los derechos del niño*. Dirección URL <http://www.unicef.org/spanish/index.php> [Consulta: 8 noviembre 2009].

Artículo 2º.

El niño gozará de una protección especial y dispondrá de oportunidades y servicios, dispensado todo ello por la ley y por otros medios, para que pueda desarrollarse física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal, así como en condiciones de libertad y dignidad. Al promulgar leyes con este fin, la consideración fundamental a que se atenderá será el interés superior del niño.

Artículo 5º.

El niño física o mentalmente impedido o que sufra algún impedimento social debe recibir el tratamiento, la educación y el cuidado especiales que requiere su caso particular.

Artículo 7º.

El niño tiene derecho a recibir educación que será gratuita y obligatoria por lo menos en las etapas elementales. Se le dará una educación que favorezca su cultura general y le permita, en condiciones de igualdad de oportunidades, desarrollar sus aptitudes y su juicio individual, su sentido de responsabilidad moral y social y llegar a ser un miembro útil de la sociedad.

El interés superior del niño debe ser el principio rector de quienes tienen la responsabilidad de su educación y orientación; dicha responsabilidad incumbe, en primer término, a sus padres.

El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones, los cuales deben estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación; la sociedad y las autoridades públicas se esforzarán por promover el goce de este derecho.

Artículo 10º.

El niño debe ser protegido contra las prácticas que puedan fomentar la discriminación racial, religiosa, o de cualquiera otra índole.

Debe ser educado en un espíritu de comprensión, tolerancia, amistad entre los pueblos, paz y fraternidad universal, y con plena conciencia de que debe consagrar sus energías y aptitudes al servicio de sus semejantes.

## 6.1 La Educación Física en el currículo

El plan y Programas de estudio son documentos que establecen los propósitos educativos, enfoques metodológicos, criterios y orientaciones para la planeación y evaluación que se pretende lograr en los alumnos de los diferentes niveles educativos.

A partir de la Reforma Integral de Educación Básica los programas de estudios están orientados por cuatro campos formativos:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Exploración y comprensión del mundo natural y social
- Desarrollo personal y para la convivencia

El siguiente esquema nos indica el lugar que ocupa la educación física dentro de los campos formativos.

MAPA CURRICULAR DE LA EDUCACION BASICA 2009<sup>136</sup>

MAPA CURRICULAR DE LA EDUCACIÓN BÁSICA

CAMPOS FORMATIVOS PARA LA EDUCACIÓN BÁSICA	PREESCOLAR			PRIMARIA						SECUNDARIA		
	1°	2°	3°	1°	2°	3°	4°	5°	6°	1°	2°	3°
Lenguaje y comunicación	Lenguaje y comunicación			Español						Español I, II y III		
		Asignatura Estatal: lengua adicional		Asignatura Estatal: lengua adicional						Lenguas extranjeras I, II y III		
Pensamiento matemático	Pensamiento matemático			Matemáticas						Matemáticas I, II y III		
Exploración y comprensión del mundo natural y social	Exploración y conocimiento del mundo			Exploración de la Naturaleza y la Sociedad*	Ciencias Naturales*				Ciencias I (énfasis en Biología)	Ciencias II (énfasis en Física)	Ciencias III (énfasis en Química)	
	Desarrollo físico y salud				Estudio de la Entidad donde Vivo*	Geografía*		Tecnología I, II y III				
						Historia*		Geografía de México y del Mundo	Historia I y II			
								Asignatura Estatal				
Desarrollo personal y para la convivencia	Desarrollo personal y social			Formación Cívica y Ética**						Formación Cívica y Ética I y II		
				Educación Física**						Orientación y Tutoría I, II y III		
	Expresión y apreciación artística			Educación Artística**						Educación Física I, II y III		
									Artes: Música, Danza, Teatro, o Artes Visuales			

\* Incluyen contenidos del campo de la tecnología. \*\* Se establecen vínculos formativos con Ciencias Naturales, Geografía e Historia.

<sup>136</sup> SEP. Plan de estudios 2009. Educación Básica Primaria, p. 49

El punto de partida de la Educación Física como asignatura en la escuela primaria es el reconocimiento de las diversas capacidades físicas, las posibilidades de acción motriz y los intereses hacia el juego y el deporte que poseen los niños. Este principio orientará al maestro para seleccionar actividades destinadas al grupo en su conjunto o a equipos de niños, que se realizarán en el momento oportuno y en forma adecuada para estimular el desarrollo físico y el perfeccionamiento de habilidades.

Los programas de Educación Física tienen características propias, pues sugieren actividades que el maestro debe seleccionar y organizar con flexibilidad, sin sujetarse a contenidos obligatorios ni a secuencias rígidas.

El único principio para organizar el trabajo es que las actividades correspondan al momento de desarrollo de los niños y tomen en cuenta las diferencias que existen entre ellos.

De acuerdo con estas ideas, la evaluación que realice el maestro no se guiará por el logro de determinados objetivos, sino por la participación y el interés mostrado por los niños.

La educación física tiene una función muy importante en la orientación de los niños para el uso de su tiempo libre. En realidad, sólo una parte menor del tiempo que los niños dedican al juego físico y al deporte lo ocupa la escuela; de ahí la necesidad de que ésta contribuya a que las actividades autónomas de los niños sean más estimulantes y adecuadas al desarrollo de sus posibilidades.

Las actividades están agrupadas en cuatro campos: desarrollo perceptivo-motriz, desarrollo de capacidades físicas, formación deportiva básica y protección de la salud. Los juegos, ejercicios y rutinas que se sugieren en cada grado deben ser seleccionados y organizados por el maestro, de manera que cumplan propósitos educativos de cada uno de los campos.

## 6.2 Algunas Instituciones que impulsan y promueven la cultura física

A nivel internacional, existen instituciones que promueven la cultura física y el deporte, en México se cuenta con diferentes instituciones dedicadas a fomentar la actividad física y el deporte profesional competitivo. Entre muchas se presentan las siguientes:



Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte<sup>137</sup>

La Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte Es el organismo encargado de fomentar y promover la Cultura Física, la Recreación y el Deporte en nuestro país para que los mexicanos puedan:

- Hacer ejercicio sistemáticamente
- Ocupar positivamente su tiempo libre
- Practicar habitualmente un deporte

Para elevar su calidad de vida pero sobre todo, para: Ser más competitivos y aprender a trabajar en equipo Y como resultado, tener deportistas exitosos.



Comité Olímpico Mexicano

La historia de los Comités Olímpicos Nacionales se inicia con el renacimiento de los Juegos Olímpicos, la gestación del Comité Olímpico Mexicano se desarrollo entre 1901 y 1923.

---

<sup>137</sup> CONADE. Dirección URL <http://www.conade.gob.mx/>[Consulta: 8 noviembre 2009].



## Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos

La Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos es una Institución Educativa de Nivel Superior dependiente de la CONADE.

Estas son algunas instituciones que promueven la cultura física, ahora bien, uno de los programas que más ha hablado de la promoción de la actividad física en México es el programa: Actívate y vive mejor.



## Actívate y vive mejor

Este es un programa que invita a la comunidad a conocer los beneficios del ejercicio, y que aprenden los conceptos básicos.

### 6.3 Sabias que...

En este apartado se presentan algunas estadísticas que proporciona la página del deporte, es importante tomarlas en cuenta porque son preocupantes para la población en general.

Sabias que...

- ✓ **Sólo el 21% de los mexicanos**, mayores de 12 años realiza alguna actividad física o deportiva en su tiempo libre.
- ✓ **Ver televisión** es la principal actividad recreativa, 80 de cada 100 mexicanos así lo consideran.
- ✓ **México es el PRIMER país** que cuenta con más personas con sobrepeso y obesidad, el 39% de la población adulta sufre alguna de éstas.
- ✓ **Los Mexicanos** dedican más de 26 horas a actividades recreativas sedentarias y sólo 5 horas a alguna actividad física.

# ***CONCLUSIONES***

México es un país en el cual se da poca importancia al cuerpo, ven al cuerpo como un robot que realiza lo que se le ordena y sólo se le pone la atención debida cuando algo falla, cuando algo está provocando un malestar.

A esto se le suman las múltiples ocupaciones que tienen las personas, con la crisis por la que el país esta atravesando, las personas se preocupan por cuidar el trabajo (las que tienen), por conseguir un trabajo (las que no tienen), la principal preocupación es conseguir una manera de sobrevivir; ante esta situación lo que menos les importa a las personas es pensar en eso con lo que conviven día a día, esa cosa a la que le llaman cuerpo.

Con una concepción así del cuerpo, no es extrañarse que la gente no se valore, que no se sienta a gusto con el cuerpo que tiene, por eso es necesario trabajar con la manera en que se concibe al cuerpo, es necesario volver a replantearse la idea de cuerpo; dejando de lado la concepción dualista que persiste hasta ahora, como lo es un espíritu manejando un cuerpo.

El cuerpo que poseemos es lo más importante que tenemos, es lo único que es realmente nuestro, nadie puede quitárnoslo, es algo que esta con nosotros desde siempre. Ahora bien, si el cuerpo es únicamente nuestro, nadie puede hacerle daño más que nosotros mismos; como cada quien es dueño de su cuerpo, sería lógico que cada quien lo amolde a su manera.

En teoría las personas deberían estar conformes con el cuerpo que tienen, deberían sentirse cómodos, seguros y sobre todo aceptados tal y como son. Sin embargo, en la mayoría de los casos, la teoría es muy diferente a lo que realmente sucede, existe infinidad de gente que no se siente a gusto con su cuerpo, que no esta conforme con el cuerpo que tiene, que siempre se encuentra un defecto, en fin; viven inconformes con el cuerpo que tienen, estas personas suelen siempre estar a la expectativa de lo que dice la gente de ellos mismos, se preocupan por el “que dirán de ellos”; su principal ocupación es conseguir el cuerpo perfecto que la sociedad les plantea, tiene la idea errónea de que si no tienen el cuerpo ideal que los medios de comunicación proponen no valen, no son queridos, no son nada.

Esto es un problema muy grave ya que la gente se deja influenciar por comentarios externos de su persona, esto se debe en gran medida a la falta de sensibilización que se ha tenido durante muchísimos años sobre el cuerpo. A los adultos no se les enseñó a cuidar su cuerpo, a tener respeto por él, a valorarlo y sobre todo no se les enseñó a desarrollar un buen autoconcepto, por eso son tienen esos sentimientos de inferioridad.

Actualmente nos encontramos en un momento en donde bien sigue prevaleciendo la idea de conseguir a cualquier precio un cuerpo ideal, se cuenta con elementos que están ayudando a desechar esta idea.

La pedagogía de la corporeidad llega como una solución al problema de la desvalorización del cuerpo, la corporeidad nos enseña que nuestro cuerpo está conformado no sólo de músculos y huesos, sino de emociones, ideas, sentimientos, valores, movimientos y entre muchas otras cosas nos enseña que a través del cuerpo nos podemos comunicar con los demás, es decir, nuestro cuerpo es un medio de expresión. Uno de los aspectos más importantes que considera la corporeidad es la valoración del cuerpo, algo que como ya vimos se ha ido perdiendo. Si bien este es un problema que no respeta edades y que sobre todo los adultos no valoran su cuerpo, la parte de la sociedad que más nos interesa es la población infantil en este estudio, para erradicar este problema es necesario enseñar el cuerpo y el valor que tiene, desde edades tempranas, para ir poco a poco formando una sociedad que ponga al cuerpo por encima de todo, que el cuerpo sea su principal preocupación.

El desconocimiento del cuerpo, lleva a los niños a entrar en conflicto con su imagen corporal, están rodeados de tantos comentarios sobre un cuerpo perfecto, si ven a sus padres preocupados por todo menos por su cuerpo, es lógico que el niño no le preste la debida atención, por eso es necesario enseñarle al niño el valor que tiene su cuerpo. Los niños tienen que ir desarrollando su autoconcepto, y en este desarrollo están involucrados una serie de factores que influyen en la percepción de sí mismo del niño, factores externos como: los medios de comunicación, los comentarios de los padres, de los amigos, de las personas que son significativas para él.

La falta de valor que el niño tenga sobre su cuerpo, tiene serias repercusiones ligadas directamente en su autoestima, un niño que no tiene un buen concepto de sí mismo no tendrá una alta autoestima, será un niño que viva aislado, será un niño inseguro, esperando la aprobación o rechazo de los demás, será un niño tímido sin confianza en si mismo. Por el contrario un niño que desarrolló un buen concepto de sí mismo, será un niño feliz, conforme con su cuerpo, será un niño que esta seguro de sus actos, que no teme ser presa de burlas por parte de sus compañeros. Este es un niño con una autoestima alta.

La autoestima esta conformada por varios aspectos de la personalidad, y la baja o alta autoestima que el niño tenga, depende en gran medida del buen desarrollo del autoconcepto que el niño tenga, y esto no sólo influye en su relación con los demás, sino también influye en su desempeño académico, en sus logros escolares, y que sin duda alguna influirá en cada etapa de su vida.

Hablando sobre educación, un aspecto educativo que también ayuda al niño a conocer su cuerpo es la educación física, en este caso la educación física es otro recurso de ayuda para el niño, la educación física dentro del plan de estudios de primaria propone actividades de acuerdo a las características de cada niño, propone actividades respetando las características correspondientes a la edad del niño, si el maestro de educación física no respeta los límites de edad y sus actividades no van acordes a su desarrollo, el niño se sentirá incapaz de realizarlas y por lo tanto será un niño frustrado.

La falta de actividad física de la población, el ritmo sedentario con el que se vive, es un caso preocupante en especial de la población infantil, las consecuencias y daños que trae consigo la falta de actividad física en la mayoría de los casos son irreversibles, tomando en cuenta que México es el segundo país con sobre peso, un plan de acción para llevar a cabo la práctica de la educación física es necesariamente urgente. Esto es un problema que los niños también ha ido en aumento, por lo que con la nueva reforma de la educación a nivel primaria se esta implementando mejores y más horas clase de educación física, esto es una acción que si bien no dará completamente la solución ayudará a disminuir las cifras preocupantes que se tiene.

La práctica de la actividad tiene beneficios físicos, ayudará al niño a ser más fuerte, a tener una mayor capacidad de resistencia, etc., también tiene beneficios sociales, ayuda al niño a integrarse e identificarse con otras personas, ayuda al niño a socializar con otras personas, así podrá ubicar a otros niños con intereses similares, formará un equipo. Si las clases de educación física son motivantes, los niños querrán practicar alguna actividad fuera de clase, se interesaran en desarrollar una actividad, un deporte profesionalmente. Esto es algo que sin duda alguna, sería una gran satisfacción para los padres y para uno mismo.

## **FUENTES DE CONSULTA**

**Libros:**

ABBAGNANO, Nicola y A. Visalberghi. *Historia de la pedagogía*. Tr. de Jorge Hernández Campos. México: FCE, 1964, © 1957. 709 p.

ALIGHIERO, Manacorda Mario. *Historia de la educación. II. Del 1500 a nuestros días*. Tr. de Miguel Martí. 7a ed. México: Siglo XXI, 2003, ©1987. 608 p.

BRITO SOTO, Luis Felipe. "La actividad física y su contribución a la promoción de la salud en la escuela". p. 46 – 51. *EDUCARE Renovación Educativa*. Año 2, no. 4, nov., 2008

BUCHER, Charles A. *tratado de educación física y deportes*. Tr. Alonso Vasseur Walls. México: Continental, 1973. p. 363

FERNÁNDEZ GARCÍA, Victoria y Hernández Tezoquipa Isabel. "Ejercicio y actividad física: pilar en la reducción de enfermedades. La enfermería y su labor preventiva." p. 1 – 6. INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA. SECRETARÍA DE SALUD. *Promoción de la actividad física*. Jun, 2007

GADOTTI, Moacir. *Historia de las ideas pedagógicas*. Tr. de Noemí Alfaro. Pról. de José Ángel Pescador Osuna. Prefacio de António Joaquim Severino. 6ª ed. México: Siglo XXI, 2005, © 1998. 354 P.

GILBERT, Roger. *Las ideas actuales en pedagogía*. Tr. de Lotti Guessner Winkler. Pról. de Robert Dottrens. México: Grijalbo, 1977, © 1986. 248 p.

EISENBERG WIEDER, Rose y otros. *Corporeidad, movimiento y educación física. 1992 – 2004*. Coord. Rose Eisenberg Wieder. México: Grupo Ideograma, 2007. p. 414. (Colec. La investigación educativa en México 1992 – 2002)

GONZÁLEZ, Eugenio y José Antonio Bueno. *Psicología de la educación y del desarrollo en la edad escolar*. Madrid: CCS, 2004. 831 p.

GONZÁLEZ HERRERO, M. Esther y otros. *Educación física en primaria. Fundamentación y desarrollo curricular*. 2ª ed. Barcelona: Paidotribo, s.a. p. 285. (Colec. Educación física y enseñanza)

LAMOUR, Henry. *Manual para la enseñanza de la educación física y deportiva*. Tr. José Federico Delos. México: Paidos, 1991, ©1986. p. 331. (Colec. Ministerio de Educación y Ciencia.)

LE BOULCH, Jean. *Hacia una ciencia del movimiento humano. Introducción a la psicokinética*. Barcelona: Paidos, 1992, © 1971. p. 277. (Colec. Técnicas y Lenguajes)

PALACIOS, Jesús. *La cuestión escolar. Críticas y alternativas*. 6ª ed. Barcelona: Laia, 1984, © 1979. 668 p.

PARENT, Juan. *Un cuerpo propiamente dicho*. México, Universidad Autónoma del Estado de México, 1983. p. 155 (Colec. Lecturas críticas, vol. 8)

RODRÍGUEZ, LÓPEZ, Juan. *Deporte y ciencia. Teoría de la actividad física*. 2ª ed. España: INDE, 1998, © 1995. p. 287

SCHEDE, Franz. *Fundamentos de la educación física*. Tr. Sergio Pawlowsky. 5ª ed. Madrid: Científico – Medica, 1971. p. 169.

STASSEN BERGER, Kathleen y Ross A. Thompson. *El desarrollo de la persona desde la niñez a la adolescencia*. Tr. Xavier Guijarro y Gemma Castellino. 4ª ed. Madrid: Medica Panamericana, 1995. 620 p.

STOKOE, Patricia y Ruth Harf. *La expresión corporal en el jardín de infantes*. Barcelona: Paidós, 1987, © 1984. 120 p. (Colec. Técnicas y lenguajes corporales, vol. 11)

VICICIANA, GARÓFANO, Virginia y Milagros Artega Checa. *Las actividades coreográficas en la escuela. Danzas, bailes, fonky, gimnasia – jazz...* 2ª ed. Barcelona: INDE, 1999, © 1997. 225 p. (Colec. La educación física en... Reforma)

### Referencias electrónicas:

CONADE. Dirección URL <http://www.conade.gob.mx/> [Consulta: 8 noviembre 2009].

*El movimiento de la escuela nueva*. Dirección URL [http://eduso.files.wordpress.com./2008/05/01escuela\\_nueva.pdf](http://eduso.files.wordpress.com./2008/05/01escuela_nueva.pdf). [Consulta: 24 de marzo 2009].

Instituto para el Desarrollo y la Innovación Educativa (IDIE – OEI) en Educación Inicial y Derechos de la Niñez. *Plan de formación. Educación infantil desde el enfoque de los derechos*. Dirección URL <http://www.oei.es/idie/modulo2.pdf> [Consulta: 19 enero 2009]

JARAMILLO, Leonor. *Concepción de infancia*. Dirección URL [http://ciruelo.uninorte.edu.co/pdf/zona\\_proxima/8/9\\_Concepcion%20de%20infancia.pdf](http://ciruelo.uninorte.edu.co/pdf/zona_proxima/8/9_Concepcion%20de%20infancia.pdf) [Consulta: 19 enero 2009].

UNICEF, *Desarrollo de la primera infancia*. Dirección URL <http://www.unicef.org.co/10-temas.htm> [Consulta: 12 enero 2009].

UNICEF, *Estado Mundial de la infancia 2005*, Dirección URL <http://www.amnistiacatalunya.org/edu/2/nin/inf-unicef.html> [Consulta: 19 enero 2009].

UNICEF, “La edad escolar”. *Vigía de los derechos de la niñez mexicana*. p. 4 Numero 2, año 1, diciembre 2005 Dirección URL

[http://www.unicef.org/mexico/spanish/mx\\_resources\\_vigia\\_II.pdf](http://www.unicef.org/mexico/spanish/mx_resources_vigia_II.pdf) [Consulta: 21 enero 2009].

UNICEF, México. *Declaración Universal de los derechos del niño*. Dirección URL <http://www.unicef.org/spanish/index.php> [Consulta: 8 noviembre 2009].

UNICEF, México. *La infancia*. Dirección URL [http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos\\_6901.htm](http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6901.htm) [Consulta: 19 enero 2009].

UNICEF. *Un enfoque de la educación para todos basado en los derechos humanos*. Dirección URL <http://www.ungei.org/spanish/resources/files/EDUCACIONPARATODOS.pdf> [Consulta: 31 de enero 2009]

ROUSAS J, Rushdoony. *El concepto de niño*. Dirección URL [http://www.contra-mundum.org/castellano/rushdoony/Concept\\_Child.pdf](http://www.contra-mundum.org/castellano/rushdoony/Concept_Child.pdf) [Consulta: 12 enero 2009].

SIERRA, André Francisco. *Educación integral; plenitud necesaria*. Episteme. Docencia e investigación un solo espacio. Dirección URL [http://www.uvmnet.edu/investigacion/episteme/numero1-04/enfoque/a\\_educacion.asp](http://www.uvmnet.edu/investigacion/episteme/numero1-04/enfoque/a_educacion.asp) [Consulta: 31 de enero 2009].

*Tercera infancia: desde los 7 a los 12 años*. Dirección URL <http://www.seitokarate-do.org/docu/Psicomotor%202.pdf> [Consulta: 20 enero 2009]

Wikipedia. La enciclopedia Libre. *Escuela Nueva*. Dirección URL [http://es.wikipedia.org/Escuela\\_Nueva](http://es.wikipedia.org/Escuela_Nueva) [Consulta: 24 de marzo 2009].

### Documentos oficiales:

Ley General de Cultura Física y Deporte. Artículo IV, Fracción III, MÉXICO, 2003

México. Secretaría de Educación Pública. *Algunas consideraciones acerca de los niños de primero a sexto grado*. Libro del maestro. CONALITEG. Sesión 3, lectura 10. p. 81 – 115

SEP. Plan de estudios 2009. Educación Básica Primaria,