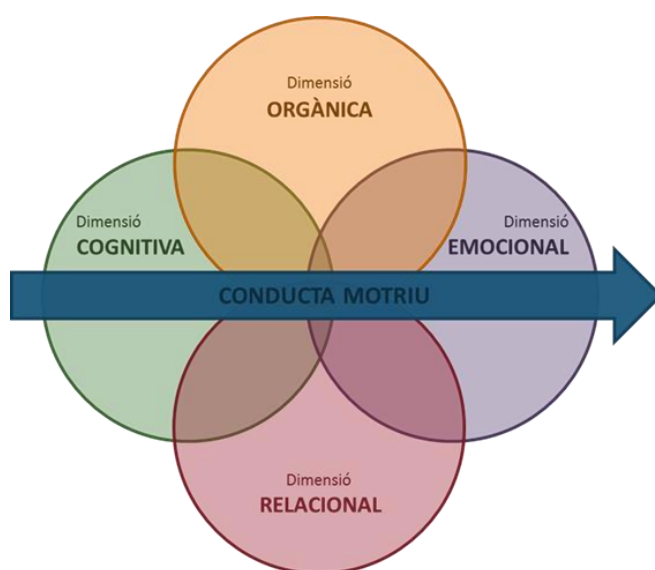


L'educació física a la segona ensenyança de l'Escola Andorrana

Definició i finalitat de l'àrea d'educació física

L' Educació Física (EF) exerceix una gran influència sobre la personalitat i el desenvolupament de l'alumne. El fet original de l'educació física i esportiva respecte la resta d'àrees d'aprenentatge, és que intervé sobre les conductes motrius dels alumnes mobilitzant a través del joc motor o l'esport i de manera unitària, les dimensions orgàniques, cognitives, afectives i relacionals de la seva personalitat. És aquest aspecte al que defineix quina és la finalitat de l'àrea: formar ciutadans autònoms, física i socialment educats en un àmbit de convivència amb altres persones i amb l'entorn a través del desenvolupament de les seves potencialitats i de l'evolució de les seves conductes motrius.

La conducta motriu representa el denominador comú de totes les pràctiques físiques, ja sigui l'atletisme, el futbol, els jocs tradicionals, la dansa o les activitats a la natura. Es tracta doncs de superar el concepte de moviment, per passar a pensar en la persona que es mou; entendre una motricitat guiada pels significats que el subjecte atribueix a les seves accions en el context físic i social en què elles es produeixen.



Il·lustració 1: dimensions de la conducta motriu

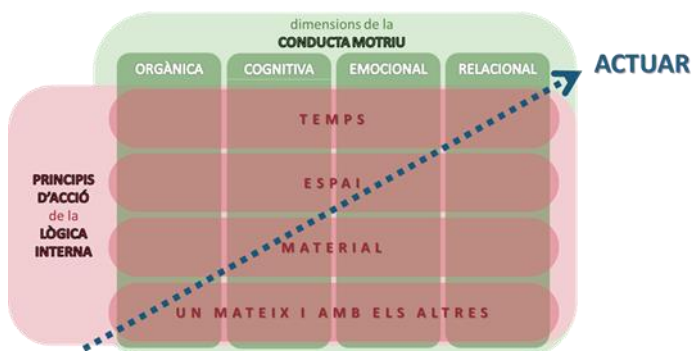
Enfocaments didàctics

Per afrontar aquest repte cal un veritable canvi de paradigma, deixant de parlar de simples tècniques esportives o d'aptituds físiques per referir-se a les persones actuant; és a dir, a la significació que l'alumne concedeix al seu comportament motor (Parlebas, 2002, Lavega y Lagardera, 2003, 2004).

Els principis i conceptes clau fonamentats en la **ciència de la acció motriu o praxiologia motriu**:

1. Cada activitat física activa en l'alumne un tipus de relació en el context en què intervé i que li atorga sentit i significat a les intervencions (Larraz, 2004);
2. Caracteritza cada pràctica motriu pel sentit profund de les conductes motrius que suscita, és a dir, pel tipus d'experiència corporal que demanda (Lagardera i Lavega, 2004);
3. Identifica de manera precisa els trets (propietats) que caracteritzen la lògica interna de cada joc, esport o activitat física ja que l'alumne al actuar no fa més que intentar ajustar les seves conductes motrius a la lògica interna d'aquella pràctica, és a dir, a les relacions que la constitueixen, concretades en la relació amb els altres participants, amb l'espai, amb el temps i amb el material (Urdangarin i Etxebeste (2005);
4. L'organització dels diferents grups de recursos d'aprenentatge segueixin el criteri d'exclusivitat (que una pràctica motriu o esport només pertanyi a un bloc de recursos d'aprenentatge) i d'exhaustivitat (que estiguin representades les diferents classes d'experiències motrius de les que es pot servir l'EF) (Lagardera i Lavega, 2003). A la vegada cal evitar confondre continguts (jocs, esports, danses...) amb finalitats (millora de la salut, millora de la condició física, convivència, sostenibilitat...); ja que les finalitats es poden treballar de manera

transversal des dels diferents blocs de recursos d'aprenentatge



Il·lustració 2: actuació de l'alumnat per ajustar la conducta motriu a la lògica interna de la situació motriu

Així doncs, els programes d'EF d'Escola Andorrana agrupen les pràctiques motrius segons la semblança dels principis d'acció i segons l'activació de les dimensions de la conducta motriu requerides per poder donar resposta. Un primer criteri per determinar les pràctiques motrius és el corresponent amb la interacció motriu que descompon la motricitat en dos universos d'experiències educatives radicalment diferents: *situacions psicomotrius* - en les quals l'alumne hi participa sense interactuar amb altres persones - i les *situacions sociomotrius* - en les quals l'alumne s'ha de relacionar amb altres persones.

Eixos competencials

D'aquest primer agrupament es desprenen els dos eixos que travessen l'experiència de l'alumnat durant la seva escolaritat. És a dir, les competències de l'alumnat giraran entorn dos eixos les accions psicomotrius o les interaccions sociomotrius per donar resposta a les situacions motrius que se li presentin.

Tant en el domini psicomotriu com sociomotriu, l'espai on es desenvolupa la pràctica motriu aporta informació que convé desxifrar. La

incertesa informacional de l'espai distingeix les activitats físiques realitzades en un medi estable d'aquelles que es realitzen en un medi inestable. Les primeres (medi estable) es desenvolupen en medis absents d'imprevistos i canvis en les condicions (per exemple aquelles que es realitzen en una pista poliesportiva, un pavelló, una piscina o pista d'atletisme). Les pràctiques motrius que es realitzen en un medi inestable aporten informacions que s'han de desxifrar i interpretar amb decisions improvisades que van canviant en cada moment de l'activitat. L'escenari privilegiat per intervenir en un medi inestable és la natura.

En el domini psicomotriu, l'alumne es posa a prova a ell mateix per superar reptes motors; és el cas d'algunes proves d'atletisme (saltos, llançaments, curses curtes), natació, gimnàstica artística, tai-txi-txuan; exercicis d'atenció plena, estiraments o relaxació. L'altre gran domini és el sociomotriu, on la significació de les accions va dirigida a un entorn social on cal relacionar-se amb altres persones. Aquest entorn és fonamental per educar la convivència i la salut o benestar relacional.

El domini sociomotriu es pot segregar en tres agrupacions segons la interacció que la pràctica motriu exigeix: 1) domini de cooperació: dues o més persones s'ajuden mútuament per assolir un objectiu comú. Exemples d'aquestes pràctiques motrius són els jocs cooperatius, l'acro-ioga, les tècniques de circ, etc.; 2) domini d'oposició: el participant ha de desxifrar i reaccionar davant les accions d'un o més rivals que s'oposen. Són exemples d'aquest domini, el bàdminton, el judo, l'atletisme en curses de mig fons, els jocs tradicionals de persecució, etc.; 3) domini de cooperació-oposició: les relacions s'adrecen a la comunicació i coordinació motriu amb companys i la contracomunicació amb adversaris. Alguns exemples són els esports d'equip com el bàsquet, el futbol, el voleibol i també un gran nombre de jocs tradicionals.

Per tal de que l'alumnat experimenti l'adaptació de la seva conducta motriu a les exigències de les diferents pràctiques motrius, l'EF d'Escola Andorrana estructura els seus blocs de recursos en base a les agrupacions de dominis exposades anteriorment, més el domini corresponent a l'expressió artística. A diferència dels altres dominis, aquest té com a finalitat produir un missatge estètic (poètic) i comunicatiu sobre d'altres persones. En són exemple, la dramatització, el mim, les coreografies o les danses.

Cada domini trasllada a un grup diferent d'experiències motrius que poden exercir efectes diferents sobre les conductes motrius dels alumnes; el docent tria les pràctiques motrius segons els efectes perseguits i de la contextualització educativa a fer. Es poden modificar les lògiques internes de les situacions motrius - per exemple canviant l'ús de l'espai, la durada, el nombre de jugadors, la manera d'emprar el material, entre altres -. És important identificar el tipus de relacions que es volen promoure i en quin domini s'està actuant, ja que una mateixa tasca motriu pot modificar-se i emprar-se en diferents dominis modificant la seva lògica interna (per exemple, passar-se la pilota de bàsquet en grups de quatre - situació de cooperació - o prendre la pilota de l'equip contrari - domini d'oposició i en un enfrontament de dos contra dos domini de cooperació-oposició).

La proposta del docent ha de canviar el model tradicional d'iniciació esportiva (repetició d'accions tècniques descontextualitzades) i substituir-lo per situacions amb una lògica internes semblants a la del joc real per tal que l'alumnat trobi de manera comprensiva i motora els principis d'acció que marquen les regularitats d'aquella activitat i que li permetin millorar les seves conductes motrius (per exemple: nocions de profunditat, verticalitat, amplitud, dispersió, reducció/ampliació distància d'enfrontament, combinacions equilibri/desequilibri en els jocs de lluita d'oposició, principis d'acció de flotabilitat,

propulsió i respiració en activitats aquàtiques, entre altres).

Paral·lelament, un gran ventall dels reptes que plantegen les situacions motrius requereix una organització estratègica de les conductes motrius, tant quan s'intervé cercant un objectiu individual (activitats psicomotrius o d'oposició) com un objectiu col·lectiu (activitats sociomotrius de cooperació o cooperació-oposició). Quan sigui possible es facilitarà que l'alumnat pugui construir, aplicar i avaluar el projecte d'acció motriu. Si el projecte d'acció motriu és individual contribuirà a educar l'autonomia i la seguretat i confiança amb un mateix. Si el pla d'acció motriu és col·lectiu permetrà treballar el pacte estratègic, la negociació i els acords democràtics amb els altres companys. No es tracta d'imposar, sinó d'establir un pla d'acció motriu per donar resposta a un joc o esport.

Atès que el concepte de conducta motriu mobilitza les diferents dimensions de la personalitat de l'alumnat, el professor ha d'interpretar el significat de les conductes motrius dels alumnes, centrant l'atenció en la dimensió orgànica - per exemple, corregir la posició del cos en un exercici de força; en la dimensió afectiva - exemple: reconèixer una reacció emocional positiva al superar un problema; dimensió cognitiva - exemple: corregir una decisió desajustada en intentar superar un adversari o dimensió relacional - exemple: reforçar la resposta d'un alumne quan decideix sacrificar-se quan veu un company que ha punxat la roda de la seva bicicleta i s'atura per ajudar-lo. D'aquesta manera s'estarà educant la globalitat de la persona i en definitiva les diferents dimensions que constitueixen el seu benestar o salut integral.

Referències bibliogràfiques

- Andueza, J. (2015). *Educación de las relaciones interpersonales a través de la educación física en primaria*. Tesis doctoral. Lleida: Universitat de Lleida.
- Collard, L. (Ed) (2012). *Sport et bien-être relationnel. Facteur d'intégration, de socialisation, d'insertion des jeunes*. Paris: Chirons.
- Duran, C., Lavega, P., Planas, A., Muñoz, R., i Pubill, G. (2014). *Educación física emocional en secundaria*. El papel de la sociomotricidad. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 117(3)-23-32.
- Dugas, E. (2004). *Lógica de situaciones motrices y transferencia de aprendizajes en la educación física y los deportes*. En F. Lagardera i P. Lavega, (eds.) *La ciencia de la acción motriz* [pp.181-202]. Universidad de Lleida: Lleida.
- Duran, C., Lavega, P., Salas, C., Tamarit, M., i Invernó, J. (2015). *Educación Física emocional en adolescentes*. Identificación de variables predictivas de la vivencia emocional, *Cultura, Ciencia y Deporte*. 10, 5 -18.
- Etxebeste, J., Del Barrio, S., Urdangarin, C., Usabiaga, O., i Oiarbide, A. (2014). *Ganar, perder o no competir: la construcción temporal de las emociones en los juegos deportivos*. En número monográfico Emociones, educación física y juego motor. *Educatio Siglo XXI*, 32(1), 33-48
- Lagardera, F. i Lavega, P. (2003). *Introducción a la praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Lagardera, F. i Lavega, P. (eds). (2004). *La ciencia de la acción motriz*. Lleida: Edicions de la Universitat de Lleida.
- Lagardera, F. i Lavega, P. (2005). *La educación física como pedagogía de las conductas motrices*. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 18, 79-102.
- Larraz, A. (2004). *Los dominios de acción motriz como base de los diseños curriculares en educación física: el caso de la comunidad autónoma de Aragón en educación primaria*. En F. Lagardera i P. Lavega, (eds.) *La ciencia de la acción motriz* [pp. 203-226]. Universidad de Lleida: Lleida.
- Larraz, A. (2008). *Valores y dominios de acción motriz en la programación de educación física para la educación primaria*. In P. U. d. Zaragoza (Ed.). Zaragoza.
- Lavega, P. (2010). *Contribución de los juegos y deportes tradicionales a una concepción sistémica de la salud*. En C. De La Villa (Ed.) *Juegos tradicionales y salud social*. [48-84]. Aranda de Duero: La Tanguilla, Asociación Europea de Juegos y Deportes Tradicionales.
- Lavega, P., Filella G., Lagardera, F., Mateu, M., i Ochoa J. (2013). *Juegos motores y emociones*. *Cultura y Educación*. 25(3), 347 - 360.
- Lavega, P., Alonso, JI., Etxebeste, J., Lagardera, F. i March, J. (2014). *Relationship between Traditional Games and the Intensity of Emotions experienced by Participants*. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85 (4), 457-467. doi: 10.1080/02701367.2014.961048

Parlebas, P. (1968). *Problématique de l'éducation physique. L'éducation physique: une pédagogie des conduites motrices*. En Parlebas Activités physiques et éducation motrice, Dossiers EPS, Paris:EPS. 3ª Edición.

Parlebas, P. (1996). *Perspectivas para una educación física moderna*. Cuadernos técnicos del deporte, núm. 25. Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.

Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico comentado de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.

Parlebas, P. (2002). *Dominis d'acció motriu i selecció d'activitats en Educació Física*. Lliçó inaugural. Barcelona: INEF de Catalunya.

Parlebas, P. (2003). *Un nuevo paradigma en educación física: los dominios de acción motriz*. En J.P. Fuentes i M. Bellido (eds.) *La Educación Física en Europa y la calidad didáctica en las actividades físico-deportivas* [pp. 27-42]. Primer congreso internacional de Educación Física. FIEP. Cáceres: Diputación de Cáceres.

Parlebas, P. (2010). *Salud y bienestar relacional en los juegos tradicionales*. En C. De La Villa (Ed.) *Juegos tradicionales y salud social*. [85-109]. Aranda de Duero: La Tanguilla, Asociación Europea de Juegos y Deportes Tradicionales.

Gelpi, P., Romero, R., Mateu, M., Rovira, G., i Lavega, P. (2014). *En número monográfico Educación emocional en las situaciones motrices expresivas Emociones, educación física y juego motor*. *Educatio Siglo XXI*. 32(1), 49 - 70.

Sáez de Ocáriz, U., Lavega, P., Lagardera, F., Costes, A., i Serna, J. (2014) *¿Por qué te peleas?: conflictos y emociones en educación física*. En número monográfico *Emociones, educación física y juego motor*. *Educatio Siglo XXI*. 32(1), 71-90.
<http://dx.doi.org/10.6018/rie.32.2.183911>

Sáez de Ocáriz, U., Lavega, P., Mateu, M., i Rovira, G. (2014). *Emociones positivas y educación de la convivencia escolar*. Contribución de la expresión motriz cooperativa. *RIE. Revista de Investigación Educativa*. 32(2), 309 - 326.

Sáez de Ocáriz, U. i Lavega, P. (2015). *Estudio de los conflictos en el juego en educación física en primaria / Study of conflicts in games played during primary school physical education classes*. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 15 (57) pp. 29-44.
<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista57/artestudio555.htm>

Serna, J. (2014). *Inteligencia motriz e inteligencia emocional en el baloncesto*. Tesis doctoral. Lleida: Universitat de Lleida.

Urdangarin, C. i Etxebeste, J. (coord.). (2005) *Euskal jokoa eta jolosa -transmitiendo una herencia vasca a partir del juego*. Gobierno Vasco: Vitoria-Gasteiz.