



**EducaOposiciones**  
PREPARACIÓN MAESTROS



CONTEXTUALIZACIÓN  
**CANARIAS**

## TEMA 1

**CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:  
EVOLUCIÓN Y DESARROLLO DE LAS  
DISTINTAS CONCEPCIONES.**

**Especialidad: Ed. Física**

**AUTORES:**

Elisa Atanasio Goitia



MODELO BASADO EN  
CRITERIO REAL DE TRIBUNAL



**TEMARIO**  
Domina los  
contenidos  
clave



**SUPUESTOS**  
Aplica la teoría  
a casos reales



**PROGRAMACIÓN**  
Diseña propuestas  
didácticas eficaces



**DEFENSA**  
Comunica, convence  
y demuestra



La plaza no se consigue  
solo por lo que sabes.

Se consigue por  
**cómo lo demuestras.**



**USO EXCLUSIVO DEL  
ALUMNADO DE  
EDUCAOPOSICIONES**

Prohibida su reproducción  
o difusión



[www.educaoposiciones.es](http://www.educaoposiciones.es)



650 413 302



[hola@educaoposiciones.es](mailto:hola@educaoposiciones.es)

## CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	3
1.CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA .....	3
1.1. CONCEPTO .....	3
1.2. APORTACIONES CLAVE AL CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA .....	4
1.3. CONCEPTO ACTUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA .....	5
2. DESARROLLO Y EVOLUCIÓN DE LAS DISTINTAS CONCEPCIONES .....	6
2.1 PREHISTORIA .....	6
2.2. EDAD ANTIGUA .....	6
2.3. EDAD MEDIA .....	9
2.4. EDAD MODERNA: RENACIMIENTO E ILUSTRACIÓN .....	9
2.5. EDAD CONTEMPORÁNEA: SISTEMAS GIMNÁSTICOS (SIGLO XIX) .....	11
2.6. SIGLO XX: EVOLUCIÓN PEDAGÓGICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA .....	12
3. PRINCIPALES TENDENCIAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ACTUALIDAD .....	14
3.1. EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ Y DESARROLLO GLOBAL .....	14
3.2. EXPRESIÓN CORPORAL Y EDUCACIÓN EMOCIONAL .....	15
3.3. HABILIDADES DEPORTIVAS Y DEPORTE EDUCATIVO .....	15
3.4 CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD .....	16
3.5. INCLUSIÓN, IGUALDAD Y SOSTENIBILIDAD .....	17
CONCLUSIÓN. ....	17
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS, WEBGRÁFICAS Y NORMATIVAS .....	18
ANEXOS.....	20

## INTRODUCCIÓN.

En la sociedad actual, caracterizada por profundos cambios en los estilos de vida, el cuerpo y el movimiento adquieren una relevancia creciente como elementos clave para el desarrollo integral de la persona. Sin embargo, junto al aumento de la práctica deportiva organizada en edades tempranas, se observa también un incremento significativo del sedentarismo asociado al uso prolongado de dispositivos digitales, a la reducción del juego activo espontáneo y a hábitos de vida poco saludables, lo que plantea nuevos retos educativos.

En este contexto, la **Ley Orgánica 2/2006, de Educación (LOE)**, modificada por la **Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE)**, establece en su artículo 3 que la Educación Primaria constituye una etapa obligatoria orientada al desarrollo integral del alumnado mediante la adquisición de las competencias clave. Dentro de este marco, la Educación Física se configura como un área de especial relevancia, tal y como se recoge en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo y en el **Principado de Asturias**, en el **Decreto 57/2022, de 22 de julio**, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en Asturias; y en la **Resolución de 26 de junio de 2023**, sobre evaluación, promoción y medidas de atención a la diversidad, al contribuir de manera directa al desarrollo físico, cognitivo, emocional y social del alumnado.

Lejos de concepciones tradicionales centradas exclusivamente en el rendimiento físico o la práctica deportiva, la Educación Física ha experimentado una profunda evolución a lo largo del tiempo, incorporando aportaciones de diversas corrientes pedagógicas y científicas. En la actualidad, se entiende como un área de carácter competencial, inclusivo y educativo, en la que el movimiento se convierte en un medio para aprender, convivir, expresar emociones y adoptar estilos de vida activos y saludables.

Por todo ello, el presente tema aborda el concepto de Educación Física desde una perspectiva evolutiva, analizando las distintas concepciones que han influido en su desarrollo hasta la actualidad y su concreción en el marco educativo vigente.

## 1. CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

### 1.1. CONCEPTO

El concepto de Educación Física está formado por dos términos: "educación" y "física". En primer lugar, es necesario clarificar el significado de "educación" desde una perspectiva etimológica, ya que este término ha generado históricamente cierta ambigüedad debido a su doble raíz latina: *educare* y *educere*.

Por un lado, ***educare*** significa criar, nutrir o alimentar, entendiendo la educación como un proceso de transmisión externa de conocimientos y valores, en el que el docente guía y proporciona los estímulos necesarios para el aprendizaje del alumnado. Desde esta perspectiva, la educación se concibe como una acción de "construcción" desde el exterior.

Por otro lado, ***educere*** significa "sacar hacia fuera" o "extraer", haciendo referencia al proceso mediante el cual el educador ayuda a desarrollar las potencialidades que el propio individuo ya posee de forma interna.

Históricamente, estas dos concepciones han dado lugar a dos enfoques pedagógicos contrapuestos: la escuela tradicional y la escuela nueva. En el primer caso, se concede mayor protagonismo al docente como transmisor del conocimiento, mientras que en el segundo se otorga un papel central al alumnado como agente activo de su propio aprendizaje.

No obstante, esta aparente oposición debe entenderse desde una perspectiva de complementariedad, ya que el proceso educativo actual integra ambas dimensiones. En este sentido, el binomio **enseñanza-aprendizaje** refleja la interacción necesaria entre la intervención docente y la construcción activa del conocimiento por parte del alumnado.

Por su parte, el término **“física”** procede del griego *physis*, que significa naturaleza, y hace referencia a todo aquello relacionado con el cuerpo y lo corporal.

Tradicionalmente, el cuerpo ha sido considerado en un segundo plano frente a otras dimensiones del ser humano, lo que ha contribuido a una visión dualista de la persona (cuerpo-alma). Esta concepción ha influido históricamente en la tardía incorporación de la Educación Física al sistema educativo.

Sin embargo, en la **actualidad**, esta visión ha sido superada, entendiendo el cuerpo como una dimensión esencial del desarrollo humano. De este modo, la Educación Física no se limita al desarrollo de habilidades motrices, sino que contribuye al desarrollo integral del alumnado, favoreciendo la adquisición de hábitos de vida saludables, el conocimiento y control del propio cuerpo, la gestión emocional y la educación en valores como el respeto, la igualdad, la cooperación y la inclusión.

## 1.2. APORTACIONES CLAVE AL CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

El concepto actual de Educación Física es el resultado de una evolución progresiva en la que confluyen aportaciones pedagógicas, científicas y de salud.

En primer lugar, **Jean Le Boulch** supone un cambio fundamental al superar la visión exclusivamente biológica del cuerpo. A través de la psicomotricidad, defiende que el movimiento contribuye al desarrollo global del individuo, integrando las dimensiones motora, cognitiva, afectiva y social. De este modo, la Educación Física comienza a concebirse como un medio educativo para el desarrollo integral.

Posteriormente, **Pierre Parlebas** aporta una visión científica del movimiento mediante la praxiología motriz. Según este autor, las situaciones motrices poseen una lógica interna, y las conductas motrices del alumnado en juegos y deportes constituyen un objeto de estudio educativo, ya que favorecen la toma de decisiones, la interacción social y la resolución de problemas en contextos motrices.

A estas aportaciones se suma la perspectiva de la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, que define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que implica un gasto energético. Desde esta perspectiva, se destaca su importancia en la prevención de enfermedades y en la mejora de la salud física, mental y social, reforzando el papel de la Educación Física como promotora de estilos de vida saludables.

### 1.3. CONCEPTO ACTUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

En conjunto, las diferentes aportaciones teóricas, científicas y pedagógicas desarrolladas a lo largo de la evolución de la Educación Física han influido directamente en su concepción actual dentro del sistema educativo. Esta evolución ha supuesto un cambio de paradigma desde un modelo centrado en el rendimiento físico y la ejecución técnica hacia una visión mucho más amplia, global e integradora del movimiento humano.

En este sentido, la actual normativa educativa, especialmente la LOMLOE, entiende la Educación Física como un área de carácter competencial, inclusivo e integral, orientada al desarrollo global del alumnado en sus dimensiones motriz, cognitiva, afectiva, social y ética. Esta concepción se alinea con el enfoque competencial del currículo, donde el aprendizaje no se reduce a la adquisición de contenidos aislados, sino al desarrollo de competencias clave que permiten al alumnado desenvolverse de forma eficaz en contextos reales y diversos.

Asimismo, la Educación Física actual adquiere un papel fundamental en la promoción de estilos de vida saludables y activos, respondiendo a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, que destaca la importancia de la actividad física regular como factor protector frente a enfermedades físicas y mentales, así como como elemento clave en el bienestar general de la población. De este modo, el área trasciende el ámbito meramente escolar para proyectarse hacia la vida cotidiana del alumnado, fomentando la autonomía y la responsabilidad sobre la propia salud.

Desde esta perspectiva, el concepto actual de Educación Física se configura como un espacio educativo privilegiado para el desarrollo integral de la persona, donde el movimiento se convierte en el eje vertebrador del aprendizaje. No se trata únicamente de "hacer ejercicio", sino de aprender a través del movimiento, comprender el propio cuerpo, interactuar con los demás, tomar decisiones motrices y desarrollar una actitud crítica y consciente hacia la actividad física.

En este marco, la influencia de autores como Jean Le Boulch resulta esencial, al concebir la Educación Física como una verdadera "educación por el movimiento", donde el desarrollo psicomotor constituye la base del desarrollo global del individuo. De igual forma, las aportaciones de Pierre Parlebas aportan una visión científica del movimiento humano a través de la praxiología motriz, permitiendo analizar las situaciones motrices desde su lógica interna y sus relaciones de interacción, lo que ha enriquecido profundamente la didáctica de los juegos y deportes.

A estas aportaciones se suma la perspectiva de la salud promovida por la Organización Mundial de la Salud, que ha contribuido a redefinir la finalidad de la Educación Física hacia la adquisición de hábitos de vida activos, saludables y sostenibles a lo largo de toda la vida, entendiendo la actividad física como un derecho y una necesidad social.

En consecuencia, la Educación Física actual no puede entenderse como una suma de contenidos aislados, sino como un área global, interdisciplinar y profundamente educativa, que integra el desarrollo de la competencia motriz con el desarrollo personal y social del alumnado. Su finalidad última es contribuir a la formación de ciudadanos autónomos, críticos, responsables y comprometidos con su salud y con su entorno.

En definitiva, la Educación Física en el sistema educativo actual integra de manera coherente la visión educativa de Le Boulch, centrada en el desarrollo global a través del movimiento; el

enfoque científico de Parlebas, basado en el análisis de las situaciones motrices; y la dimensión de salud promovida por la OMS, orientada al bienestar físico, mental y social.

Todo ello configura una materia esencial dentro del currículo educativo, no solo por su contribución al desarrollo de la competencia motriz, sino también por su papel en la adquisición de competencias clave como la competencia personal, social y de aprender a aprender, la competencia ciudadana o la competencia en conciencia y expresión culturales, consolidándose así como un área fundamental para el desarrollo integral del alumnado dentro del sistema educativo actual.

## 2. DESARROLLO Y EVOLUCIÓN DE LAS DISTINTAS CONCEPCIONES

La actividad física ha acompañado al ser humano desde sus orígenes, evolucionando desde prácticas no sistematizadas orientadas a la supervivencia, hasta la actual concepción de la Educación Física como un ámbito educativo que contribuye al desarrollo integral de la persona, entendida desde una perspectiva biopsicosocial.

A continuación, se realiza un recorrido histórico de la actividad física desde la Prehistoria hasta la actualidad, destacando las principales aportaciones de cada etapa y su relación con la concepción actual de la Educación Física en el sistema educativo.

### 2.1 PREHISTORIA

En la Prehistoria, la actividad física no tenía un carácter educativo formal, sino que estaba directamente vinculada a la supervivencia. La educación era de carácter informal y espontáneo, basada en la imitación y la observación de los adultos por parte de los más jóvenes.

Las actividades físicas fundamentales estaban relacionadas con la caza, la recolección, la pesca y la defensa del grupo, lo que implicaba el desarrollo de habilidades motrices básicas como correr, saltar, lanzar o trepar.

Además de estas prácticas utilitarias, existen evidencias de manifestaciones lúdicas y rituales, como danzas o juegos primitivos, que pueden considerarse antecedentes de la expresión corporal y del juego como herramienta social.

De este modo, aunque en la Prehistoria la actividad física no tenía una finalidad educativa intencionada, sí puede considerarse el origen del movimiento humano como necesidad básica y como forma de relación con el entorno. Esta idea resulta relevante en la actualidad, ya que pone de manifiesto que el ser humano, desde sus orígenes, ha utilizado el cuerpo como principal medio de adaptación, comunicación y supervivencia, lo que fundamenta la importancia de la Educación Física como área que parte de esta dimensión natural del movimiento para su desarrollo educativo y formativo.

### 2.2. EDAD ANTIGUA

En la Edad Antigua se produce una progresiva sistematización de la actividad física, aunque con finalidades muy diferentes según las civilizaciones. Podemos distinguir entre culturas orientales y culturas clásicas.

### 2.2.1. CULTURAS ORIENTALES

---

En las civilizaciones orientales, la actividad física estaba vinculada principalmente a fines utilitarios, militares, religiosos o de salud.

En **Mesopotamia**, la actividad física tenía un carácter fundamentalmente militar, siendo utilizada como preparación para la guerra y el mantenimiento del poder.

En **Egipto**, destacan actividades físicas relacionadas con el medio natural, como la natación, la lucha o ejercicios vinculados al trabajo en el entorno del Nilo.

En **China**, aparecen prácticas como el *T'suchu*, considerado antecedente del fútbol, así como el tiro con arco, junto con ejercicios vinculados a la salud y al equilibrio corporal.

En la **civilización hitita** se desarrollaron sistemas de entrenamiento ecuestre muy estructurados, considerados antecedentes de la preparación física organizada.

En la **civilización minoica (Creta)**, destacan manifestaciones físicas de carácter ritual y lúdico, como los espectáculos con toros (*taurocatapsia*), en los que se realizaban saltos acrobáticos, evidenciando el desarrollo de habilidades como la fuerza, la coordinación y la agilidad.

Estas manifestaciones reflejan el inicio de la utilización del movimiento humano no solo con fines utilitarios, sino también sociales y rituales, anticipando las dimensiones lúdica y expresiva de la Educación Física actual.

### 2.2.2. GRECIA (CULTURA CLÁSICA)

---

Una vez analizadas las primeras manifestaciones de actividad física en las civilizaciones orientales y prehistóricas, se observa una progresiva evolución hacia formas más organizadas y socialmente estructuradas del movimiento humano. En este recorrido histórico, las culturas clásicas, especialmente la civilización griega, suponen un punto de inflexión fundamental, ya que la actividad física comienza a adquirir un carácter educativo y formativo, integrándose en modelos de desarrollo integral del individuo.

En la civilización griega se produce uno de los momentos clave en la evolución de la actividad física, ya que por primera vez se integra de forma consciente dentro de un modelo educativo más amplio, vinculado a la formación integral del ciudadano.

En este contexto aparece el concepto de *paideia*, entendido como el proceso de educación global del individuo, en el que se busca el equilibrio entre cuerpo y mente. De este modo, la actividad física no se concibe únicamente como preparación militar o entretenimiento, sino como un elemento fundamental en la formación del ciudadano libre.

Dentro de este modelo educativo, la Educación Física estaba presente junto con otras disciplinas como la música, la filosofía y la retórica, lo que evidencia una clara intención de desarrollo armónico de la persona.

En las polis griegas, especialmente en Esparta y Atenas, se observan dos enfoques diferenciados de la actividad física. En Esparta, la Educación Física tenía un carácter claramente militar y disciplinario, orientado a la formación de guerreros fuertes y resistentes, dando prioridad al rendimiento físico y la obediencia.

Por el contrario, en Atenas se desarrolla una concepción más equilibrada, en la que se busca la formación integral del individuo, combinando la actividad física con la formación intelectual y artística. Este modelo ateniense se considera el antecedente más directo de la concepción educativa actual de la Educación Física.

Un elemento fundamental de la cultura griega son los Juegos Olímpicos, que se celebraban en honor a Zeus en la ciudad de Olimpia. Estos juegos no solo tenían un carácter deportivo, sino también religioso, social y cultural, convirtiéndose en un símbolo de unidad entre las polis griegas. En ellos se valoraban cualidades como la fuerza, la resistencia, la habilidad y la competitividad, aunque siempre dentro de un marco de respeto a las normas y al ideal de excelencia o *areté*.

Desde el punto de vista educativo, la cultura griega introduce una idea clave que ha perdurado hasta la actualidad: la búsqueda del equilibrio entre cuerpo y mente, lo que posteriormente se conocerá como el ideal de educación integral.

En este sentido, autores y corrientes pedagógicas posteriores han considerado la Grecia clásica como el origen del pensamiento educativo en torno a la actividad física, ya que por primera vez se le otorga un valor formativo y no únicamente utilitario.

Asimismo, algunas prácticas físicas griegas, como la lucha, el pentatlón o las carreras, constituyen la base de muchos deportes actuales, lo que evidencia la influencia directa de esta civilización en la configuración de la Educación Física moderna.

En definitiva, la civilización griega supone un punto de inflexión en la evolución de la actividad física, al pasar de un enfoque puramente funcional a una concepción educativa, cultural y formativa, estableciendo las bases de lo que hoy entendemos como Educación Física dentro del sistema educativo.

### **2.2.3. ROMA**

Tras el esplendor de la civilización griega, en la que la actividad física alcanzó un importante valor educativo dentro del ideal de formación integral, la cultura romana supone un cambio significativo en la concepción del ejercicio físico, adaptándolo a sus propias necesidades sociales, políticas y militares.

En Roma, la actividad física pierde en gran medida su carácter educativo y formativo, predominando un enfoque utilitario y pragmático. Su principal finalidad era la preparación militar, orientada a la formación de ciudadanos fuertes, resistentes y disciplinados, capaces de servir al Imperio. De este modo, el ejercicio físico se convierte en un medio para garantizar la eficacia del ejército y la expansión territorial.

En este contexto, las prácticas físicas más habituales estaban relacionadas con el entrenamiento militar, incluyendo marchas, lucha, manejo de armas y ejercicios de resistencia. Estas actividades se realizaban en espacios específicos como los campamentos militares o los *ludi*, donde se formaba a los jóvenes.

Paralelamente, en la sociedad romana adquieren gran relevancia los espectáculos públicos, como las luchas de gladiadores, las carreras de carros o los juegos en el circo. Estas manifestaciones tenían un carácter lúdico y de entretenimiento, pero también cumplían una función social y política, ya que servían como medio de control y distracción de la población, bajo la conocida política de "panem et circenses".

A diferencia de la concepción griega, en Roma se produce una separación entre la actividad física y la formación intelectual, perdiéndose en gran medida el ideal de equilibrio entre cuerpo y mente. La Educación Física deja de formar parte de un proyecto educativo integral y se orienta principalmente hacia fines prácticos y espectaculares.

No obstante, es importante destacar que Roma contribuye a la difusión de muchas prácticas físicas por todo su Imperio, lo que favorece la expansión y consolidación de determinados ejercicios y juegos que han llegado, en parte, hasta la actualidad.

Desde una perspectiva educativa, la civilización romana representa un ejemplo de cómo la actividad física puede ser utilizada con fines distintos a los formativos, lo que permite comprender la importancia de orientar adecuadamente su uso dentro del sistema educativo.

En definitiva, Roma supone un retroceso respecto a la concepción educativa de la actividad física desarrollada en Grecia, al priorizar su dimensión militar y lúdico-espectacular frente a su valor formativo. Este hecho pone de manifiesto la necesidad, ya en épocas posteriores, de recuperar el carácter educativo del movimiento como elemento esencial en la formación integral del individuo.

### 2.3. EDAD MEDIA

Tras la concepción utilitaria de la actividad física en Roma, la Edad Media supone un periodo de clara decadencia en la valoración del cuerpo y del ejercicio físico, debido principalmente a la influencia del pensamiento religioso dominante.

Durante esta etapa, predomina una visión espiritual del ser humano en la que el cuerpo es considerado secundario frente al alma. Como consecuencia, la actividad física pierde relevancia educativa y queda relegada a ámbitos muy concretos.

Por un lado, en el contexto de la nobleza, se desarrollan prácticas físicas vinculadas a la formación militar de los caballeros, como la equitación, la esgrima o los torneos. Estas actividades tenían un carácter selectivo y estaban orientadas a la guerra y al mantenimiento del estatus social.

Por otro lado, en el ámbito popular, se mantenían juegos tradicionales y actividades lúdicas, aunque sin una intención educativa formal ni una sistematización clara.

En este sentido, la Edad Media se caracteriza por la ausencia de una concepción educativa de la actividad física, alejándose del ideal formativo que había comenzado a desarrollarse en Grecia.

### 2.4. EDAD MODERNA: RENACIMIENTO E ILUSTRACIÓN

Tras la Edad Media, caracterizada por una visión del cuerpo subordinada a la dimensión espiritual y por la escasa valoración educativa de la actividad física, se inicia la Edad Moderna, en la que se produce una progresiva recuperación del valor del cuerpo dentro del proceso educativo.

Esta etapa está marcada por dos grandes movimientos: el Renacimiento y la Ilustración, que suponen una evolución en la concepción del ser humano y de la educación, sentando las bases de la futura Educación Física.

### **2.4.1. RENACIMIENTO: RECUPERACIÓN HUMANISTA DEL CUERPO**

---

El Renacimiento supone un cambio profundo en la visión del ser humano, influido por el humanismo, que sitúa a la persona en el centro del proceso educativo y recupera el interés por el cuerpo, la naturaleza y el desarrollo integral.

En este contexto, se retoma el ideal clásico de equilibrio entre cuerpo y mente, entendiendo la educación como un proceso global que integra dimensiones físicas, intelectuales y morales. Surgen así aportaciones pedagógicas relevantes, entre las que destaca Baltasar de Castiglione, quien en su obra *El Cortesano* defiende el ideal del hombre completo, que debe poseer habilidades físicas, elegancia corporal y formación intelectual.

Asimismo, Thomas Elyot propone en su obra una educación equilibrada en la que la actividad física contribuye al desarrollo del carácter y la salud del individuo.

En el ámbito español, Juan Luis Vives defiende una educación integral adaptada al alumno, otorgando importancia al desarrollo armónico del cuerpo junto con la formación intelectual y moral.

En conjunto, estas aportaciones reflejan la recuperación del valor educativo del cuerpo y su integración progresiva en el proceso formativo.

### **2.4.2. ILUSTRACIÓN: BASE RACIONAL DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

---

Posteriormente, ya en el siglo XVIII, se desarrolla la Ilustración, movimiento intelectual que pone el acento en la razón, la educación y el progreso social como medios de mejora del ser humano.

En este periodo, la actividad física comienza a vincularse no solo con el desarrollo corporal, sino también con la salud, la higiene y la formación del ciudadano, aunque aún sin una sistematización clara como área educativa independiente.

Destaca especialmente Jean-Jacques Rousseau, quien en su obra *Emilio o De la educación* defiende una educación natural basada en la libertad del niño, en la que la experiencia y el contacto con el entorno, incluida la actividad física, desempeñan un papel fundamental en el aprendizaje.

Sus ideas suponen un avance decisivo en la concepción educativa del cuerpo, al considerar el movimiento como parte esencial del desarrollo del individuo.

### **2.4.3. TRANSICIÓN HACIA LA EDUCACIÓN FÍSICA MODERNA**

---

Como consecuencia de estas ideas ilustradas sobre educación, salud y progreso, se sientan las bases ideológicas que permitirán, en el siglo XIX, la aparición de los sistemas gimnásticos y la estructuración científica de la actividad física.

En este proceso de transición, destaca Francisco Amorós, quien introduce una visión más sistemática del ejercicio físico, orientada tanto a la formación educativa como a la preparación militar, anticipando el desarrollo posterior de la Educación Física como disciplina organizada.

En definitiva, la Edad Moderna supone el paso desde la recuperación humanista del cuerpo en el Renacimiento hasta la fundamentación racional de la educación en la Ilustración, configurando

las bases ideológicas que darán lugar a la Educación Física como disciplina estructurada en la Edad Contemporánea.

## 2.5. EDAD CONTEMPORÁNEA: SISTEMAS GIMNÁSTICOS (SIGLO XIX)

La Edad Contemporánea supone la consolidación definitiva de la Educación Física como disciplina educativa, especialmente a partir del siglo XIX, en un contexto marcado por la industrialización, la preocupación por la salud pública y la necesidad de formación física de la población.

Como consecuencia de las ideas pedagógicas desarrolladas durante la Ilustración, que ponen el acento en la razón, la educación y el progreso social, durante el siglo XIX se produce la consolidación de la actividad física como disciplina organizada, dando lugar a los denominados sistemas gimnásticos.

Estos sistemas suponen la primera estructuración científica del ejercicio físico, estableciendo métodos, progresiones y objetivos claros, y marcando el paso hacia una Educación Física más sistematizada dentro del ámbito educativo, militar e higiénico.

### 2.5.1 SISTEMA ALEMÁN

El sistema alemán, desarrollado por **Friedrich Ludwig Jahn**, tiene un carácter fundamentalmente nacionalista y militar.

Su objetivo principal era fortalecer física y moralmente a la juventud alemana, mediante ejercicios gimnásticos realizados en aparatos (barras, potros, paralelas), conocidos como *Turnen*.

Se caracteriza por:

- gran intensidad física
- orientación al esfuerzo y la disciplina
- desarrollo de la fuerza y la resistencia

### 2.5.2 SISTEMA SUECO

El sistema sueco, creado por **Pehr Henrik Ling**, presenta un enfoque más analítico y científico. Se centra en la salud, la corrección postural y la prevención de lesiones, organizando los ejercicios de forma ordenada y progresiva.

Sus características principales son:

- carácter higiénico y terapéutico
- control preciso del movimiento
- ejercicios sin grandes aparatos
- orientación correctiva y educativa

### 2.5.3 SISTEMA FRANCÉS

El sistema francés, desarrollado por Francisco Amorós, combina la orientación militar con una finalidad educativa.

Se utilizó ampliamente en la formación de cuerpos militares, aunque también tuvo aplicación en el ámbito escolar.

Se caracteriza por:

- ejercicios variados (fuerza, agilidad, equilibrio)
- uso de obstáculos y recorridos
- finalidad práctica y funcional
- vinculación entre educación física y preparación militar

En conjunto, los sistemas gimnásticos del siglo XIX suponen un punto de inflexión en la evolución de la actividad física, ya que por primera vez se estructura de forma sistemática y científica, sentando las bases de la Educación Física moderna.

Estos sistemas permiten comprender el paso definitivo desde una concepción empírica y fragmentada del movimiento hacia una disciplina organizada, con finalidad educativa, higiénica y social, que posteriormente se integrará en los sistemas educativos contemporáneos.

#### 2.5.4 ESCUELA INGLESA Y DEPORTE EDUCATIVO

Paralelamente a los sistemas gimnásticos desarrollados en el continente europeo, en Inglaterra surge la denominada escuela inglesa, que introduce una nueva forma de entender la actividad física a través del deporte reglado.

Impulsada en el ámbito educativo por **Thomas Arnold**, especialmente en centros como Rugby School, esta corriente incorpora el deporte dentro del sistema escolar como un medio de formación del carácter, no solo físico, sino también moral y social.

Su principal aportación es la utilización del juego reglado como herramienta educativa, fomentando valores como el respeto a las normas, la cooperación, el esfuerzo, la responsabilidad y el juego limpio.

En este contexto, se produce la codificación y sistematización de numerosos deportes modernos que posteriormente se difundirán a nivel internacional. Entre ellos destacan el fútbol, el rugby, el cricket, el tenis moderno o el remo, practicado especialmente en el ámbito universitario británico.

De este modo, el deporte deja de ser una práctica informal o recreativa para convertirse en un **instrumento pedagógico estructurado**, con reglas estables y finalidad formativa, configurando el origen del deporte moderno y del posterior deporte educativo.

### 2.6. SIGLO XX: EVOLUCIÓN PEDAGÓGICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

A partir de la consolidación de la escuela inglesa y del deporte moderno como elemento educativo, el siglo XX supone una transformación profunda en la concepción de la Educación Física, ampliando su enfoque desde la dimensión exclusivamente física hacia una visión más global e integral del individuo.

En este contexto, la Educación Física deja de centrarse únicamente en el rendimiento o la técnica deportiva, para incorporar aspectos psicológicos, sociales, afectivos y educativos, entendiendo el movimiento como un medio de desarrollo de la persona en su conjunto.

### **2.6.1 ENFOQUE PSICOMOTOR**

---

Uno de los avances más significativos de este periodo es la aparición del enfoque psicomotor, desarrollado por autores como Jean Le Boulch, quien entiende que el movimiento no es solo una manifestación física, sino un elemento fundamental en la construcción de la personalidad.

Desde esta perspectiva, la actividad motriz se relaciona directamente con el desarrollo cognitivo, afectivo y social del alumnado, especialmente en las primeras etapas educativas. De este modo, la Educación Física adquiere un carácter claramente educativo y formativo, alejado de planteamientos exclusivamente técnicos o competitivos.

### **2.6.2 DEPORTE EDUCATIVO**

---

Paralelamente, el deporte evoluciona hacia una concepción más pedagógica dentro del ámbito escolar, dando lugar al denominado deporte educativo.

En este enfoque, la práctica deportiva se adapta a las características del alumnado, priorizando la participación, la inclusión y el aprendizaje de valores frente a la competición y el rendimiento. El deporte se convierte así en un recurso didáctico que favorece el desarrollo de habilidades motrices, sociales y emocionales.

Este modelo supone una continuidad de la herencia de la escuela inglesa, pero adaptada a un contexto educativo más moderno y centrado en el alumno.

### **2.6.3 EXPRESIÓN CORPORAL**

---

Junto a estos enfoques, cobra relevancia la expresión corporal, entendida como una forma de comunicación no verbal a través del movimiento. Esta corriente permite al alumnado expresar emociones, sentimientos e ideas mediante el cuerpo, favoreciendo la creatividad, la espontaneidad y el desarrollo personal.

### **2.6.4 CONCEPCIÓN ACTUAL DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

---

Como resultado de esta evolución, la Educación Física en la actualidad se configura como un área curricular de carácter competencial, inclusivo e integral dentro del sistema educativo.

En el marco de la LOMLOE, se orienta al desarrollo global del alumnado, contribuyendo no solo a la competencia motriz, sino también al desarrollo personal, social y emocional.

Asimismo, promueve la adquisición de hábitos de vida saludables, la igualdad de género, la inclusión educativa y la educación en valores, respondiendo a las necesidades de una sociedad marcada por el sedentarismo y el uso intensivo de las tecnologías.

En este sentido, la Educación Física actual entiende el movimiento como un medio educativo fundamental para la formación integral del alumnado.

En definitiva, el siglo XX supone la culminación del proceso evolutivo iniciado en la Edad Contemporánea, consolidando la Educación Física como una disciplina educativa completa, que integra el desarrollo físico, psicológico y social del individuo, y que se encuentra plenamente incorporada en el sistema educativo actual.

### 3. PRINCIPALES TENDENCIAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ACTUALIDAD

En la actualidad, la Educación Física se configura como un área de carácter competencial, inclusivo e integral, en coherencia con el marco establecido por la legislación educativa vigente. Esta concepción responde a una evolución histórica en la que distintas corrientes pedagógicas han ido superando enfoques tradicionales centrados exclusivamente en el rendimiento físico o en la repetición técnica del gesto motor, para dar paso a una visión más amplia del movimiento como medio de desarrollo global de la persona.

De este modo, la Educación Física contemporánea no se limita al desarrollo de capacidades físicas, sino que integra dimensiones motrices, cognitivas, emocionales, sociales y éticas, contribuyendo de manera decisiva a la adquisición de las competencias clave y al desarrollo de estilos de vida activos, saludables y críticos. Esta transformación se sustenta en diversas tendencias pedagógicas que, lejos de ser excluyentes, se complementan entre sí y se reflejan de forma explícita en el currículo actual, especialmente en el marco competencial derivado de la LOMLOE.

Asimismo, esta área adquiere un enfoque profundamente humanista, inclusivo y transformador, entendiendo el cuerpo no sólo como un instrumento de acción, sino como un elemento de construcción de identidad, comunicación y relación con el entorno. En este sentido, la Educación Física actual se apoya en aportaciones de la pedagogía contemporánea y de las ciencias de la actividad física, así como en organismos internacionales como la UNESCO o la Organización Mundial de la Salud, que destacan la importancia de la actividad física no solo para la salud, sino también para el bienestar emocional, social y cognitivo del individuo.

#### 3.1. EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ Y DESARROLLO GLOBAL

Una de las bases fundamentales de la Educación Física actual es la educación psicomotriz, que entiende el movimiento como elemento esencial en la construcción del conocimiento y en el desarrollo integral del alumnado.

Esta concepción se apoya en autores como Jean Piaget, quien establece que el aprendizaje se construye a partir de la acción sobre el entorno, dando lugar a una inteligencia sensorio motriz previa a la representación simbólica. Desde esta perspectiva, el movimiento no es un recurso accesorio, sino el origen del aprendizaje, especialmente en las primeras etapas del desarrollo. En esta misma línea, Henri Wallon refuerza esta visión al destacar la estrecha relación entre emoción, movimiento y cognición, defendiendo que el desarrollo infantil es global e indivisible. Para Wallon, el cuerpo es el primer medio de relación con el mundo, y la emoción actúa como motor del aprendizaje.

Por su parte, autores como Jean Le Boulch introducen la educación psicomotriz como una verdadera pedagogía del movimiento, destacando la importancia del esquema corporal como base de toda conducta motriz. De igual forma, André Lapierre y Bernard Aucouturier profundizan en la psicomotricidad vivencial, donde el movimiento libre y espontáneo favorece la expresión del mundo interno del niño.

También resulta relevante la aportación de Edmund Jacobson, con su teoría de la relajación progresiva y el control tónico, que pone de manifiesto la relación entre tono muscular, emociones y autocontrol.

Desde esta perspectiva, la Educación Física se orienta al desarrollo del esquema corporal, la lateralidad, la coordinación, el equilibrio, la orientación espacial y temporal, y la estructuración perceptivo-motriz, considerados prerrequisitos para aprendizajes escolares posteriores como la lectoescritura o el razonamiento lógico-matemático.

En la actualidad, la psicomotricidad ha evolucionado hacia un enfoque más global y menos restringido a la etapa infantil, integrándose en toda la escolaridad bajo propuestas de aprendizaje experiencial y neuroeducación, que destacan el papel del movimiento en la plasticidad cerebral y el aprendizaje significativo.

Desde el punto de vista curricular, esta tendencia se concreta en saberes básicos relacionados con el conocimiento del cuerpo, la conciencia corporal y la resolución de situaciones motrices variadas. Asimismo, se vincula con criterios de evaluación que valoran la adaptación motriz, la toma de decisiones y la autonomía en contextos de movimiento, contribuyendo al desarrollo de la competencia personal, social y de aprender a aprender.

### 3.2. EXPRESIÓN CORPORAL Y EDUCACIÓN EMOCIONAL

Otra tendencia clave es la expresión corporal, entendida como un lenguaje no verbal que permite la comunicación, la creatividad y la construcción de la identidad a través del movimiento.

Autores como **Patricia Stokoe** consideran el cuerpo como un instrumento expresivo capaz de transmitir emociones, ideas y sensaciones sin necesidad de códigos verbales. En el ámbito educativo español, **Carmen Motos** ha contribuido a consolidar la expresión corporal como un contenido esencial dentro de la Educación Física, dotándola de una estructura pedagógica propia.

En la actualidad, esta tendencia se encuentra estrechamente vinculada con la educación emocional, especialmente relevante en un contexto social marcado por el estrés, la hiperconectividad digital y las dificultades de gestión emocional en la infancia y adolescencia. A través de la expresión corporal, el alumnado desarrolla la conciencia emocional, la regulación afectiva y la empatía, favoreciendo la convivencia positiva y la cohesión del grupo. Además, permite trabajar la autoestima, la desinhibición y la seguridad personal, aspectos fundamentales en el desarrollo integral.

Asimismo, esta tendencia se relaciona con la creatividad motriz, entendida como la capacidad de generar respuestas motrices originales ante diferentes estímulos, alejándose de patrones rígidos o estereotipados. Esto conecta directamente con metodologías activas como el aprendizaje basado en proyectos o la gamificación.

Desde el punto de vista curricular, se concreta en saberes básicos vinculados a la cultura motriz, la expresión artística y la comunicación corporal. Los criterios de evaluación valoran la participación en actividades expresivas, la creatividad, la desinhibición y la capacidad de utilizar el cuerpo como medio de comunicación.

### 3.3. HABILIDADES DEPORTIVAS Y DEPORTE EDUCATIVO

El deporte continúa siendo un contenido relevante dentro de la Educación Física, aunque su enfoque ha experimentado una transformación significativa hacia lo que se conoce como deporte educativo.

Frente a modelos tradicionales centrados en la competición y el rendimiento, el deporte educativo se concibe como un medio para el aprendizaje, donde lo importante no es el resultado, sino el proceso. En este sentido, las aportaciones de Pierre Parlebas resultan fundamentales, al entender las prácticas deportivas como situaciones motrices con una lógica interna que condiciona las interacciones entre los participantes.

Este enfoque ha dado lugar a modelos pedagógicos actuales que priorizan la comprensión, la toma de decisiones y la participación activa del alumnado, como el aprendizaje cooperativo, el modelo comprensivo del deporte o la pedagogía no lineal. A través de ellos, el alumnado no solo desarrolla habilidades motrices, sino también valores como el respeto, la cooperación, la responsabilidad y la resolución pacífica de conflictos.

Además, el deporte educativo permite abordar la inclusión desde la propia estructura de la tarea, adaptando reglas, materiales y espacios para garantizar la participación de todo el alumnado, independientemente de su nivel de habilidad.

Desde una perspectiva educativa, el deporte se convierte también en un vehículo para la transmisión de valores como el respeto, la cooperación, la igualdad, la resolución de conflictos y el juego limpio, contribuyendo al desarrollo de la competencia ciudadana.

En el currículo del **Principado de Asturias**, esta tendencia se refleja en los **saberes básicos** vinculados con la interacción en situaciones motrices y en los **criterios de evaluación** que valoran la participación activa, el respeto a las normas y la cooperación con los demás. Además, se relaciona con las **competencias específicas** que implican la participación en actividades físicas y deportivas de forma inclusiva, crítica y respetuosa, tal como establece el **Decreto 57/2022, de 22 de julio**, por el que se regula la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en Asturias, y la **Resolución de 26 de junio de 2023**, que desarrolla la evaluación, la promoción y las medidas de atención a la diversidad en esta etapa.

### 3.4 CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

La condición física sigue siendo un elemento esencial de la Educación Física, aunque su enfoque actual se orienta hacia la promoción de la salud y el bienestar integral.

El referente histórico de esta tendencia puede situarse en **Georges Hébert**, quien defendía una actividad física natural, global y funcional, basada en movimientos útiles para la vida cotidiana. Sin embargo, en la actualidad, esta perspectiva se amplía incorporando aportaciones de organismos como la **Organización Mundial de la Salud**, que subrayan la importancia de la actividad física regular para prevenir enfermedades no transmisibles y mejorar la calidad de vida.

De este modo, la Educación Física actual no busca el rendimiento físico como fin en sí mismo, sino la adquisición de hábitos de vida activa y saludable a largo plazo. Esto implica educar en la autorregulación del esfuerzo, la comprensión del propio cuerpo y la toma de decisiones responsables en relación con la salud.

Asimismo, se incorporan conocimientos relacionados con la higiene postural, la prevención de lesiones, la alimentación saludable y el descanso, entendiendo la salud desde una perspectiva biopsicosocial.

En el currículo, esta tendencia se concreta en saberes básicos relacionados con la vida activa y saludable y en criterios de evaluación que valoran la adopción de hábitos saludables, la participación en actividades físicas y la comprensión de los beneficios de la actividad física para la salud física, mental y social.

### 3.5. INCLUSIÓN, IGUALDAD Y SOSTENIBILIDAD

Finalmente, las tendencias actuales incorporan de manera transversal principios como la inclusión, la igualdad de género y la sostenibilidad, en coherencia con los valores educativos y sociales del siglo XXI.

La inclusión educativa se fundamenta en garantizar que todo el alumnado pueda participar y aprender en igualdad de condiciones, independientemente de sus características personales. En este sentido, el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) se presenta como un marco clave para eliminar barreras y ofrecer múltiples oportunidades de acceso, participación y expresión, adaptando la enseñanza a la diversidad real del aula.

Por otro lado, la igualdad de género implica superar estereotipos asociados a la práctica físico-deportiva, tradicionalmente vinculada a roles masculinizados. La Educación Física debe promover una participación equitativa, visibilizando referentes femeninos y fomentando la coeducación en todas las situaciones motrices.

Asimismo, la sostenibilidad, en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030, introduce la necesidad de educar en el respeto al entorno y en el uso responsable de los recursos, fomentando actividades en la naturaleza, el uso de espacios exteriores y la sensibilización medioambiental a través de la experiencia motriz.

Estas dimensiones se integran en el currículo a través de saberes básicos relacionados con la convivencia, el respeto y la interacción con el entorno, así como en criterios de evaluación que valoran la participación inclusiva, el respeto a la diversidad y el compromiso con el entorno.

**En definitiva**, las tendencias actuales de la Educación Física reflejan una evolución clara hacia un enfoque más humano, inclusivo, competencial y educativo, en el que el movimiento se convierte en un medio privilegiado para el desarrollo integral del alumnado.

La integración de estas corrientes en el currículo permite dar respuesta a las necesidades de la sociedad actual, formando alumnado autónomo, saludable, crítico y capaz de convivir en contextos diversos, consolidando así el papel de la Educación Física como un área clave dentro del sistema educativo.

## CONCLUSIÓN.

A lo largo del presente tema se ha puesto de manifiesto que la Educación Física no ha sido una realidad estática, sino que ha experimentado una profunda evolución a lo largo de la historia, pasando de concepciones centradas en el rendimiento físico, la disciplina o la higiene, a una visión actual mucho más amplia, integradora y educativa.

En la actualidad, la Educación Física se entiende como un área fundamental dentro del proceso educativo, ya que contribuye de manera decisiva al desarrollo integral del alumnado,

favoreciendo no solo sus capacidades motrices, sino también su desarrollo cognitivo, emocional y social a través del movimiento.

Asimismo, las distintas concepciones analizadas a lo largo del tema (biológica, higiénica, deportiva, psicomotriz, expresiva y educativa) permiten comprender cómo la Educación Física ha ido adaptándose a los cambios sociales, científicos y pedagógicos, configurándose hoy como un elemento clave en la formación de ciudadanos activos, saludables y competentes.

Por todo ello, el conocimiento de la evolución de la Educación Física resulta esencial para la práctica docente, ya que permite comprender su sentido actual y orientar la intervención educativa hacia un enfoque global, inclusivo y competencial, acorde con las demandas del sistema educativo vigente.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS, WEBGRÁFICAS Y NORMATIVAS

*Blázquez, D. (2001). La Educación Física. Inde. (Obra fundamental para comprender la evolución de la Educación Física desde un enfoque pedagógico, didáctico y competencial, especialmente en la construcción del deporte educativo y la evaluación formativa).*

*Contreras, O. (1998). Didáctica de la Educación Física. Inde. (Referencia clave para fundamentar la enseñanza de la Educación Física desde una perspectiva constructivista y centrada en el alumnado).*

*Devís, J. y Peiró, C. (1992). Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física. Inde. (Aporta el enfoque comprensivo del deporte educativo y la Educación Física como herramienta de formación integral).*

*Le Boulch, J. (1987). La educación por el movimiento. Paidotribo. (Obra esencial para la comprensión del enfoque psicomotor, entendiendo el movimiento como base del desarrollo global del individuo).*

*Parlebas, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad. Paidotribo. (Texto clave de la praxiología motriz, que permite analizar las situaciones motrices desde su lógica interna y su valor educativo).*

*Hébert, G. (1925). El método natural de educación física. (Fundamento del enfoque natural de la actividad física, basado en el movimiento funcional y el contacto con el entorno).*

*Vayer, P. y Picq, A. (1977). Educación psicomotriz y retraso mental. Científico-Médica. (Aportaciones relevantes al desarrollo de la psicomotricidad en el ámbito educativo y su aplicación en la etapa infantil y primaria).*

*Piaget, J. (1975). El desarrollo de la inteligencia en el niño. Crítica. (Bases del desarrollo cognitivo que justifican la importancia del movimiento en la construcción del pensamiento).*

*Wallon, H. (1987). La evolución psicológica del niño. Psicología y Educación. (Clave para entender la relación entre emoción, movimiento y desarrollo infantil, muy vinculada a la Educación Física escolar).*

## NORMATIVA

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE).

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Decreto 57/2022, de 5 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la educación Primaria en el Principado de Asturias.

Resolución de 26 de junio de 2023, de la Consejería de Educación, por la que se regulan aspectos de la ordenación académica de las enseñanzas de la Educación Primaria y de la evaluación del aprendizaje del alumnado

## WEBGRÁFICAS

Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://www.educacion.gob.es>  
(Referencia institucional para normativa educativa y desarrollo curricular estatal).

Organización Mundial de la Salud (OMS). <https://www.who.int>  
(Referencia clave para la definición de actividad física y su relación con la salud).

Consejo Superior de Deportes. <https://www.csd.gob.es>  
(Fuente de referencia para el deporte escolar, hábitos saludables y políticas deportivas).

## ANEXOS

### DIRECTRICES METODOLÓGICAS PARA EL ESTUDIO DEL TEMA

El presente tema aborda el concepto de Educación Física y su evolución histórica, analizando las distintas concepciones que han influido en su configuración actual dentro del sistema educativo.

Su finalidad es comprender cómo la actividad física ha pasado de ser una práctica vinculada a la supervivencia o al rendimiento físico, a convertirse en un área educativa de carácter competencial, inclusivo e integral.

Con objeto de facilitar su estudio y favorecer la comprensión global del tema, se recomienda seguir una secuencia de trabajo estructurada y progresiva.

En primer lugar, es conveniente realizar una revisión del índice general, lo que permite obtener una visión global de la evolución del contenido y de la relación entre las distintas etapas históricas y concepciones de la Educación Física.

A continuación, se aconseja una lectura detenida de la introducción y del apartado relativo al concepto de Educación Física, ya que constituyen la base conceptual del tema y permiten comprender el enfoque actual del área desde el marco normativo vigente.

Posteriormente, se recomienda una lectura comprensiva del desarrollo histórico, identificando las características esenciales de cada etapa (Prehistoria, Edad Antigua, Edad Media, Edad Moderna y Edad Contemporánea), prestando especial atención a los cambios de concepción del cuerpo y del movimiento a lo largo del tiempo, así como a las aportaciones de los principales autores (Le Boulch, Parlebas, Hébert, entre otros).

Del mismo modo, resulta fundamental relacionar la evolución histórica con la concepción actual de la Educación Física en el marco de la LOMLOE, ya que constituye el eje integrador del tema. Como estrategia de síntesis final, se propone la elaboración de un esquema-resumen de una o dos caras, en el que se recojan de forma estructurada las principales etapas históricas, las ideas clave de cada una de ellas y su aportación al concepto actual de Educación Física.

Este resumen debería dar respuesta, al menos, a las siguientes cuestiones:

- ¿Cómo ha evolucionado la concepción de la actividad física a lo largo de la historia?
- ¿Qué aportaciones han sido clave en la configuración de la Educación Física actual?
- ¿Cómo se refleja esta evolución en el currículo actual de la etapa de Educación Primaria?

### ARTICULACIÓN CON EL RESTO DEL TEMARIO.

El presente tema se relaciona de forma directa con aquellos contenidos del temario que abordan el currículo de Educación Física en la etapa de Educación Primaria, así como con el enfoque competencial establecido por la LOMLOE, ya que la evolución histórica del área permite comprender la configuración actual de sus saberes básicos, competencias específicas y criterios de evaluación.

Asimismo, guarda una estrecha vinculación con los temas dedicados a la metodología en Educación Física, especialmente en lo referente a la evolución de los modelos de enseñanza, desde enfoques tradicionales centrados en la repetición y el rendimiento, hasta metodologías activas basadas en el aprendizaje significativo, la participación del alumnado y la comprensión del movimiento.

Del mismo modo, este tema se relaciona con los contenidos vinculados a la atención a la diversidad e inclusión educativa, ya que la evolución de la Educación Física refleja el paso desde modelos excluyentes o selectivos hacia una concepción inclusiva, en la que el movimiento se adapta a las características y necesidades de todo el alumnado, en coherencia con principios como el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).

También presenta conexión con los temas relacionados con la educación en valores, la convivencia y la educación emocional, dado que la evolución del deporte educativo y de la expresión corporal ha situado la Educación Física como un espacio privilegiado para el desarrollo de valores como el respeto, la cooperación, la igualdad y la responsabilidad.

Por último, este tema se vincula con los contenidos relacionados con la salud y los estilos de vida activos, ya que la progresiva incorporación de la perspectiva de salud en la Educación Física, especialmente a partir de la influencia de la OMS y de autores como Hébert, ha consolidado el papel del área como promotora de hábitos saludables en la sociedad actual.

En definitiva, el conocimiento de la evolución de la Educación Física constituye una base fundamental para comprender el resto de los contenidos del área, ya que permite fundamentar de manera coherente las decisiones metodológicas, curriculares y educativas propias de la intervención docente.

## GLOSARIO CONCEPTUAL.

**Educación Física:** área curricular que, a través del movimiento, contribuye al desarrollo integral del alumnado en sus dimensiones motriz, cognitiva, emocional y social.

**Actividad física:** cualquier movimiento corporal producido por la musculatura esquelética que implica un gasto energético.

**Psicomotricidad:** enfoque que entiende el movimiento como base del desarrollo global del individuo, integrando aspectos motores, cognitivos y afectivos.

**Praxiología motriz:** disciplina desarrollada por Parlebas que estudia la lógica interna de las situaciones motrices y las conductas del alumnado en juegos y deportes.

**Educación integral:** concepción educativa que busca el desarrollo equilibrado de todas las dimensiones de la persona.

**Segunda infancia:** periodo evolutivo aproximado entre los 6 y los 12 años, coincidente con la etapa de Educación Primaria, caracterizado por un importante desarrollo cognitivo, social y motor.

**Pensamiento operacional concreto:** etapa del desarrollo cognitivo (Piaget) en la que el alumnado es capaz de realizar razonamientos lógicos basados en situaciones concretas y manipulables.

**Reversibilidad:** capacidad del pensamiento para deshacer mentalmente una acción realizada, comprendiendo su inversa.

**Conservación:** comprensión de que ciertas propiedades de los objetos permanecen constantes a pesar de cambios en su apariencia.

**Clasificación:** capacidad para agrupar objetos o situaciones según criterios comunes.

**Seriación:** habilidad para ordenar elementos siguiendo un criterio lógico o cuantitativo.

**Zona de Desarrollo Próximo (ZDP):** concepto de Vygotsky que hace referencia a la distancia entre lo que el alumno puede hacer de forma autónoma y lo que puede realizar con ayuda.

**Andamiaje:** apoyos temporales proporcionados por el docente para facilitar el aprendizaje progresivo del alumnado.

**Metacognición:** capacidad de reflexionar y regular los propios procesos de aprendizaje.

**Aprendizaje significativo:** proceso mediante el cual el alumnado relaciona los nuevos contenidos con sus conocimientos previos.

**Autoconcepto y autoestima:** percepción que el individuo tiene de sí mismo y valoración de dicha percepción.

**Conducta prosocial:** comportamientos orientados a la ayuda, cooperación y respeto hacia los demás.

**Educación emocional:** proceso educativo que permite reconocer, expresar y regular las emociones.

**Currículo oculto:** aprendizajes no explícitos que se transmiten a través de normas, valores y dinámicas del contexto educativo.

**Atención a la diversidad:** conjunto de medidas educativas dirigidas a responder a las diferentes necesidades, ritmos y estilos de aprendizaje del alumnado.

**Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA):** enfoque pedagógico que busca eliminar barreras al aprendizaje ofreciendo múltiples formas de representación, expresión y motivación.

**Evaluación formativa:** proceso de evaluación continua orientado a la mejora del aprendizaje mediante la retroalimentación.

**Competencia motriz:** capacidad del alumnado para resolver situaciones motrices de forma eficaz, adaptativa y consciente.

**Juego motor:** actividad lúdica en la que interviene la acción motriz con reglas implícitas o explícitas.

**Deporte educativo:** práctica deportiva adaptada al contexto escolar, orientada a la formación integral del alumnado y no exclusivamente al rendimiento.

**Hábitos de vida saludable:** conductas relacionadas con la actividad física, alimentación, descanso y bienestar general.

## CUESTIONARIO DE CONSOLIDACIÓN Y AUTOEVALUACIÓN

1. Educación Primaria: carácter y duración

**Pregunta:** La etapa de Educación Primaria se caracteriza por ser:

- A) Voluntaria, de cuatro cursos, entre 6 y 10 años.
- B) Obligatoria, de seis cursos, entre 6 y 12 años.
- C) Obligatoria, de cinco cursos, entre 7 y 12 años.
- D) Postobligatoria, de seis cursos, entre 12 y 18 años.

**Correcta:** B

**Justificación:** La Educación Primaria constituye una etapa obligatoria del sistema educativo español, estructurada en seis cursos académicos, que se desarrollan ordinariamente entre los 6 y los 12 años.

2. Enfoque actual del desarrollo evolutivo

**Pregunta:** El enfoque actual del desarrollo evolutivo se considera:

- A) Innatista.
- B) Ambientalista.
- C) Interaccionista.
- D) Conductista.

**Correcta:** C

**Justificación:** El desarrollo se entiende desde una perspectiva interaccionista, fruto de la relación entre factores biológicos, contexto social y la propia actividad del individuo.

3. Piaget: estadio predominante (6–12 años)

**Pregunta:** Según Piaget, en la etapa de 6 a 12 años predomina el estadio:

- A) Preoperatorio.
- B) Operaciones concretas.
- C) Operaciones formales.
- D) Pensamiento posformal.

**Correcta:** B

**Justificación:** En esta etapa el alumnado desarrolla el pensamiento operacional concreto, basado en la lógica aplicada a situaciones observables y manipulables.

4. Vygotsky: clave del aprendizaje escolar

**Pregunta:** La teoría sociocultural destaca el papel de:

- A) Repetición mecánica.
- B) Interacción social, lenguaje y andamiaje.
- C) Motivación exclusivamente intrínseca.
- D) Castigo como regulador del aprendizaje.

**Correcta:** B

**Justificación:** Vygotsky destaca la importancia de la interacción social, el lenguaje y el andamiaje como mediadores del aprendizaje.

5. Erikson: conflicto psicosocial central

**Pregunta:** En la etapa de Educación Primaria, Erikson plantea el conflicto:

- A) Confianza vs. desconfianza.
- B) Autonomía vs. vergüenza.
- C) Iniciativa vs. culpa.
- D) Industria vs. inferioridad.

**Correcta:** D

**Justificación:** En esta etapa el alumnado busca competencia y reconocimiento a través del esfuerzo, configurándose el conflicto industria vs. inferioridad.

6. Desarrollo motor en los primeros cursos

**Pregunta:** En los primeros cursos de Primaria predomina:

- A) Desarrollo de fuerza máxima y rendimiento deportivo.
- B) Desarrollo psicomotor global (coordinación, esquema corporal y percepción).
- C) Desarrollo exclusivamente cognitivo.
- D) Competición como eje principal del aprendizaje.

**Correcta:** B

**Justificación:** Predomina el desarrollo psicomotor global, con especial importancia del esquema corporal, la coordinación y la percepción.

7. Rasgo del periodo 6–8 años

**Pregunta:** En el intervalo 6–8 años se caracteriza por:

- A) Alta resistencia física consolidada.
- B) Control motor completamente automatizado.
- C) Fatigabilidad elevada y necesidad de alternancia actividad-descanso.
- D) Madurez motriz completa.

**Correcta:** C

**Justificación:** En estas edades existe progresión motriz, pero aún se mantiene fatigabilidad, siendo necesaria la alternancia de esfuerzos y descansos.

8. Rasgo del periodo 8–12 años

**Pregunta:** En la etapa 8–12 años destaca:

- A) Deterioro de la coordinación motriz.
- B) Mejora de equilibrio, coordinación y disociación segmentaria.
- C) Pérdida del control postural.
- D) Retroceso del esquema corporal.

**Correcta:** B

**Justificación:** Se produce una mejora significativa de la coordinación, el equilibrio y la eficiencia motriz.

9. Reequilibrio de contextos

**Pregunta:** El reequilibrio de contextos implica que:

- A) La familia pierde su influencia educativa.
- B) La escuela adquiere un papel central en socialización y normas.
- C) Los iguales no influyen en la etapa.
- D) Solo el entorno familiar educa.

**Correcta:** B

**Justificación:** La escuela se convierte en un contexto clave de socialización, normas y convivencia.

10. Role-taking

**Pregunta:** El role-taking es:

- A) Técnica de repetición motriz.
- B) Capacidad de adoptar la perspectiva del otro.
- C) Estrategia de clasificación motriz.
- D) Tipo de juego competitivo.

**Correcta:** B

**Justificación:** Implica la capacidad de ponerse en el lugar del otro, base del desarrollo de la empatía.

11. Perspectiva social 8–10 años

**Pregunta:** Entre los 8 y 10 años predomina:

- A) Perspectiva egocéntrica.
- B) Perspectiva autorreflexiva.
- C) Perspectiva universal abstracta.
- D) Perspectiva formal hipotética.

**Correcta:** B

**Justificación:** El alumnado comienza a anticipar cómo los demás lo perciben, desarrollando una perspectiva autorreflexiva.

12. Desarrollo moral

**Pregunta:** En esta etapa se produce:

- A) Paso de autonomía a heteronomía.
- B) Paso de heteronomía a progresiva autonomía moral.
- C) Eliminación de normas externas.
- D) Conducta antisocial sistemática.

**Correcta:** B

**Justificación:** Se avanza desde el control externo hacia una mayor autorregulación moral.

13. Desarrollo cognitivo

**Pregunta:** Se distinguen tres grandes factores del desarrollo cognitivo:

- A) Atención, memoria y creatividad.
- B) Conocimiento declarativo, procedimental y metacognición.
- C) Motivación, emoción y conducta.
- D) Lenguaje, juego y percepción.

**Correcta:** B

**Justificación:** El desarrollo cognitivo se estructura en conocimiento declarativo, procedimental y metacognición.

14. Lenguaje y escuela

**Pregunta:** Una función clave de la escuela en el desarrollo del lenguaje es:

- A) Sustituir el lenguaje familiar.
- B) Eliminar la diversidad lingüística.
- C) Ampliar registros comunicativos sin desvalorizar el origen del alumnado.
- D) Priorizar la escritura sin oralidad.

**Correcta:** C

**Justificación:** La escuela amplía el repertorio lingüístico hacia registros más elaborados respetando la diversidad.

## APLICACIÓN A SUPUESTOS PRÁCTICOS Y CASOS REALES

A la hora de abordar la resolución de supuestos prácticos en el área de Educación Física, resulta fundamental partir de un análisis global de la situación motriz planteada, teniendo en cuenta las características evolutivas del alumnado, el contexto de la tarea y las posibles barreras que puedan surgir en la participación.

A partir de este análisis, la intervención docente debe estructurarse de forma coherente mediante la adaptación de la tarea motriz, la organización del espacio y el material, la elección de la metodología más adecuada, la atención a la diversidad del alumnado y la aplicación de una evaluación formativa orientada a la mejora del proceso.

A continuación, se presentan diferentes situaciones habituales en el aula de Educación Física y sus posibles respuestas didácticas:

### **CASO 1. DIFICULTADES EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN TAREAS BÁSICAS**

Ante un alumno o alumna que presenta dificultades en habilidades motrices básicas como correr, saltar o lanzar, la intervención debe centrarse en la progresión de tareas simples a complejas, utilizando propuestas de aprendizaje globales y significativas. Es recomendable el uso de circuitos motrices, juegos adaptados y materiales variados que faciliten la exploración motriz.

Asimismo, se debe garantizar la participación activa del alumnado, evitando situaciones de eliminación o exclusión, y ofreciendo tiempos de práctica suficientes, respetando su ritmo de aprendizaje.

### **CASO 2. PROBLEMAS DE PARTICIPACIÓN E INCLUSIÓN EN JUEGOS DEPORTIVOS**

Si en una situación de juego colectivo se detectan alumnos o alumnas con baja participación o exclusión por parte del grupo, la intervención debe orientarse hacia la modificación de reglas, la reducción de la complejidad del juego y la asignación de roles cooperativos.

Del mismo modo, es fundamental fomentar valores como la cooperación, el respeto y la igualdad de oportunidades, promoviendo dinámicas de aprendizaje cooperativo y estrategias de educación en valores dentro del juego motor.

### **CASO 3. CONFLICTOS EN SITUACIONES COMPETITIVAS**

Cuando aparecen conflictos derivados de la competición (discusiones, falta de respeto a las normas o al adversario), la respuesta docente debe centrarse en la regulación de la conducta motriz mediante normas claras, la reflexión posterior a la práctica y el refuerzo del juego limpio (fair play).

Se recomienda utilizar la asamblea motriz o la reflexión guiada tras la actividad para analizar lo ocurrido, promoviendo el desarrollo de la competencia social y ciudadana.

#### **CASO 4. DIFICULTADES EN LA COMPRENSIÓN DE REGLAS DE JUEGO**

En aquellos casos en los que el alumnado presenta dificultades para comprender o seguir las reglas de un juego deportivo, se debe recurrir a explicaciones visuales, demostraciones prácticas y progresiones simplificadas del juego.

El uso de modelos, pictogramas o juegos reducidos facilita la comprensión, permitiendo una mayor implicación del alumnado en la situación motriz.

#### **CASO 5. DIFERENCIAS EN EL NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA**

Ante grupos heterogéneos en cuanto a condición física, la intervención debe basarse en la adaptación de la carga, la intensidad y el tipo de tarea, permitiendo diferentes niveles de ejecución dentro de la misma actividad.

De este modo, se garantiza la inclusión de todo el alumnado, respetando sus características individuales y favoreciendo la progresión personal dentro de un enfoque de educación para la salud.

#### **CONEXIÓN CON EL ENFOQUE DEL TEMA**

De manera general, todos estos supuestos se fundamentan en la evolución conceptual de la Educación Física analizada en el presente tema, donde se ha pasado de una visión centrada en el rendimiento físico a una concepción educativa, inclusiva y competencial.

Asimismo, la aplicación práctica de estos casos se apoya en los principios metodológicos actuales de la LOMLOE, el enfoque del DUA, la educación en valores, la competencia motriz y la promoción de estilos de vida activos y saludables.

En este sentido, el conocimiento de la evolución histórica y conceptual de la Educación Física permite al docente justificar de forma sólida sus decisiones metodológicas en la resolución de situaciones reales de aula.

### **INTEGRACIÓN EN LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA GENERAL**

La aplicación de los contenidos de este tema a la Programación Didáctica de Educación Física permite dotar de coherencia y fundamentación psicopedagógica a todas las decisiones docentes, asegurando su adecuación a las características evolutivas del alumnado de Educación Primaria (6–12 años) y a su desarrollo motriz, cognitivo, afectivo y social.

En este sentido, el conocimiento de la evolución de la Educación Física y de las distintas concepciones del movimiento resulta esencial para justificar la selección de enfoques

metodológicos activos, inclusivos y competenciales, en los que el alumnado sea el verdadero protagonista de su aprendizaje a través de la acción motriz.

De forma específica, este tema se integra de manera directa en los distintos elementos de la programación didáctica de Educación Física:

En primer lugar, en los **principios metodológicos**, fundamentando la utilización de metodologías activas como el aprendizaje basado en el juego motor, el aprendizaje cooperativo, la enseñanza comprensiva del deporte o las situaciones motrices globales. Asimismo, justifica el papel del docente como mediador del aprendizaje mediante la intervención a través de la organización del espacio, el material, las reglas del juego y la progresión de tareas, en coherencia con el enfoque del andamiaje y el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).

En segundo lugar, en las **medidas de atención a la diversidad**, ya que la evolución de la Educación Física hacia un modelo inclusivo permite justificar la utilización de tareas multinivel, adaptaciones en la complejidad motriz, flexibilización de normas de juego y diferentes niveles de participación dentro de la misma situación motriz, garantizando así la inclusión de todo el alumnado.

En tercer lugar, en la **acción tutorial, la convivencia y la educación emocional**, puesto que la Educación Física constituye un espacio privilegiado para el desarrollo de la competencia social y emocional a través de la interacción en situaciones motrices, el juego cooperativo, la resolución de conflictos y la interiorización de valores como el respeto, la igualdad, la cooperación y el juego limpio.

Asimismo, en la **evaluación**, este enfoque permite fundamentar una evaluación formativa, continua y competencial, basada en la observación sistemática de las conductas motrices, el uso de rúbricas, listas de control, diarios de clase o autoevaluaciones, orientadas a la mejora del proceso de aprendizaje y no únicamente al resultado final.

En el contexto normativo de la Comunidad Autónoma de Canarias, el Decreto 211/2023 establece el currículo de Educación Primaria y concreta que la programación didáctica debe garantizar la coherencia entre competencias específicas, criterios de evaluación y saberes básicos, así como su adecuación al contexto del centro y del grupo-clase. Esta concreción se materializa a través de las situaciones de aprendizaje, que en Canarias son integradas, competenciales y basadas en el DUA y que constituyen el eje vertebrador de la práctica docente en Educación Física.

Desde esta perspectiva, este tema aporta la base teórica necesaria para justificar la selección, diseño y desarrollo de dichas situaciones de aprendizaje, asegurando su adecuación a las características evolutivas del alumnado y a los principios metodológicos actuales del área.

En definitiva, la integración de este tema en la programación didáctica permite fundamentar de manera coherente y rigurosa la intervención docente en Educación Física, garantizando una práctica educativa inclusiva, competencial y orientada al desarrollo integral del alumnado.

## DESARROLLO EN LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

Del mismo modo, la Unidad de Programación o Situación de Aprendizaje constituye el nivel de concreción curricular en el que las decisiones recogidas en la Programación Didáctica se transforman en propuestas didácticas contextualizadas y ajustadas a las características psicoevolutivas del alumnado de Educación Primaria (6–12 años). En este sentido, los contenidos desarrollados en el presente tema aportan la base psicopedagógica necesaria para diseñar

experiencias de aprendizaje coherentes con el desarrollo cognitivo, motriz, socioafectivo y moral propio de la etapa, favoreciendo una intervención educativa inclusiva, significativa y orientada al desarrollo integral.

Desde el marco normativo vigente en Canarias, el Decreto 211/2023 establece una organización curricular en la que las competencias específicas actúan como eje vertebrador del aprendizaje, concretándose a través de los criterios de evaluación y movilizándolo los saberes básicos correspondientes. Por tanto, la unidad se diseña partiendo de la selección de las competencias específicas más relevantes, la concreción de los criterios de evaluación asociados y la elección de los saberes básicos como recursos para la acción, articulando todo ello mediante situaciones de aprendizaje funcionales, contextualizadas y significativas.

Asimismo, la normativa canaria incorpora las conexiones entre competencias, tanto dentro del área como entre áreas y con las competencias clave del Perfil de salida, lo que permite justificar propuestas globalizadas e interdisciplinarias. En este sentido, cada unidad puede explicitar qué conexiones se activan y de qué manera contribuyen al desarrollo competencial del alumnado, reforzando así la coherencia del proceso educativo.

En la práctica, estos elementos se concretan en la unidad de la siguiente manera:

- **Alineación curricular:** los objetivos didácticos se formulan en coherencia con las competencias específicas, los criterios de evaluación y los saberes básicos, asegurando su adecuación al nivel evolutivo del alumnado y al contexto del aula.
- **Coherencia evaluativa:** los criterios de evaluación se traducen en evidencias observables de aprendizaje, vinculadas a productos, desempeños o actuaciones. La evaluación adopta un enfoque formativo, utilizando instrumentos variados como rúbricas, listas de control, escalas de observación o registros anecdóticos.
- **Diseño metodológico inclusivo:** las actividades se plantean desde un enfoque activo, cooperativo y manipulativo, incorporando principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), con múltiples formas de representación, acción y expresión, así como andamiajes y apoyos graduados para garantizar la participación de todo el alumnado.
- **Aplicación práctica y defensa ante el tribunal:** esta fundamentación permite justificar con rigor las decisiones metodológicas, organizativas y evaluativas de la unidad, así como argumentar su adecuación al desarrollo evolutivo del alumnado, la atención a la diversidad y la prevención de dificultades de aprendizaje.

