

## EDUCACIÓN FÍSICA: UNA DISCIPLINA ANCLADA EN EL PASADO FRENTE A UN MUNDO POSMODERNO

PHYSICAL EDUCATION: A DISCIPLINE ANCHORED IN THE PAST, FRONT OF A POSMODERN WORLD

**Alan Rodrigo León Reyes (rodrigopedagogico@hotmail.com)**

*Universidad Minuto de Dios- Vicerrectoría Bogotá Sur, Bogotá, Colombia*

Fecha envío: 20/11/2017

Fecha aceptación: 18/03/2018

**Resumen:** El presente documento es un artículo de revisión que aporta una mirada crítica al estado actual de la educación física en Colombia. En primer lugar, se presenta una serie de ideas que apoyan el argumento de que la educación física se encuentra relegada y atrasada respecto del mundo moderno, esto visto desde una mirada crítica reflexiva. En la segunda parte se hace una crítica frente a las prácticas caducas y tradicionalistas que aún hoy en día se siguen utilizando dentro de las aulas en las escuelas, para posteriormente mencionar cómo el cuerpo se ha convertido en un apéndice de poca utilidad debido a las comodidades y avances tecnológicos del mundo posmoderno, generando así una serie de retos para los docentes de Educación Física en cuanto deben tener la capacidad de fomentar la actividad física y el movimiento con todas estas problemáticas. Finalmente, se generan algunas reflexiones frente a la necesidad de cambio en las prácticas docentes y las posibilidades de hacerlo con base en el trabajo con las nuevas generaciones de estudiantes y docentes de Educación física.

**Palabras clave:** Educación física, posmodernidad, práctica pedagógica, disciplina, docente.

**Abstract:** This article tries to give a critical perspective about the present state of physical education in Colombia. In first place, it presents concepts that support the main idea that physical education is relegated and backward compared with the modern world. Then, the article makes criticisms about the old and traditional practices that still today are still used in classrooms in schools, later mention how the body has become an appendage of little use due to the comforts and technological advances in the postmodern world, thus generating a series of challenges for physical education teachers insofar as they must have the capacity to promote physical activity and movement with all these problems. Finally, it presents some reflections generated concerning to the need for change and the possibilities to do with the work of the new generations of students and teachers.

**Key words:** Physical education, postmodernity, pedagogical practice, discipline, teacher.



## 1. Introducción

La educación ha tenido el papel de formar los nuevos sujetos y actores de la sociedad para responder a las necesidades de la misma, el proceso de transmisión de la información ha cambiado y evolucionado desde la memoria genética hasta lo que hoy conocemos como sistemas educativos organizados y estructurados, este “proceso de socialización, de asimilación de los nuevos miembros a las reglas, valores, saber y prácticas del grupo social, es tan antigua como el hombre.” (Flórez Ochoa, 1994, p.153) de acuerdo a lo anterior el papel de la educación históricamente ha sido preparar a las nuevas generaciones para los retos venideros, así como transmitir todo ese cúmulo de experiencias y conocimientos adquiridos a través de la vida. Frente ello Flórez Ochoa (1994) plantea que:

“La esencia misma de la educación es la tradición, su carácter sedimentador de la experiencia histórico- cultural de los hombres a través de generaciones, remontando fronteras étnicas, contradicciones de clases, dominaciones y derrumbamientos de imperios, aventuras, aberraciones y crímenes por encima de los cuales sobrevive un mundo de sentido que permite auto comprendernos mejor, un mundo de determinaciones socioeconómicas que pesan sobre nosotros, y un mundo de acontecimientos que aunque ya no existen, siguen siendo revelación de lo que el hombre es hoy como proyecto. Así, el pasado, el presente y el futuro no se repiten, pero se reanudan creativamente a través de un proceso y un procedimiento aparentemente oculto y gris de asimilación y recreación cultural llamado educación.” (Florez, 1994, 155)

De la misma manera el movimiento y posteriormente la educación física han tenido también un papel histórico y fundamental en el desarrollo de la humanidad. El movimiento fue siempre de vital importancia, el papel que jugaba la capacidad de movimiento de un sujeto llegó a ser, en otros momentos de la historia, fundamental para la supervivencia misma. No era posible concebir un hombre dentro de una comunidad nómada que no tuviera la capacidad de desplazarse o una mujer en una tribu que no supiera cazar, el movimiento se convirtió entonces en un aspecto fundamental de la vida humana para sobrevivir y mantener la especie en sí misma. A medida que la historia fue avanzando, el papel del movimiento y su relación con la evolución del hombre ha ido cambiando, hasta el punto de llegar hoy en día a perder tanto protagonismo que no se considera relevante o importante. El mundo tecnológico y los espacios virtuales han quitado protagonismo al movimiento y a la educación física en sí misma, hoy no es de vital importancia moverse, las nuevas generaciones cada vez necesitan moverse menos y los avances tecnológicos y culturales han desplazado mediante mundos virtuales el movimiento de la vida.

“Por tanto, resulta indispensable promocionar la actividad física entre niños y jóvenes, de forma que cuando lleguen a la edad adulta mantengan estos hábitos de vida saludables. En este sentido es esencial facilitar a estos grupos de edad el acceso a instalaciones deportivas, educar en los beneficios de la actividad física e inculcar actividades de ocio activo, frente al creciente ocio sedentario basado en el uso de videojuegos, televisión, internet, etc.” (Varo y Martínez, 2007, 231)

Tanto así, que la educación como la educación física han sufrido cambios y transformaciones, el movimiento ahora es una moda, una nueva tendencia, se ha convertido en un *boom*, representado más por lo económico y la moda, las personas, sobre todo de mayores ingresos, se mueven por el hecho de obtener o mantener un cuerpo parecido a lo que los medios de comunicación representan, por estar dentro de los más altos estándares y por cumplir con una serie de representación estéticas propias de nuestra época. Realmente el movimiento no es tanto una necesidad, pero sí un elemento de importancia a la hora de vivir una vida sana y satisfactoria y aunque aún la gente hoy se mueve, ya no lo hace por

necesidad, los objetivos cambian y el mundo evoluciona, de ahí la importancia de entender por qué motivos debe evolucionar también la educación y la educación física.

Según Flórez Ochoa (1994, p. 159), “la práctica pedagógica siempre está atrasada con respecto a las costumbres, sin duda porque la enseñanza es más retrospectiva que prospectiva”. (Por tanto, este es un problema del cual adolecen la gran mayoría de las prácticas de docentes de todas las disciplinas, tanto así que normalmente el mundo se mueve mucho más rápido que la evolución de la escuela.

Lamentablemente, la educación física no es ajena al problema expuesto anteriormente, basta con hacer una pequeña observación de las prácticas de algunos colegas educadores físicos para evidenciar cómo dichas prácticas están influenciadas y hasta determinadas por las escuelas gimnásticas, la higiene, la formación militar y sin ir tan lejos, están influenciadas por las prácticas corporales de nuestros padres o abuelos, cosa que no corresponde de ninguna manera a lo que necesitan hoy los niños y niñas, pero que si está determinada por el tipo de sociedad que reinaba hace algunos años. Frente a ello, Osorio y Guerrero (2013) hablan que:

“la higiene, el deporte y la salud, persisten en la educación física, pero no solamente persisten, sino que además han eclipsado prácticas/discursos diferentes y contribuido a la discriminación... que desvirtúa los alcances de la educación física; hecho que la ha convertido en una asignatura instrumentalizada, preocupada por el perfeccionamiento de las destrezas y de las técnicas deportivas solamente.” (Osorio y Guerrero, 2013, 3)

Es tan profunda la huella de una educación física de antaño, con prácticas y métodos que no corresponden a las necesidades actuales, con un enfoque higiénico y deportivista centrado en el desarrollo del aspecto motriz, en el hacer y en el movimiento, que se ve reflejado no solo en los docentes en el campo laboral sino también en aquellos que se encuentran en pleno proceso de formación (la nueva generación de licenciados en educación física).

“En los tiempos que vivimos todavía arrastramos las connotaciones negativas de la “gimnasia” heredadas de la época franquista. Una gran parte de la población todavía asocia el nombre de esta especialidad deportiva con la educación física actual. La disciplina, la rigidez de los movimientos, el mando directo, las formaciones, el grito, el miedo al potro y el plinton, etc. forman parte de la memoria de una gran parte de las madres y padres del alumnado actual, de los guionistas de series de televisión que enturbian la imagen actual de la asignatura y también, no lo olvidemos, de los políticos que son los que al fin y al cabo toman las decisiones que afectan nuestro trabajo de educar.” (González, 2007, 1)

Esto por sí solo no representa ningún problema, en los casos en los que existe un complemento de dicha formación motriz desde un punto de vista cognitivo y emocional, pasando por el aspecto social. Es menester entonces, seguir trabajando por fortalecer un concepto de educación física total, indicotomizable, que entienda al sujeto como un todo y que piense en las condiciones y necesidades de este mundo dinámico. Frente a ello Osorio y Guerrero (2013) en un trabajo de investigación relacionado con el tema han podido encontrar que;

“los estudiantes de...algunas universidades encuentran el deporte como el enfoque didáctico más relevante en la Educación física; por ejemplo, para el caso de la Universidad Libre (gracias al acceso que tuvimos a los trabajos de grado), se encuentran cerca de 34 trabajos de grado del programa de Licenciatura en Educación física -entre los años 2005 a 2012- que tratan el tema de propuestas y diseños didácticos/metodológicos para el mejoramiento de las técnicas específicas en deportes como el hockey, fútbol, tenis, ultimate, entre otros. Empero, las orientaciones de este tipo de trabajos van encaminadas hacia el alto rendimiento deportivo, hecho que desvirtúa los alcances pedagógicos de la Educación Física en diversos contextos socioeducativos;

adicionalmente evidenciamos que los discursos/prácticas de salud, higienistas y deportivizadas han trascendido a los ámbitos educativos básicos de la educación colombiana.” (Osorio y Guerrero, 2013, 3)

Por consiguiente, si la forma de entender la educación física se orienta por el camino antes mencionado es apenas lógico pensar que la evaluación en educación física, un proceso tan importante dentro de la educación, se oriente por el mismo camino. La forma cómo evaluamos corresponde directamente a la manera como entendemos esta disciplina, frente a ello López Pastor y otros (2007) mencionan:

“Bajo este enfoque sólo se evalúan los objetivos y los contenidos más simples, fáciles y triviales, ya que los test e instrumentos de evaluación denominados «objetivos», y las situaciones de evaluación denominadas «experimentales», sólo miden (¿evalúan?) Los niveles de práctica (¿aprendizaje?) más básicos y simples. ¿Significa esto que sólo se enseñan los contenidos más simples y analíticos, dado que son los fácilmente medibles de forma «objetiva»? Las fases más complejas y «ricas» del gesto motor (percepción y decisión) se obvian. Lo mismo ocurre con el resto de características personales, afectivas, sociales y contextuales que se hallan imbricadas. Dada la imposibilidad, o sería dificultad, de «medirlas cuantitativamente», ni siquiera se tienen en cuenta. Este tipo de planteamientos y aplicaciones de la «tecnología didáctica» genera un grave problema: es la evaluación la que decide y define los objetivos y contenidos de aprendizaje, en vez de ser al revés, como debería ocurrir en todo proyecto educativo.” (López y otros, 2007, 3)

## **2. Objetivo del trabajo**

El mundo cambia permanentemente y con la internet cada vez está cambiando más rápido y drásticamente, es por ello que ahora se hace más necesario avanzar hacia el presente. El objetivo de este escrito no es menospreciar la validez o la importancia de dichas prácticas tradicionales de la educación física, ya que de una u otra manera estas prácticas a través de la historia, marcaron un derrotero en su propio contexto histórico y social y abrieron el camino para que esta disciplina ganara el lugar que ahora posee. La crítica se decanta por otro camino, lamentablemente la educación física y la educación en general se han convertido en una disciplina anacrónica, por las características volubles y cambiantes del mundo moderno. Es necesario repensar las prácticas educativas y los objetivos en torno a la educación física debido a que las necesidades de los sujetos del mundo de hoy y más aún los del mundo del mañana, no se orientan desde una perspectiva de la actividad física. Originalmente en Colombia la educación física nace como un medio por el cual se cultivaba el cuerpo para fortalecerlo y propiciar las capacidades necesarias para luchar y cazar, esto relacionado con la salud y la buena higiene que era un problema de gran importancia para aquella época. Ya en ese entonces:

“El General Simón Bolívar y Francisco de Paula Santander, en 1820 dictaron un decreto que buscaba la organización de la educación bajo criterios de moralidad y pedagogía en abundancia, herencia de la ya fuerte influencia intelectual de Inglaterra y Francia. Dicho decreto hacía énfasis en la formación física de los niños con el fin de ejercitarlos para un posible contraataque de los españoles.

El Hombre de las Leyes como se le llamó a Santander, el 3 de octubre de 1827 siendo encargado de presidencia, promulga un decreto sobre el plan de estudios en donde menciona que las escuelas, en las tardes de los jueves pasada la primera hora, se empleará el tiempo en un paseo, bañarse y aprender a nadar, donde hubiera comodidades para este último, o en otros ejercicios saludables, siempre a la vista y bajo la dirección del maestro.” (Contecha Carrillo, 1999, 1)

Es así como se puede evidenciar la relación directa y el estancamiento de los objetivos principales de lo que hoy vemos que se aplica como educación física y lo que se hacía hace casi dos siglos, evidenciando un estancamiento, en lo práctico, aunque no siempre en lo teórico.

Al hablar del mundo de hoy es necesario mencionar que “Los rápidos cambios y transformaciones que afrontan las sociedades modernas, en las que el desarrollo tecnológico se perfila como abanderado mayor de esos procesos, ha dado lugar a diversas formas de pensamiento e ideologías.” (García, 2008, p. 1). El mundo se encuentra en un cambio constante y frenético, cada vez se mueve más rápido la información y por ende la cultura, las personas y las costumbres avanzan tan rápido que en ocasiones no es posible entenderlo por completo, este fenómeno no es otra cosa que lo que se denomina mundo posmoderno, frente a ello, Lipovetski, citado por Ruiz (2009), menciona:

“Se define ésta como una tendencia social, más o menos clara. Un nuevo modo de pensar y sentir de las personas que en este ensayo iremos viendo cómo afecta a la forma en que vivimos la familia, la amistad, la educación, el trabajo, el tiempo libre, la participación política y la solidaridad... Aparece presente en todos los campos de la vida social: desde los anuncios hasta los libros más filosóficos, pasando por las canciones de moda, los programas de televisión, el cine, las ONGs, los partidos políticos... Se alimenta de la vida y, a la vez, se hace cada vez más influyente a través de los medios de comunicación.” (Ruiz, 2009, 2)

Las evoluciones tecnológica y cultural han provisto a los seres humanos de múltiples herramientas y máquinas que suplen cada vez más sus necesidades, al punto que el cuerpo se ha convertido en un recipiente para la mente. Hoy por hoy, ya no es importante que una persona pueda subir escaleras, pueda levantar un objeto, que pueda desplazarse a pie largas distancias o que tenga grandes habilidades para nadar. Todo esto se ve reemplazado por máquinas, domicilios, automóviles, celulares, computadores y otras tantas cosas más, hoy en día ya no es una necesidad moverse y cada vez lo es menos para las nuevas generaciones, frente a ello Meyer citada por Bauman (2008) indica “cada vez hay más niños estadounidenses y, cada vez con mayor frecuencia, que consideran agobiante el esfuerzo que implica comer una manzana: demasiado trabajo arduo para las mandíbulas y los dientes y, además una inversión de tiempo excesiva para la cantidad de placer obtenida.” (Bauman, 2008,11)

Es cuanto menos preocupante ver cómo los más jóvenes pasan la mayor parte del tiempo frente a aparatos digitales, videojuegos y celulares, y las actividades motrices de tipo cultural que obligaron en el pasado a varias generaciones a moverse cada vez pierden más espacio, la golosa, rejo quemado, escondidas, congelados, canicas, etc. El mundo se está quedando inmóvil frente a una pantalla de celular. Frente a ello, González menciona que:

“Los niños y jóvenes cada vez hacen menos actividad física: la era digital hace que sólo sea el movimiento de dedos el que verdaderamente les motiva: “chatear” por el Messenger, enviar un SMS, jugar a la play, navegar por Internet, etc. Desde su habitación y sentado en una silla el preadolescente, cada vez más joven, tiene a su alrededor unas posibilidades tan grandes de comunicación con su entorno de amigos, que no le hace falta moverse demasiado.” (González, 2007, 2)

Estos cambios y nuevas condiciones del mundo actual representan nuevos obstáculos y retos para la educación en general y para la educación física en este caso particular. La llamada condición posmoderna, que atraviesa todas las esferas de la cultura y que necesariamente obliga a un replanteamiento y mirada cuidadosa de los cambios que viene afrontando la sociedad, cuya afectación se evidencia particularmente en los sectores de la educación básica y media y en el sector universitario, con repercusiones en el grueso de la sociedad.

“La enseñanza de la educación física no escapa a ello, en ese juego recíproco maestro-estudiante, en el que los primeros continuamos atados a los viejos paradigmas, muchas veces dispersos y un tanto ajenos de la realidad social y política del país, mientras los

segundos, distantes, desconectados de la realidad, navegando en un mundo virtual, fabricado por los mass media y los medios masivos de información: una expresión, un calco manipulado por la presión del mercado.” (García, 2008, 2)

Con esto no se pretende decir que la educación física hoy carezca de importancia, que deba existir una aceptación resignada frente a lo que el mundo le pide a las personas, si bien es cierto que ya no es necesario moverse, para obtener empleo, comida o diversión, también debe recordarse la gran capacidad de adaptación de la educación física, así como todos sus enormes beneficios a nivel fisiológico, cognitivo y social. Es necesario reflexionar para tomar un nuevo camino, cambiar su orientación de forma que se convierta en una educación física más relevante, más importante, más cercana a las personas y por, sobre todo, fundamental para el desarrollo humano de cualquier sujeto, sin importar cuál sea su profesión.

El mayor problema de las nuevas generaciones del mundo actual es que; si no es, a través de una buena educación física en sus primeras etapas de vida, seguramente su adultez no se verá reflejada por la actividad física o el movimiento ya que su trabajo y las dinámicas propias de la vida moderna no se lo pedirán. Es necesario pensar cómo lograr que estas personas hagan parte de su rutina de vida, la actividad física y esto solo es posible lograrlo si cambiamos la forma cómo se está vendiendo la disciplina, ya que para ellos no tiene ningún sentido salir a “correr” a las calles, con el peligro, la contaminación y sin un rumbo fijo aparente.

Frente a ello son varias las experiencias y trabajos desarrollados en torno a este propósito, existen experiencias que giran en torno a promover la actividad física a través de la educación física, esto por medio del juego y el deporte entre otros. Una de ellas se desarrolló en Argentina y plantea que la actividad física y las habilidades motrices deben ser aprendizajes orientados por profesionales con conocimiento y experiencia en estos campos y no solamente producto de un proceso evolutivo madurativo, frente a ello indica:

“La educación física se ocupa de la formación corporal y motriz de los niños, promueve el gusto por la actividad física, por experiencias placenteras de juego, y les permite iniciarse en el conocimiento de su propio cuerpo y de su movimiento, a fin de contribuir a la formación progresiva de una imagen positiva de sí mismo y al conocimiento de sus posibilidades.

Las habilidades motoras no se adquieren solo por efectos madurativos sino que precisan ser aprendidas, y es fundamental que el nivel inicial desarrolle y oriente estos aprendizajes. Asimismo, los juegos motores son objeto de enseñanza y un medio para el aprendizaje de nuevos conocimientos, en los cuales están implicados el cuerpo, el movimiento y la comunicación.” (Polikowski, 2011, 5)

El anterior concepto, apoya la idea que se plantea en el documento, en tanto debe promoverse la actividad física a través de la educación física desde las edades más tempranas tratando así de forjar en las nuevas generaciones una sensación placentera frente al tema. Debe promoverse el gusto por moverse, para que en el futuro las personas se muevan por decisión propia, ya que, cada vez es menos frecuente moverse por necesidad.

El desarrollo y evolución de la tecnología nos provee cada vez más comodidades, supliendo así nuestras necesidades básicas y dotándonos de todo lo necesario para la vida diaria, la comida, el trabajo y los desplazamientos, son actividades y elementos que se consiguen cada vez con menos esfuerzo. Esto por supuesto se ve reflejado en cierta comodidad para las personas en general, pero de la misma forma se ve reflejado en un estilo de vida sedentario y poco activo de estas nuevas generaciones. Si ya no es necesario moverse, entonces las motivaciones deben cambiar y el componente motivacional frente al movimiento y la educación física se torna e un importante elemento a la hora de decidir moverse o no.

Un elemento importante dentro de esa nueva mirada del movimiento y la educación física, es la edad, lograr trabajar correctamente con las poblaciones más pequeñas se torna



fundamental a la hora de promover estas iniciativas. Estas nuevas generaciones son materia prima de gran valor por cuanto un sujeto que crece jugando y amando el movimiento, tiene muchas más posibilidades de convertirse en un adulto que se mueve y practica actividad física, esto sin el tema de las notas, la obligación, el regaño, en general sin coerciones que solo generan odios y molestia frente al tema.

Otro de los intentos por mejorar esta situación tiene que ver con las iniciativas por parte de los gobiernos, en tanto que promueven leyes y recursos para lograr trabajar desde las instituciones educativas el tema del sedentarismo, existe un interés general por lograr que las personas se muevan, aunque no siempre de la mejor manera. La educación física es reconocida por muchos como una herramienta que puede ayudar a las personas a tener un mejor nivel de vida, y para nadie es un secreto los beneficios que tienen la actividad física y el deporte, el problema radica en lograr que las persona interioricen esto como parte de su vida, se muevan por gusto, por empatía y porque los hace felices. Frente a ello González plantea:

“En estos últimos años, tanto el “Ministerio de Sanidad y Consumo” del estado español, como el “Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya”, preocupados por los altos índices de sobrepeso y obesidad en la población infantil, han puesto en marcha campañas de sensibilización y proyectos específicos de prevención para frenar la nueva pandemia del siglo XXI: el sedentarismo. Es el caso, por ejemplo de una campaña institucional que tuvo por título: “Un cuerpo para toda la vida”, de la estrategia NAOS para la nutrición, la actividad física y la prevención de la obesidad o del desarrollo del Programa PASS en Cataluña: un plan integral para la promoción de la salud mediante la actividad física y la alimentación saludable. Además, en prensa aparecen, con cierta asiduidad, artículos donde se pone de manifiesto una preocupación política para resolver esta problemática.” (González, 2007, 1)

La problemática se encuentra sobre la mesa, y mucho es lo que se ha mencionado y escrito sobre ella. El sedentarismo promovido en cierto modo por el estilo de vida resultado de una sociedad tecnificada se encuentra en permanente crecimiento, y la educación física tiene la posibilidad de atacarlo desde su raíz, de lograr un cambio en las personas desde su concepción misma, desde la forma como la entendemos. No es posible seguir entendiendo la educación física como se veía hace unos años, debe existir un cambio, una evolución, un crecimiento que vaya de la mano con los cambios del mundo moderno.

### **3. Metodología**

El presente documento se desarrolló a partir del análisis de literatura existente sobre temas relacionados con las prácticas docentes, la posmodernidad, y la educación física, entre otros. La búsqueda parte de la indagación en bases de datos tales como PROQUEST y EBSCO, así como en Google académico, se encontraron investigaciones relacionadas con las prácticas tradicionales de la educación física, la posmodernidad y la historia de la educación física entre otros tópicos.

Se planteó un problema a partir de la observación de los cambios que se dan a nivel social, la globalización, la llegada del mundo posmoderno y las prácticas tradicionalistas de la educación física, todo ello relacionado y observado en contexto. Se identificaron los macro conceptos del tema tratado como, educación física, posmodernidad, práctica pedagógica, disciplina y docente.

Seguidamente se identificaron otras investigaciones y trabajos que trataban temas a fines con el presente y por medio de esos temas se inició el proceso de análisis intertextual, para finalmente buscar relación entre los cambios que ha tenido el mundo por su evolución y cambio natural y la forma cómo el cuerpo humano ha pasado a ser un simple apéndice, esto empeorado por las practicas caducas y tradicionales en educación física.



#### 4. Conclusiones

Ahora bien, a modo de conclusión es posible afirmar que, aunque las nuevas generaciones cada vez necesitan moverse menos, también es cierto que la educación física puede entonces entrar a ocupar un lugar diferente desde la necesidad de las personas. La educación física debe encontrar un espacio desde el cual aprovechar sus múltiples beneficios a nivel fisiológico, social y cognitivo en la formación de sujetos.

La educación física tiene la posibilidad de abarcar diversos escenarios de práctica y desde diversas perspectivas. Estas múltiples posibilidades se ven reflejadas en las formas cómo se ejecuta la misma y los beneficios que tiene. Las escuelas de formación deportiva, en las cuales se da importancia al carácter competitivo que se convierte en un agente motivante de gran importancia, esto relacionado con el sueño de llegar a ser como nuestros ídolos deportistas o llegar a ser campeón del mundo en alguna disciplina, los gimnasios que se enfocan en mantener ciertos parámetros de salud y en lograr ciertos estándares de belleza, que aunque no son el ideal principal para motivarse a practicar algún tipo de actividad física, si es un factor importante a la hora de atrapar y motivar cierto tipo de población que se mueve por eso. Los parques públicos que son un recurso utilizado por la población Bogotana y Colombiana en tanto no se requiere de mucha inversión y están a disposición de la mayoría de las personas, solo requiriendo de un desplazamiento y el deseo de utilizarlo, aquí lo fundamental es lograr brindar las bases fundamentales para dar un buen uso a esta alternativa, los elementos como vídeos y videojuegos en el hogar, que aportan el factor lúdico y son un espacio para la práctica de actividad física en familia, ya que cuando una persona decide dedicar tiempo a este tipo de prácticas se ve motivado, ya no, por el simple hecho de tener un cuerpo preparado para la batalla, o para sobrevivir, sino por compartir espacios amenos con familiares o amigos o simplemente por el divertimento que produce bailar o jugar con un elemento de este tipo. Clases grupales de actividades no encaminadas a la competencia como el yoga o lo pilates, que se tienen un carácter más espiritual y de cuidado del cuerpo en relación con aspectos más emocionales en las personas, los deportes en la naturaleza y extremos que aportan adrenalina y emoción a una población acostumbrada a pasear viendo el paisaje de loza y autos en ciudades como Bogotá.

Existen estas y otras muchas alternativas que se pueden encontrar como herramientas o medios para aprovechar los beneficios de la práctica de la educación física y la actividad física, es necesario entender que las personas ya no se mueven por las mismas razones que lo hacían hace 20, 30 o 100 años, y lograr una adaptación desde esta disciplina para realmente entender cuál es la motivación hoy de las personas para moverse o no.

Si el trabajo de los docentes en las escuelas y colegios promueve la formación de sujetos conscientes de la importancia de moverse y amantes de hábitos de vida saludables como el deporte y el ejercicio, todo ello por estar bien educados físicamente, entonces ya no se practicara educación física únicamente por necesidad o por obligación, las dinámicas de vida de una persona que aprecia sinceramente la actividad física o algún deporte, son cuanto menos apropiadas y conllevan a vidas menos propensas hacia enfermedades cardiacas o sobrepeso. Lo anterior obliga a la educación física en cabeza de todos sus docentes a repensar la necesidad de buscar nuevas ofertas que motiven a las personas a educarse físicamente, que motiven a cada estudiante para que la actividad física sea algo más que una materia de relleno de los colegios y que en el momento de sentarse frente a un televisor, sean ellos mismos quienes puedan tomar la determinación de salir a la calle y moverse un poco.

Partiendo de este análisis, no queda nada más que asumir la responsabilidad y las nuevas tareas de esta generación de licenciados en educación física, pensar cómo lograr que una persona se interese por moverse de la silla aun cuando esto no represente una mala nota o un llamado de atención por parte del docente. Entender que las nuevas generaciones se

mueven por múltiples motivos y lograr desde allí, desde esas motivaciones tocarlos para que se muevan haciendo uso de la educación física.

### Referencias bibliográficas

- Bauman, Zigmund. *Los retos de la Educación en la modernidad líquida*. Barcelona: Gedisa, 2008.
- Contecha Carrillo, Luis Felipe. "La Educación Física y el Deporte en Colombia. Una historia". *Lecturas educación física y deportes* 17: 1, 1999. [Consultado el 12/02/2017]. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd17/efcolom.htm>
- Flórez Ochoa, Rafael. *Hacia una pedagogía del conocimiento*. Colombia: McGraw-Hill, 1994.
- García, Álvaro. "La Educación Física en el mundo posmoderno". *Corporeizando* 00 (2008): 2. [Consultado el 20/04/2017]. Disponible en: <http://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/corporeizando/article/viewFile/674/664>
- González, Carles. *Repensar la Educación Física: Oportunidad y compromiso*. Barcelona: INCEFC, 2009.
- López Pastor, Víctor Manuel; Pérez Brunicardi, Dario; Manrique Arribas, Juan Carlos y Monjas Aguado, Roberto. "Los retos de la educación física en el siglo XXI". *Retos* 29: 182-87, 2016. [Consultado el 2/05/2017]. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/42552>
- Polikowski, Gabriela (Coord.). *Educación Física, experiencias y reflexiones*. Buenos Aires: Ministerio de educación, 2011. [Consultado el 2/04/2017]. Disponible en: [http://www.buenosaires.gob.ar/areas/educacion/curricula/pdf/ef-inicial\\_web.pdf](http://www.buenosaires.gob.ar/areas/educacion/curricula/pdf/ef-inicial_web.pdf)
- Osorio, Daniel. "Repensar la educación física actual: Reflexiones epistemológicas desde la teoría crítica de colonial" Tesis, Universidad Libre, 2013.
- Ruiz Román, Cristóbal. "La Educación en la sociedad postmoderna: Desafíos y oportunidades". *Revista Complutense de Educación* 21: 173-188, 2010. [Consultado el 17/06/2017]. Disponible en: <file:///C:/Users/Juan%20Carlos/Downloads/16093-16169-1-PB.PDF>
- Varo, José Javier y Martínez González, Miguel Ángel "Los retos actuales de la investigación en actividad física y sedentarismo". *Revista Española de cardiología* 60: 222-222, 2007. [Consultado el 2/06/2017]. Disponible en: <http://www.revespcardiol.org/es/los-retos-actuales-investigacion-actividad/articulo/13100273/>