

## LA COMPETENCIA SOCIAL Y CIUDADANA EN EDUCACIÓN FÍSICA



**Juan Carlos Muñoz Díaz**

En el Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas para Educación primaria, aparece un nuevo elemento curricular, las competencias básicas entendidas como *“aquellas competencias que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida”*.

Este Real Decreto, en el currículo del área de Educación física, nos informa de la contribución del área al desarrollo de cada una de las competencias básicas. En el caso que nos ocupa, la competencia social y ciudadana, establece una relación directa o esencial. Ciertamente no existe otra área curricular que permita un mayor número de situaciones didácticas en donde el alumn@ deba interactuar con los demás.

El Real Decreto de enseñanzas mínimas constata que la Educación física, por el entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales, cuando la intervención educativa incide

en este aspecto. Efectivamente, si no hay intencionalidad educativa y no se planean situaciones adecuadas no es posible mejorar esta competencia. Por ello la dinámica de grupos en la realización de las tareas debe ser variada, es decir, que permita distintos tipos de agrupamientos: parejas, tríos, cuartetos, pequeños grupos, gran grupo...

A la hora de realizar los agrupamientos se tendrá que tener en cuenta algunas consideraciones:

1. **¿Quién designa los componentes del grupo?** La designación de los componentes del grupo puede ser efectuada por:
  - **El profesor/a:** implica la disminución de elementos de socialización, es adecuado cuando l@s alumn@s presentan dificultades y en edades tempranas. Permite una organización rápida, por ejemplo cuando se pretende crear grupos homogéneos en cuanto a características antropométricas o bien heterogéneas para facilitar nuevas relaciones.
  - **El profesor/a y l@s alumn@s:** ayuda a la interrelación del profesor/a con l@s alumn@s, participando éstos en la organización de la clase,

conociendo los objetivos y los criterios de agrupamiento.

- **L@s alumn@s:** supone un alto nivel de organización y de confianza entre profesor/a y alumn@s, debiéndose respetar los criterios de decisión. Este modo de agrupamiento conlleva a que predomine el criterio afectivo, quedando alumn@s marginales sin grupo, que haya alumn@s que no quieran integrarse en un grupo, o que se agrupen siempre los mismos niñ@s durante todas las sesiones. En estos casos el profesor/a debe intervenir no para recortar la libertad del alumn@, sino para reconducir la situación.

2. **¿Cual es la estructura de la actividad o de la tarea?** Las actividades se pueden organizar:

- **Por parejas:** un@ ayuda, se opone o evalúa al compañer@.
- **Colaborando en grupo:**
  - Todos realizan la misma acción, pero de forma individual: recoger pelotas en el menor tiempo posible.
  - Todos se ayudan para realizar una acción común: correr cogidos de las manos, formar un corro e impedir que los adversarios entre en él.
  - Todos colaboran de forma intermitente: relevos.
- **En circuito:** se distribuyen en

estaciones por las que van pasando de forma rotativa los distintos grupos de alumn@s.

- **De forma competitiva:** se forman dos grupos en los que se dan situaciones de oposición y colaboración.

3. **¿Cual es la duración del grupo?** En la clase de Educación física la duración de los grupos puede ser larga y estable, o corta y variable:

- **Estable:** cuando los miembros de cada grupo permanecen en él durante un tiempo prolongado. Esta organización facilita las tareas de organización y mejora las relaciones afectivo-sociales de sus componentes. Su principal limitación es que se pierde la posibilidad de interrelación con los componentes de otros grupos.
- **Variable:** son organizaciones que se mantienen sólo durante el desarrollo de las tareas propuestas. Este tipo de organización permite adoptar distintas formaciones y que las relaciones afectivas mejoren entre todos los miembros de la clase. El inconveniente que entraña es el tener que formar grupos cada vez que se van a realizar tareas.

Dado que el cambio de actividad en nuestra clase es constante, tanto para evitar la fatiga como el aburrimiento, como para mantener la atención y la

motivación, la principal característica de los agrupamientos debe ser la variedad.

El Real Decreto también nos dice que *“las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad”*. Teniendo en cuenta todos estos valores, para desarrollar la competencia social y ciudadana será preciso tratar estas subdimensiones:

- Tener confianza en los demás.
- Mostrar interés y respeto por los demás
- Compartir propósitos
- Prestar y aceptar el apoyo y colaboración de los demás
- Preferir participar en propósitos compartidos a mantenerse al margen.
- Mostrar actitudes solidarias.
- Valorar la diferencia y reconocer la igualdad de derechos, en particular entre hombres y mujeres
- Valorar la amistad y demostrarlo con comportamientos adecuados.
- Disfrutar con los demás en juegos y tareas compartidas.

Por otro lado *“La educación física ayuda a aprender a convivir, fundamentalmente en lo que se refiere a la elaboración y aceptación de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad. ...la capacidad de asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas. El cumplimiento de las normas que rigen los juegos colabora en la aceptación de códigos de conducta para la convivencia. Las actividades físicas competitivas pueden generar conflictos en los que es necesaria la negociación, basada en el diálogo, como medio para su resolución”*. De esta argumentación del Real Decreto podemos obtener las siguientes subdimensiones para desarrollar esta competencia básica:

- Valorar las posibilidades y limitaciones propias y ajenas.
- Valorar la diversidad.
- Resolver los conflictos mediante el diálogo.
- Dialogar con los demás de manera adecuada.
- Valorar la importancia de escuchar bien a los demás.
- Respetar normas de convivencia.
- Entender que las normas se hacen para regular la convivencia.
- Elaborar y aceptar las reglas de juego.

Finalmente, el Real Decreto destaca que *“se contribuye a conocer la riqueza cultural, mediante la práctica de diferentes juegos y danzas”*. Por tanto es necesario trabajar los juegos populares o tradicionales y la expresión corporal.

Los juegos populares y tradicionales se pueden abordar desde dos perspectivas, bien a través del desarrollo de una unidad didáctica específica en nuestra programación, o bien de una forma transversal en todas nuestras unidades didácticas. Mediante su tratamiento específico se le da consistencia desde el punto de vista conceptual, los niños adquieren un conocimiento y conciencia de esta modalidad de juegos. Realizando un tratamiento transversal en todas las unidades didácticas se impregna a las sesiones de un carácter lúdico y su consistencia será preferentemente procedimental, los niños transferirán

estos juegos con mayor facilidad a su tiempo libre o de ocio.

Las actividades de expresión corporal en grupo, tales como las danzas nos proporcionan igualmente un medio eficaz para trabajar y desarrolla habilidades sociales y conecta con la competencia cultural y artística. El arte y la cultura se desarrollan en sociedad, precisan de los otros para que tenga sentido, de ahí que contribuyen igualmente al desarrollo de la competencia social y ciudadana.

El ser humano como ente individual necesita desarrollarse en un principio, pero desde el momento que ha de interactuar y convivir en sociedad ha de adquirir una serie de competencias o habilidades sociales que le permitan vivir feliz y en armonía. Ningún aprendizaje vale la pena si el individuo no se siente feliz.

## OLIMPIADAS GRIEGAS. LOS ENTRENAMIENTOS PRELIMINARES DE ELIS

### Vicente J. Clemente Suárez

Seis meses antes de cada Festival Olímpico, mensajeros oficiales viajaban a través de Grecia para anunciar la fecha exacta de los próximos juegos, su llegada marcaba el comienzo del intenso entrenamiento y las disputas entre atletas en todas las villas y ciudades. Los jueces locales jugaban un papel importante en los juegos de la antigüedad, ellos seleccionaban a los atletas participantes y tenían la autoridad para permitirlos jugar o descalificarlos, también supervisaban que los atletas durmieran en un suelo duro y que cumplieran una dieta austera durante un mes de entrenamiento. Al final los que eran aprobados, viajaban a la ciudad de Olimpia en una procesión que duraba dos días.

A los interesados en participar se les exigía haber pasado diez meses de entrenamientos en gimnasios y palestras lo que implicaba toda una serie de duros ejercicios y la práctica de una dieta muy severa.

Todos los participantes debían llegar por lo menos 30 días antes de las competiciones al alojamiento de Elis, para los entrenamientos. Parece ser que éste era el plazo mínimo, pues el campamento se abría diez meses antes de los juegos. Los entrenamientos tenían lugar bajo la supervisión de los preparadores, que eran asignados dentro del plazo antes mencionado y sometidos, al igual que los

árbitros, a la misma preparación: una magnífica idea, la de entrenar juntos a los atletas y a los árbitros, dándoles el mismo alojamiento y la misma comida, siempre exenta de alcohol. Hasta el más pudiente debía someterse a la disciplina olímpica. De este modo, los que llegaban a Olimpia constituían un equipo bien forjado. En Elis los árbitros aprendían a conocer a sus pupilos, y éstos a sus árbitros.

Elis estaba situada en la llanura del río Peneios, sobre la orilla Sur, en un terreno ligeramente ondulado que limita al Este con un cerro donde antiguamente había una fortaleza, y hoy se encuentra una pequeña iglesia construida sobre los muros de aquélla. Según Pausanias, de este lugar a Olimpia la distancia era de unos 300 estadios (57 kilómetros).

Las instalaciones de Elis eran sencillas aunque vastas, y servían para los entrenamientos olímpicos y para la preparación. Entre grandes plátanos había un gran campo, el Eutoc, el cual, según la leyenda, Heracles hubo de limpiar de cardos diariamente. Aún hoy abunda allí esta mala hierba. El campo estaba dividido en dos pistas para el pedestrisimo. El gimnasio contenía además el llamado – plethrion- (según la superficie de 100 pies = 30 metros en cuadro). Aquí se desarrollaban, las pruebas de las diversas clasificaciones por edades, y seguramente para las enseñanzas especiales. Según Pausanias, el que conseguía participar allí en la lucha, se lo había ganado por su