

## **Por una educación física sostenible para el siglo XXI: la pedagogía de las conductas motrices en el gimnasio Olimpia de Chivilcoy**

Lagardera, F. (España) y Masciano, A. (Argentina)

A mediados del siglo XVIII un genio ilustrado como Rousseau tenía asumida la trascendencia de la educación física y sensitiva como portal de la inteligencia y alimento del espíritu: *“Como todo lo que entra en el entendimiento humano le llega por los sentidos, la primera razón del hombre es una razón sensitiva; es ella la que sirve de base a la razón intelectual: nuestros primeros maestros de filosofía son nuestros pies, nuestras manos, nuestros ojos. Sustituir por libros todo esto no es enseñarnos a razonar, es enseñarnos a servirnos de la razón de otros; es enseñarnos a creer mucho, y a no saber nunca nada”* (Rousseau, J.J., 1990:159), solo un par de años más tarde el médico suizo Jean Ballexserd utilizó por vez primera el apelativo de educación física (1762) que ha llegado hasta nuestros días, aunque con una acepción básicamente profiláctica, que se mantuvo durante todo el siglo XIX, adoptando un sesgo claramente deportivo más tarde, durante la segunda mitad del siglo XX, y tecnocrático más recientemente, pero todos ellos modos de educar muy alejados del espíritu roussiniano.

Por todo esto no resulta baladí manifestar que la educación física moderna aún no ha nacido a la vida social. Desde Ballexserd hasta nuestros días la educación física profiláctica, deportivizada o tecnocrática ha significado un tipo de educación menor, incluso marginal, malgastando en buena medida lo mejor de su capital social.

Hoy más que nunca, al menos desde el advenimiento de la modernidad racionalista, es necesaria una educación física que sea capaz de utilizar todo

su potencial transformador en beneficio de la humanidad, puesto que del mismo modo que un capital económico aumenta las posibilidades de una persona o de una empresa para invertir en lo que considere necesario, las sociedades disponen de toda una “*urdimbre de sentimientos, actitudes, normas y comportamientos que forman el capital social de una comunidad*” (Marina, J. A., 2006:125) y que dan buena medida de su grado de civilización y de sus posibilidades de generar un contexto social de bienestar entre sus miembros. Este capital le viene dado a la educación física por ser muy capaz de optimizar las conductas motrices de los alumnos en el sentido que marque el proyecto ético dominante en una sociedad.

Lejos de constituir un pasatiempo inocuo o una pedagogía menor, la educación física, si algún día es capaz de modificar el paradigma hoy imperante que la condena a ser una mera transmisora de gestos, técnicas y movimientos más o menos sofisticados, puede llevar a cabo una auténtica revolución en el campo educativo, si se construye como una pedagogía de las conductas motrices (Parlebas, P., 2001:85). Este y no otro es el capital social de la educación física que aún duerme el sueño de los justos puesto que “*Las Facultades de Educación Física no han sabido dar el giro que necesitaban de acuerdo con los avances científicos del último siglo. La formación de los futuros profesores de educación física se basa, aún hoy en Francia, en los principios concebidos en el siglo XIX*” (Parlebas, P., 2003b:16). Y también en Argentina y España, añadimos, y en prácticamente todo el mundo.

Para que en un inmediato futuro se pueda rentabilizar el valioso capital social de la educación física, en cuanto pedagogía que es capaz de incidir en la totalidad del ser humano mediante la inmersión de los sujetos en su propia realidad vital, se requiere situar como ***objeto central de la acción educativa a la persona que aprende.***

Esto implica un cambio drástico de paradigma en la educación física imperante puesto que es cada una de las personas que aprenden, con todo su cortejo de rasgos y singularidades, el objeto primero de interés pedagógico, por

tanto conocer y estudiar a sus alumnos se convierte en la primera tarea a realizar para todo docente.

### **1:- ¿Por qué necesitamos hoy una educación física sostenible?**

Tal y como está ahora mismo el mundo muy pocas personas en su sano juicio son capaces de pensar que esto de la sostenibilidad no es más que una moda pasajera, pura fachada ideológica. Lejos de tales especulaciones la ciencia no hace más que reiterar que la civilización actual necesita un drástico giro hacia un tipo de vida mucho más sostenible (Castells, M., 1998; Lovelock, J., 2007; Meadows, D.H.; Meadows, D.L. y Randers, J., 2006; Novo, M., 2006).

Lo sostenible es aquello que se sostiene, que se mantiene firme y en equilibrio, aunque en español también pueda denominarse sustentable, como se hace con buen criterio etimológico en muchos países americanos de habla española. Puede también extenderse a los procesos complejos como la vida, la sociedad o la economía y entonces se entiende que se trata de sistemas capaces de mantenerse o sostenerse por sí mismos, que persisten en equilibrio porque existe en ellos una reposición constante de energía y recursos que les permite sustentarse, en definitiva ser sostenibles.

Pero también puede hacerse extensiva esta noción a la vida humana, la de cada ser humano, puesto que en la medida que se toma conciencia (se piensa en las consecuencias globales) y se actúa (localmente, en el ámbito de la realidad cotidiana) se puede entender la sostenibilidad como un modo de vida equilibrado, saludable y placentero, que no requiere de consumos desmesurados en ningún ámbito de la vida, por lo que hoy es posible, en el marco de las sociedades desarrolladas, lograr vivir mejor con menos (menos coches, menos casas, menos energía, menos dinero...), como un modo sostenible de hacer viable que los cientos de millones de personas que viven

en la escasez logren alcanzar un tipo de vida digno, sin poner en quebranto un desarrollo sostenible en todo el planeta.

*Si se parte de concebir al ser humano como una entidad unitaria y global, dotado de singularidad, la educación física sostenible supone un tipo de educación contextualizada y procedimental cuyo objetivo primordial consiste en alfabetizar motrizmente a los educandos, de manera que sus conductas motrices sean sostenibles en cualquier ámbito de la vida cotidiana, para que les facilite el logro de una vida equilibrada, saludable y feliz.*

Contextualizada porque es llevada a cabo en el contexto de la vida cotidiana; procedimental porque sus saberes son eminentemente prácticos y aplicados, no son discursivos ni abstractos, aunque puedan estar dotados de un alto nivel de significación para la vida de cada ser humano, ya que las situaciones de aprendizaje que plantea constituyen la sustancia de la realidad vital de los educandos, son la vida misma; persigue la alfabetización motriz porque supone estimular en cada persona sus dones naturales, las facultades motrices que le ha regalado la vida y que con frecuencia se mantienen dormidas porque la sociedad, la educación y el deporte centran su interés en el dominio de habilidades muy concretas que no todos son capaces de lograr; y lo hace educando y optimizando las conductas motrices porque es la manera de hacerlo respetando el proceso de aprendizaje singular de cada persona.

La educación física sostenible se construye como un arte de educar imprescindible en este momento histórico del devenir humano, dado que se necesita que las personas sean capaces, no solo de tomar conciencia de la necesidad de una vida sostenible, sino de llevar a cabo comportamientos sostenibles, por lo que la educación de las conductas motrices sostenibles se convierte en un ámbito pedagógico, social y político estratégico, por prioritario, en este atribulado y en crisis siglo XXI.

## **2.- Educar a la persona mediante la pedagogía de las conductas motrices**

No es solo el cuerpo el que se educa, ni el movimiento, ni la motricidad, al menos desde una perspectiva sistémica, es decir, global e interactiva, sino que es la persona en su totalidad el objeto central de la educación, muy especialmente desde la perspectiva de la pedagogía de las conductas motrices que centra toda su atención y acción pedagógica en la singularidad que cada ser humano es capaz de manifestar de manera específica y original.

La trascendencia social de la educación física sostenible en la actualidad estriba en que puede ejercer una influencia determinante en la optimización de las conductas motrices sostenibles de las personas, sea cual sea su edad y condición, que son susceptibles de fijar en las personas de modo habitual comportamientos sostenibles, lo que supone además tener plena conciencia de este proceso.

Para este fin es imprescindible conocer lo que significa la conducta motriz y aplicarlo en el ámbito de la educación física para transformarla en una pedagogía de las conductas motrices. *“El concepto de conducta motriz tiene una gran potencialidad para ser considerado en el ámbito de la educación física. De hecho, con su aplicación pedagógica, se produce una auténtica revolución, ya que el centro de atención se traslada al proceso de evolución personal de cada uno de los protagonistas del hecho educativo. Desde esta perspectiva, la educación física logra materializar uno de sus mayores objetivos pedagógicos, el de poder llevar a cabo una educación personalizada y singular”* (Lagardera, F., 2009).

La conducta motriz es el comportamiento motor con nombre y apellidos, asociado a una determinada persona, entendiendo su actuar de forma unitaria y global por referirse tanto a sus emociones, como a sus sentimientos, deseos y motivaciones. A través de sus conductas motrices toda persona expresa, de modo consciente o inconsciente, buena parte de su historia personal, de sus miedos, de sus alegrías, de sus arquetipos, en definitiva, de su peculiar modo de sentir la vida.

Toda conducta motriz está impregnada de singularidad. *“De hecho, la conducta motriz no se puede reducir a una secuencia de manifestaciones, ni a una pura conciencia desligada de la realidad. Responde a la totalidad de la persona que actúa, a la síntesis unitaria de la acción significativa o, si se prefiere, del significado actuado. Esta doble perspectiva que combina el punto de vista de la observación externa (el comportamiento observable) y el del significado interno (la vivencia personal como percepción, imagen mental, anticipación, emoción...) permite al concepto de conducta motriz desempeñar un papel crucial en la educación física”* (Parlebas, P., 2001:85).

La educación física se convierte en una pedagogía de las conductas motrices, en la medida que trata de optimizar o mejorar las conductas motrices de los educandos. Un educador físico se convierte al aplicarla en un experto observador de los comportamientos motores que pueden interpretarse como conductas motrices, a partir de cuyo conocimiento es capaz de sugerir o plantear las situaciones motrices que provoquen la optimización de las conductas motrices de cada persona, sea alumno, cliente o deportista, siempre en función de un determinado proyecto.

### **3.- Descubriendo Movitransfer**

Conocí a Alberto Masciano a través de Internet por mediación de un profesor de educación física que, cuando fue estudiante, participó de las clases prácticas de introyección motriz que yo impartía en el INEFC de la universidad de Lleida.

Jesús Alonso, que así se llama recaló en Chivilcoy por amor y al hablar de su profesión a algunas personas de allí, todas ellas le insistieron para que conociera el gimnasio Olimpia de esa ciudad. Allí acudió y lo primero que se le ocurrió al experimentar el método Movitransfer fue decirle a Alberto Masciano que debía ponerse en contacto conmigo. Alberto ni lo dudó y a través del

ciberespacio, correo a correo, fuimos concedores de los intereses, inquietudes y pasiones que ambos profesamos a la educación física.

Alberto siguió tomando la iniciativa y viajó hasta España y hasta Barbastro para visitarme en mi casa. Pasamos dos días entusiasmados conversando en torno a Movitransfer y la educación física.

Al año siguiente regresó a España por asuntos familiares y aproveché la ocasión para invitarle a impartir alguna sesión de Movitransfer en el INEFC de la universidad de Lleida.

Pero a pesar de nuestros encuentros y de docenas de correos electrónicos no me quedaba claro el método que Alberto denominaba Movitransfer: *motricidad a la vida transferible*, un modo de impartir y orientar la educación física que aparecía ante mi entendimiento muy original e interesante pero que necesitaba conocer desde dentro, desde las tripas, para obtener una valoración ajustada de su dimensión e importancia.

¡Alberto, necesito viajar hasta Chivilcoy y conocer *in situ* Movitransfer! Le dije un día después de una larga conversación. La iniciativa le pareció excelente y en febrero de 2011 me personé en esa ciudad dispuesto a experimentar este original método.

Lo primero que me sorprendió cuando me dispuse a observar la primera clase de Movitransfer en el gimnasio Olimpia, fue que no se trataba de un grupo homogéneo de personas. Había niños, adolescentes, jóvenes, personas adultas y también de avanzada edad. Algunas de ellas, por su tipología, parecían deportistas en activo, auténticos atletas, otras tenían algunas dificultades con su condición física, pero todas ellas participaban de la misma clase y al parecer, cada una de ellas disfrutaba y aprendía con entusiasmo.

En la siguiente clase me decidí a participar activamente de la misma como alumno, como un usuario más del servicio que ofrece el gimnasio. Mi inmersión en ese escenario activo de educación física me supuso una auténtica conmoción. Entré en crisis a nivel personal, mi cuerpo no respondía según lo esperado y mi motricidad era incapaz de expresar y seguir las consignas y sugerencias que iba dando Alberto. (Me dedicaré a describir los rasgos y naturaleza de esta crisis personal en la intervención que dedicamos a la introyección motriz, que se presentará en otro momento.)

Gracias a esta primera experiencia comencé a vislumbrar que lo que interesa por encima de todo a Movitransfer es la persona, con sus singularidades y procesos particulares, y a esta perspectiva tan humana y personal dedica Alberto sus desvelos pedagógicos.

#### **4.- La singularidad de cada persona y el rastro de su conducta motriz**

Cada persona es única, cada cual tiene diferentes intereses y prioridades en la vida, y aunque la mayoría de los humanos tengamos las mismas o parecidas necesidades básicas, los procesos que conducen a la evolución de la vida a nivel individual, a nuestra ontogénesis, resultan tan complejos y diversificados que cada cual tiene la oportunidad de ir esculpiendo su propia biografía con rasgos originales, pese a que los coetáneos de una determinada época histórica puedan mantener entre ellos muchos rasgos comunes, al igual que los puedan mantener los hermanos, los amigos o los más afines cultural, ideológica y socialmente.

Las características de cada cual, así como la propia experiencia (biografía) inciden directamente en los comportamientos más habituales de cada persona, pero tal vez, por darse usualmente de manera inconsciente, son los de carácter motor los que testimonian de un modo explícito y hasta contundente, los rasgos más acusados y característicos de cada persona.

Estos comportamientos motores pueden ser observados y a la vez son susceptibles de ser interpretados desde una perspectiva global o unitaria, o si se prefiere de manera más compleja y sofisticada, sistémica, de modo que una exégesis de este tenor puede ser capaz de ofrecer información veraz en torno al ámbito afectivo, emocional, social y motor de la persona que así se comporta, esto es lo que Parlebas denomina desde hace muchas décadas conducta motriz (Parlebas, P., 2011:85).

La conducta motriz responde a *“la organización significativa de las acciones y reacciones de una persona que actúa, la pertinencia de cuya expresión es de naturaleza motriz. Una conducta motriz solo puede ser observada indirectamente; se manifiesta mediante un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, y que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa... No se puede reducir ni a una secuencia de manifestaciones observables, ni a una pura conciencia desligada de la realidad. Responde a la totalidad de la persona que actúa, a la síntesis unitaria de la acción significativa o si se prefiere, del significado actuado”* (Parlebas, P., 2001:85). Es por esto que impregna de singularidad cualquier comportamiento motor que lleve a cabo una persona.

Movitransfer es un método que tiene muy en cuenta la realidad de cada persona, sus intereses, sus preocupaciones y muy especialmente el ritmo y la intensidad que cada cual, cualquiera que sea su edad, género y condición física, tiene para aprender. Cada persona necesita su tiempo, vivir el proceso de aprender y cambiar pautas de comportamiento para mejorar la vida, para llegar a ser consciente y por ello auténtico protagonista del proceso educativo.

Darme cuenta de esto me llenó de alborozo e ilusión. Alberto Masciano es capaz de interpretar las conductas motrices deducidas de los comportamientos motores que está observando en sus alumnos, en vivo y en

directo. Esto le permite actuar con agilidad y diligencia parando la clase y sugiriendo a alguna persona que repita el comportamiento motor que él acaba de observar. Puede preguntar a los demás qué les parece o mejor, qué son capaces de ver y de interpretar, pero sobre todo les está ofreciendo una opción clara, dinámica y sencilla de aprender de manera significativa, llegando a ser capaces de comprender el sentido y la finalidad de las situaciones motrices que plantea su profesor y de ser testigos privilegiados de su propio proceso de aprendizaje, de evaluar sus propias conductas motrices.

*¡Hurra, esto es la pedagogía de las conductas motrices aplicada en tiempo real y en cuerpo presente, tal y como señala y reivindica la cultura profesional de la educación física! Me dije a mi mismo, feliz de este hallazgo.*

## **5.- Movitransfer, un modo original de aplicar la pedagogía de las conductas motrices**

La conducta motriz es susceptible de ser interpretada, incluso en el mismo escenario y en el mismo instante en el que se produce, pudiendo ser registrada mediante una anotación o descripción adjunta al comportamiento observado, o bien como en el método creado por Alberto Masciano, utilizando esta información para aplicarla in situ durante la clase para que sirva de estrategia pedagógica en ese momento, para esa misma clase, de modo que la interpretación de los comportamientos motores observados como conductas motrices, estén constantemente retroalimentando el proceso pedagógico.

Esta agilidad y destreza al observar comportamientos motores, interpretar conductas motrices y aplicar este conocimiento primordial en el decurso de la misma clase, en el mismo escenario, para hacer más competente y personalizada su función pedagógica, es lo que aporta como originalidad didáctica el método Movitransfer a la pedagogía de las conductas motrices.

La aplicación de la conducta motriz implica un auténtico cambio de paradigma en este ámbito de la educación, una revolución copernicana en palabras de su autor: *“El concepto de conducta motriz permite, con todo el rigor de un análisis, considerar plenamente en el desarrollo mismo de la acción los elementos de tipo cognitivo, afectivo, relacional y semiotor. Comienza aquí un cambio de perspectiva en educación física, una descentración que puede calificarse de revolución copernicana, a ejemplo de la realizada hace tiempo por los movimientos de la nueva educación (descentramiento que caracteriza también la reciente evolución de las disciplinas lingüísticas, en las que el desplazamiento desde el enunciado hacia la enunciación presenta grandes analogías con el desplazamiento que lleva de la técnica deportiva a la conducta motriz”* (Parlebas, P., 2001:86). Pero este cambio de paradigma que puede asustar, y de hecho lo hace, a muchos profesionales de la educación física, Movitransfer tiene la virtud de hacerlo accesible de manera relativamente sencilla, y sobre todo, con resultados espectaculares.

La cultura profesional de los profesores de educación física muy reacia a los aprendizajes discursivos y al conocimiento teórico, ha logrado que gran parte de este colectivo, incluidas las élites que imparten docencia en la universidad, hayan sido hasta hoy refractarios a la teoría de la acción motriz y por ello a sus consecuencias epistemológicas, un cambio radical en la concepción de la educación física, y muy especialmente a los procedimientos para convertirla en una educación capaz de desarrollar todo su capital social, resultando por ello eficaz y útil para la sociedad del siglo XXI.

La pedagogía de las conductas motrices ha aparecido en el escenario docente como una práctica educativa teórica y muy alejada de la realidad social de la educación física, pero se trata de una visión errónea y parcial, puesto que si hasta ahora podía tener algunos visos de realidad por haberse aplicado tan solo en el ámbito universitario (Collard, L., 2004; Lagardera, F., 2007; Lavega, P., 2004), queda completamente desacreditada ante la irrupción de

Movitransfer como un método capaz de aplicar la pedagogía de las conductas motrices de manera práctica y aplicada a la vida cotidiana.

En Movitransfer el profesor tiene definido con claridad el objetivo motor que pretende lograr en una determinada clase. Sabe de antemano que cada participante en la clase tiene su propio ritmo de aprendizaje y que el entorno de la sesión tiene que ser capaz de acoger estas diferencias.

Hace sus propuestas pedagógicas describiendo con claridad la tarea motriz a realizar a partir de lo cual se dedica a observar con detenimiento y detalle las evoluciones de sus alumnos. Las conductas motrices que es capaz de interpretar constantemente a partir de los comportamientos motores que observa son la guía que va a dirigir su proceder pedagógico.

Cuando detecta conductas motrices ajustadas a las consignas dadas, detiene la tarea motriz y solicita a uno o a varios alumnos que repitan esas conductas motrices mientras los demás observan y comentan libremente sus peculiaridades.

En todo momento el profesor trata de que los alumnos sean capaces de comprender los rasgos de la tarea motriz propuesta y el sentido y significación que esta tiene en su evolución personal. Por esto les invita a comentar los detalles de las conductas motrices ajustadas que acaban de mostrar algunos compañeros.

No se trata de mostrar un modelo, pues es probable que en el transcurso de este proceso se puedan mostrar dos, tres o más conductas motrices congruentes con la consigna dada, pero todas ellas diferentes y originales.

Es posible también que el profesor pregunte de manera general qué dificultades han tenido algunas personas para realizar la tarea motriz propuesta y les invite a comentar por qué las han tenido y cómo pueden resolverlas.

Esta dinámica de acción y diálogo constante se realiza de manera tan fluida que genera un clima de participación muy confortable en el que cualquiera puede sentirse protagonista, a la vez, las paradas se establecen de manera estratégica para proporcionar los descansos necesarios en el desarrollo activo de las tareas motrices propuestas.

Los alumnos pueden, merced a este proceso comunicativo constante, ser conscientes del proceso de evolución de sus conductas motrices, pues no es un patrón o modelo lo que tienen que seguir, sino un proceso personal en el que cada cual marca sus tiempos, ritmos e intensidades. Las referencias y comentarios a las conductas motrices de los demás son en todos los casos, pautas y ejemplos que sirven para comprender la significación del proceso a seguir.

## **6.- El gimnasio como laboratorio vivo de conductas motrices**

Las pautas y sugerencias del profesor en el método Movitransfer siempre aluden a procesos de exploración motriz. Es una especie de invitación permanente para que los alumnos se expresen motrizmente con libertad, tratando de buscar en su motricidad de origen las conductas motrices más congruentes con la consigna dada, que surge de manera natural en cada uno de ellos como fruto de un proceso de adaptación y de búsqueda constante. De este modo el gimnasio se convierte en un laboratorio vivo y dinámico de conductas motrices.

En el gimnasio las conductas motrices que son competentes para la mejora de la vida cotidiana, van siendo paulatinamente asumidas y construidas por los propios alumnos. Esto se consigue propiciando un marco emocional totalmente adecuado a las prácticas cotidianas, logrando concentrar la atención

de los alumnos en las situaciones y los recorridos motores planteados e insistiendo en la percepción del propio cuerpo en actitud estática y dinámica, sin dar ninguna pauta sobre los modos de realizar las acciones motrices (Parlebas, P., 2001:41), que ha sido y sigue siendo la manera más habitual de enseñar educación física.

En cuanto los alumnos logran percibir su entorno con atención plena en el transcurso de una situación motriz planteada por el profesor en el marco de un clima de seguridad emocional, se desencadena un proceso personal y único, más o menos largo y complejo en función de la biografía de cada cual, en el que cada persona trata de desprenderse de patrones motores arraigados en su motricidad que le impiden experimentar y expresarse con su auténtico repertorio motor.

El gimnasio se convierte así en un taller práctico sobre la vida, en un laboratorio vital, un lugar y un tiempo en el que se invita a cada participante a que descubra las riquezas escondidas y desconocidas de su motricidad, para ser capaz posteriormente de reorganizar y optimizar sus conductas motrices.

Para mejorar la percepción, el motor del aprendizaje, se recurre a diferentes estímulos, en especial los de carácter emocional. Para provocar un determinado clima emocional se utilizan estímulos como el silencio, distintas percusiones, la música, voces o diferentes sonidos, tratando de que los alumnos vayan disfrutando con sus preferencias.

Cuando llegan los nuevos alumnos a la primera clase, después de dejar que suceda espontáneamente el encuentro con todos los demás participantes, toman una colchoneta para realizar las actividades del día. Al comienzo, el cuerpo del alumno novel se golpea en el suelo, se apoya mal, quedan partes contraídas y sin apoyo, más tarde con el correr de los días, las personas van percibiendo su cuerpo y reconociendo contracciones innecesarias. Naturalmente se van adaptando y comienzan a querer dejar la colchoneta para poder sentir el suelo con el que a veces chocan, se apoyan o acarician al deslizarse suavemente.

En una clase de alumnos experimentados en este tipo de procedimientos, nadie usa la colchoneta, porque hacerlo les resta libertad de actuar en el suelo y seguir explorando diferentes modos de realizar acciones motrices que les hagan cada día más competentes para satisfacer sus necesidades cotidianas. Hay que tener en cuenta que el dinamismo de la sesión les obliga a llevar a cabo conductas motrices muy variadas que responden a emociones y a circunstancias diversas, entre ellas las relativas a la presencia e interacción con los compañeros de la clase.

Una conducta motriz usual en los alumnos que se inician en las clases del gimnasio es la inseguridad que manifiestan al elegir un lugar para iniciar la clase, siempre cerca de la pared o las esquinas. Pero después de unas semanas y a medida que confían en el lugar y en ellos mismos, observan con tranquilidad y encuentran el lugar que les permite aprovechar más favorablemente el espacio, según la consigna dada. Después, al transcurrir más tiempo y tener más seguridad, puede observarse que eligen los lugares bien ubicados en el centro. Nunca se ha observado a persona alguna que manifestando en su conducta motriz dudas y temores haya elegido el centro, aunque este lugar estuviera desocupado.

El respeto a la singularidad de cada persona, la reflexión comprensiva hacia las diferencias en los procesos de aprendizaje individuales, la explicación pormenorizada sobre el modo en cómo se van a desencadenar los acontecimientos que se plasman en situaciones motrices concretas o la empatía solidaria con los estados de ánimo de cada participante, son modos de obrar constantes en el pedagogo que guía el proceso.

No existen las órdenes, sino sugerencias y explicaciones comprensivas que motivan a los alumnos para que tengan ganas de llevar a cabo cada una de las tareas motrices que se proponen, pero en ningún caso se muestran modos de resolverlas, sino que es la exploración de la motricidad original de cada cual la que debe solventar los problemas planteados.

## **7.- Principios pedagógicos básicos de Movitransfer**

Movitransfer se sustenta en tres grandes pilares o principios ontológicos y pedagógicos, a saber:

- *La persona es el centro de toda la acción educativa*, por ello se respeta su singularidad y el ritmo que cada cual necesita para aprender. En esto coincide plenamente con la pedagogía de las conductas motrices y por ello asume y aplica este nuevo paradigma.
- *Las conductas motrices de los alumnos*, como consecuencia del principio anterior, *son el faro que guía en todo momento el proceder pedagógico del docente*.
- *La percepción, de sí mismo, de los demás y del entorno, se convierte en la puerta de entrada de todos los aprendizajes* que se van incorporando a medida que se proponen las diferentes tareas motrices, expresándose mediante un proceso de optimización singular de las conductas motrices de cada una de las personas clientes del gimnasio.

### ***c.1.- La percepción de sí mismo***

La percepción es la puerta para que las personas implicadas comiencen a comprender y vivenciar los procesos de aprendizaje.

Para que la percepción de sí se desencadene de manera consciente, es un requisito fundamental sugerir la realización de tareas motrices que estén claramente explicadas en cuanto a las características de su lógica interna (Parlebas, P., 2001:302; 2003a:146): rasgos espaciales, temporales, de los objetos de práctica y de la interacción entre los participantes; que se puedan concretar y evaluar con facilidad para que los alumnos avancen en la percepción de su propio cuerpo, de modo que sean capaces de hacerse cargo

de su estado emocional y de las circunstancias que determinan el contexto de la práctica, extrapolable a la realidad cotidiana.

No solo la motricidad, sino que es todo el ser el que necesita de las percepciones constantes de sí mismo y del contexto para elaborar los mapas sensitivos que son visualizados en el cerebro como imágenes que dan origen a las sensaciones, a los sentimientos y a los pensamientos. *“El cerebro levanta mapas del mundo a su alrededor así como de sus propias actividades. Estos mapas se experimentan como imágenes en la mente humana, y el término imagen se refiere aquí no sólo a la imagen de índole visual, sino de cualquier procedencia sensorial, ya sean auditivas, viscerales o táctiles, entre otras”* (Damasio, A., 2010:41).

Instalar en el quehacer cotidiano de los alumnos la idea del estado general de mi cuerpo en el día de hoy, es un punto de inflexión en el trabajo que se realiza en el gimnasio, que también puede realizarse en cualquier ámbito de la vida, puesto que si el objeto central del quehacer pedagógico es la persona que aprende, de manera coherente se tiene que considerar cómo se percibe cada persona implicada a la hora de comenzar la clase, para que cada cual pueda tomar una decisión congruente con su necesidad en cada momento, lo cual es aplicable a cualquier otra circunstancia.

Las clases comienzan siempre con la propuesta de *desanudarse*, una situación motriz que permite a cada una de las personas participantes un momento y un espacio para conectarse consigo mismo, de modo que al comenzar cada uno pueda disponer de una información fiel del estado global de su ser.

Consiste en ofrecer a cada participante un tiempo y un espacio para que a través de un proceso de introyección motriz (Lagardera, F., 2007) vaya afinando la percepción de sí mismo, de sus estructuras profundas, tratando de

percibir con plena atención todo su cuerpo para ir deshaciendo o desanudando las pequeñas congestiones, dolores o nudos que va descubriendo en su cuerpo, de forma estática y dinámica, estirando y comprimiendo, tonificando y relajando; pero también para ser capaz de percibir su estado de ánimo y sus emociones, de manera que conectando con su respiración, suspirando o incluso emitiendo sonidos, cada persona va llevando a cabo un proceso único, marcado por su propio ritmo y necesidad, que le permite descubrir su estado vital en ese mismo instante.

### ***c.2.- Interacción motriz y tareas motrices por estaciones***

Las tareas motrices que pretenden estimular la percepción se muestran en toda su dimensión social en la interacción motriz con los demás participantes, pues al fin y al cabo en la vida cotidiana estamos en constante interacción con los otros miembros de la sociedad.

La propuesta más explícita en este sentido son las tareas motrices mediante circuitos, una propuesta bastante común en el ámbito de la educación física. Sin embargo Movitransfer trata de utilizarlos desde una perspectiva y objetivo pedagógico diferente, de un modo comprensivo e interactivo para el practicante, por lo que podrían denominarse también itinerarios motores cognitivos.

Los talleres o puestos se diseñan a partir de situaciones psicomotrices y sociomotrices de cooperación, en función de los objetivos pedagógicos que el profesor pretende alcanzar, según su evaluación continuada de la evolución de las conductas motrices de sus alumnos, si bien el espacio en donde éstos se llevan a cabo resultan con frecuencia comunes a varios de ellos, lo cual constituye un entorno con un alto nivel de complejidad que los practicantes deben aprender a descifrar para resolver los problemas planteados.

Los grupos de personas se forman de muy diversos modos en función de las características de la clase y de los objetivos que persigue el profesor, unas veces libremente, otras eligiendo a líderes, otras acogiendo a alumnos

nuevos que pueden tener necesidades emocionales y requieren de una buena acogida y ayuda solidaria.

Todas las tareas motrices propuestas se explican con claridad para que los alumnos puedan comprender los problemas a resolver, pero en todo momento de la sesión se intercambian opiniones en torno a su operatividad y en algunos casos estos itinerarios se modifican a partir de las reflexiones de los alumnos.

Las diferentes estaciones en donde se llevan a cabo las tareas motrices asignadas tienen un espacio de acción motriz común, con el objetivo de estimular en los participantes la percepción del objeto a manipular, las evoluciones de los compañeros de grupo y el espacio a ocupar de manera mancomunada con otras personas con las que no se interactúa, condición que aumenta la complejidad de la tarea motriz propuesta, pero que sin embargo, configura un escenario usual en el desempeño de la vida cotidiana.

Durante cuatro semanas, con una frecuencia de dos sesiones a la semana, los talleres se mantienen como una parte central de la clase de educación física. Este es el tiempo promedio que se ha comprobado tardan los practicantes en mostrar conductas motrices ajustadas a la lógica interna de las situaciones motrices propuestas.

Hay personas que a la tercera semana ya han logrado llevar a cabo conductas motrices óptimas para resolver los problemas planteados, pero éstas de un modo intencionadamente pedagógico, asumen el rol de líderes y guías de las personas que tienen alguna dificultad, dado que los grupos de clase son muy heterogéneos.

Un grupo de trabajo o equipo puede estar formado por un deportista altamente competente, una persona de avanzada edad, otra con dificultades motoras a consecuencia de algún traumatismo o un niño, de manera que se forman, intencionadamente, grupos muy heterogéneos y en otros homogéneos para permitir la evolución que requiere cada persona en un momento dado. Lo relevante no es el modo concreto de realizar la tarea motriz, sino el proceso que sigue cada persona para llevarla a cabo.

Se plantean situaciones motrices con competición en alguna estación para que aprendan a manejarse con algunas dosis de estrés, tal y como ocurre en la vida cotidiana, a su vez se les propone que sean capaces de pensar y aplicar alguna modificación en una estación concreta, pero sobre todo que puedan explicar las consecuencias después de experimentarlas, lo que supone una excelente oportunidad pedagógica de evaluar el proceso de aprendizaje.

### ***c.3.- La percepción del entorno***

En la vida cotidiana nos vemos obligados a actuar en múltiples y diversas circunstancias, para dar respuestas adaptadas a la necesidad del momento. Es por esto que en el gimnasio se presentan situaciones motrices en contextos muy diversos para estimular la aparición de conductas motrices ajustadas a su lógica interna, tratando de lograr de este modo la evolución más óptima de cada una de las personas implicadas.

El profesor da consignas precisas sobre la utilización del espacio (todo el espacio del gimnasio, una parte, solo pisando las líneas que limitan las planchas que componen el suelo, limitado a la superficie de una plancha...) para estimular la percepción de los alumnos, ya que en clase pueden producirse circunstancias inesperadas, como el cruce de un compañero en la trayectoria del desplazamiento que se acaba de iniciar u otras que obligan a modificar el proyecto de conducta motriz que se pretendía realizar.

Resulta de gran interés para la vida cotidiana aprender a evolucionar por todo el espacio sin interactuar con el resto de personas respetando el espacio individual de acción motriz, de acuerdo al objetivo motor de la situación motriz planteada, o bien en otros, provocando la interacción motriz, para que aprendan a actuar de manera congruente con la consigna dada.

Se colocan objetos (variados en color, forma y peso) que hay que manipular o no, a veces se pueden intercambiar otras no, y así sucesivamente, de modo que se van modificando intencionadamente las condiciones del entorno de la acción motriz para que la adaptación sea eficaz, económica y fluida.

De este modo van apareciendo conductas motrices en relación a la cooperación o en relación a la competencia, ambas situaciones como estrategias de aprendizaje, que siempre tienen en cuenta las características del entorno y las circunstancias.

Se trata de que los alumnos aprendan que, tanto en una situación psicomotriz como en una sociomotriz, en donde el espacio sea utilizado de manera común y colectivamente, tal y como ocurre en un espacio público, una calle o una plaza, cualquier decisión que se tome sin tener en cuenta todo el contexto puede ser equivocada.

#### **8.- Corolario final: entusiasmo por Movitransfer versus necesidad de aplicar la pedagogía de las conductas motrices.**

La experiencia que se está llevando a cabo diariamente en el gimnasio Olimpia de la ciudad argentina de Chivilcoy está desatando el entusiasmo de sus alumnos y clientes, como pondrán de manifiesto personalmente algunos de sus representantes en la sesión práctica o taller que se organiza también en este seminario internacional, pero sobre todo representa una esperanza al testimoniar ejemplarmente que la revolución en el ámbito de la educación física es posible de llevarse a cabo ya en el mundo de hoy.

Los participantes en las clases de Movitransfer no conocen el concepto teórico de conducta motriz, pero se refieren al mismo en sus testimonios porque para ellos la vertiente emocional en sus vidas es inseparable de todos los demás aspectos de la misma: "*aprendemos a poner en práctica lo que está guardado en nuestro ser, ya sea desde lo emocional hasta lo físico*" (Dani), refiriéndose explícitamente a su conducta motriz, o este otro: "*Pude con el tiempo percibir que tenía todas las armas para poder actuar con mi cuerpo y mi mente en cualquier situación, tipo de juego o deporte haciéndome más fuerte a nivel emocional*" (Estefanía), en este caso sin mencionar sus conductas motrices explica que su optimización le permite actuar con competencia en muy diferentes ámbitos de la vida; o finalmente esta expresada en forma de sentencia: "*puedo afirmar que he descubierto que los progresos y avances*

*motrices, físicos y deportivos, se consolidan a partir de insertar en los mismos nuestra faceta emocional” (Chiquito).*

Sin embargo, existen personas que son capaces de acompañar su entusiasmo con un análisis certero de lo que supone el rol del profesor de educación física cuando se aplica la pedagogía de las conductas motrices: *“Un profesor que plantea a sus alumnos un modelo de libertad y de construcción del conocimiento a través de la propia experiencia del alumno, un profesor que acompaña y que guía dejando de lado el autoritarismo, que muchas veces es inconsciente, pero que coarta toda posibilidad de llegar a un conocimiento significativo. Con esta nueva educación física este profesor tutor nos permite recuperar la motricidad que quedó dormida por el paso del tiempo y la historia personal de cada uno, y ponerla en marcha como herramienta para la vida. En mi caso personal, si bien no fue fácil soltar mi cuerpo y sentirlo, ya que venía de un tipo de gimnasia estructurada y de un estilo de vida estructurado, cuando lo logré, sentí que ya no había vuelta atrás” (Silvana).*

Para otros participar en clases heterogéneas es un hallazgo que parece un milagro en el mundo de hoy: *“Fue mágico, en tres meses en clases de actividad física compartidas con mi nieto, un boxeador profesional, una campeona Nacional de Padle y otras veinte personas de todas las edades y de los dos sexos, empecé a ver como día a día iba recuperando el control sobre mi cuerpo, como se retiraban dolores articulares y lumbares, como me subía el ánimo y el optimismo viendo al alcance volver a una vida plena sin limitaciones físicas” (Fernando Augusto). ¿Se puede ser más claro y convincente?*

### **Referencias bibliográficas**

- Castells, M. (1998). *La era de la información. Economía, sociedad y cultura. El poder de la identidad* (vol. II). Madrid: Alianza Editorial.
- Collard, L. (2004) “Aplicaciones de la noción de conducta motriz al entrenamiento deportivo”, en *La ciencia de la acción*

*motriz* (Lagardera y Lavega eds.), Edicions de la Universitat de Lleida.

Damasio, A. (2010) *Y el cerebro creó al hombre. ¿Cómo pudo el cerebro generar emociones, sentimientos, ideas y el yo?* Barcelona, Destino.

Lagardera, F. (2007) *Ejercicio físico y bienestar. Las prácticas motrices introyectivas en el INEFC de la universidad de Lleida.* Edicions de la Universitat de LLeida.

(2009) "Educación Física sostenible". *Revista: www.accionmotriz*, nº 2, universidad de Las Palmas de Gran Canaria

Lavega, P. (2004) "Aplicaciones de la noción de conducta motriz en la enseñanza", en *La ciencia de la acción motriz* (Lagardera y Lavega eds.). Edicions de la Universitat de Lleida.

Lovelock, J. (2007). *La venganza de la Tierra. La teoría de Gaia y el futuro de la humanidad.* Barcelona: Planeta.

Marina, J.A. (2006) *Aprender a convivir.* Barcelona, Ariel.

Meadows, D.H.; Meadows, D.L. y Randers, J. (2006). *Los límites del crecimiento 30 años después.* Barcelona: Círculo de lectores.

Novo, M. (2006) *El desarrollo sostenible. Su dimensión ambiental y educativa.* Madrid: UNESCO Pearson.

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

(2003a) *Elementos de sociología del deporte.* Málaga, Instituto Andaluz del Deporte, Junta de Andalucía (segunda edición revisada)

(2003b) "Un nuevo paradigma en educación física: los dominios de acción motriz", en *Congreso FIEP, La Educación Física en Europa y la calidad didáctica en las actividades físico-recreativas.* Cáceres, universidad de Extremadura.

Rousseau, J. J., (1990) *Emilio o De la educación.* Madrid, Alianza.