



“Educación Física Sostenible”

Autor: Moises Molina Ramírez.

Coordinación de Educación Física F012 15AOS2118N

Tultitlan de Mariano Escobedo, Estado de México.

14 de febrero de 2023.

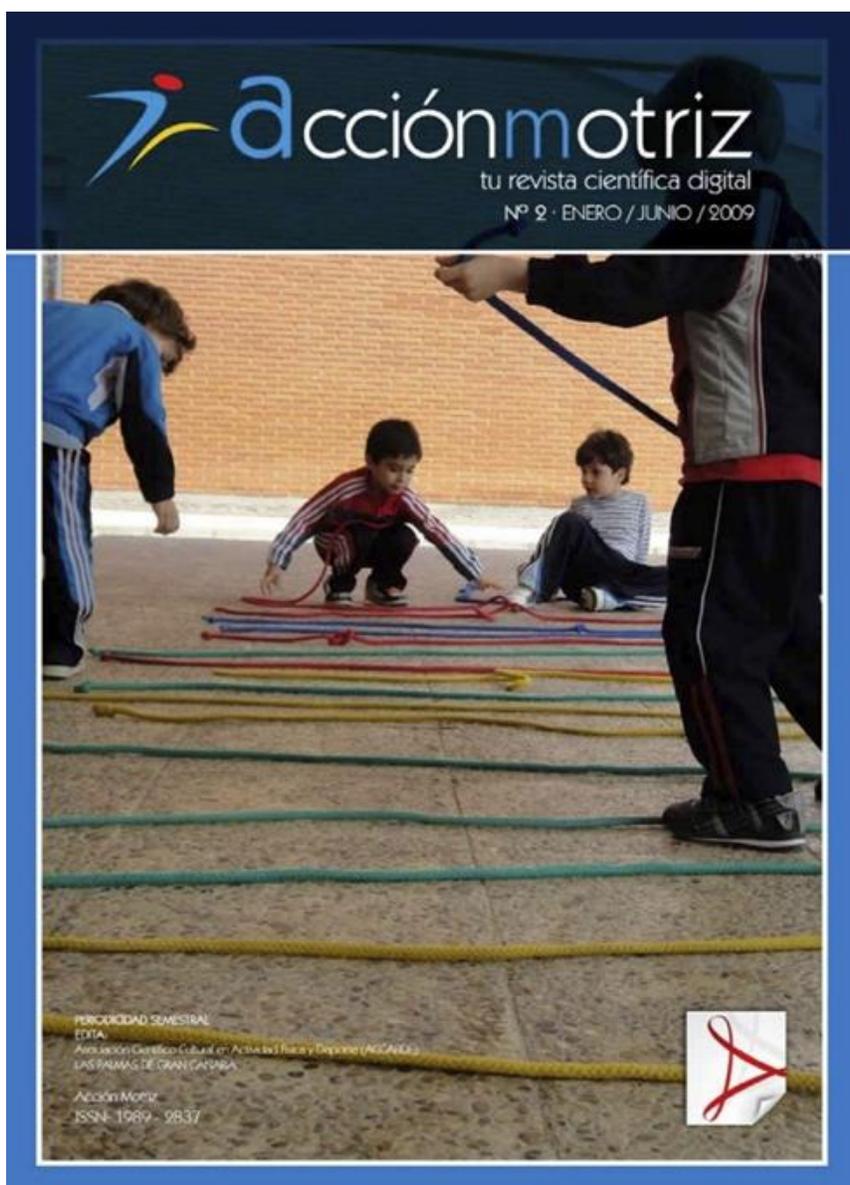


CC BY-NC



Referencia:

Lagardera, F. (2022). Educación Física Sostenible. *Acción Motriz, tu revista científica digital*, 2(1), 28–38. Disponible en: <https://acortar.link/IPDWXD>



Introducción

Definitivamente este es un artículo de suma importancia para los tiempos que actualmente vivimos en donde cada vez se da más relevancia a un equilibrio físico, mental, emocional y ambiental; por lo que es trascendente analizarlo y darlo a conocer para que pueda aportar ideas orgánicas a docentes de Educación Física en la formación de nuevas prácticas motrices integrales para el desarrollo del ser humano.

En este artículo se tocan desde temas como la evolución de la conciencia ambiental y el despertar del cuidado del planeta, hasta el planteamiento del ser humano como un ente en esencia bivalente (individual en sus necesidades y capacidades, pero también social en su desarrollo y crecimiento), pasando por supuesto, por el desarrollo de las capacidades motrices como medio conductor de los planteamientos antes mencionados.

Sin embargo, es preciso decir que el artículo no está carente de errores o debilidades que, en algún momento, lo vuelven redundante desviándolo de la línea del argumento principal y que por otra parte lo limitan a un público muy específico (expertos biomecánicos), que en cierta medida llega a excluir al que debería ser su público objetivo, el docente de Educación Física. Pero para entender mejor esto, hemos de analizar primero de que habla con más profundidad.

Desarrollo

En el artículo: "Educación física sostenible" publicado en la revista "Acción motriz", por: Dr. Francisco Lagardera Otero; hace referencia, a cómo se va dando el cambio en estas últimas 3 décadas en los procesos educativos; ante las nuevas generaciones, de cara a los retos actuales y sobre todo dando mayor importancia a la armonía de vivir con el planeta tierra. También nos menciona que, para que un programa de educación física sea sostenible, debemos de tener modos de vida equilibrados y saludables, fundamentándose en los valores éticos y morales que aparecen en la carta de la tierra (documento recomendado por la UNESCO, para la década de la educación medio ambiental y la sostenibilidad). Nos menciona que se viene una gran revolución, conforme a una nueva cultura biométrica, sostenible, popular y equitativa; lo que señala que es posible vivir mejor con menos, y que colaborar, mostrarse generoso y solidario es muestra de inteligencia (Lagardera F. [enero-junio 2009]. Educación Física sostenible. En *Acción Motriz*, 2[2], 29).

Este artículo también asegura que la educación física sostenible se puede dar en el contexto de la vida cotidiana de un modo original, para un proceso de maduración y

aprendizaje del ser humano y que a su vez nos hace tener hábitos equilibrados y valores positivos, mencionando también que las experiencias motrices básicas se tienen día con día en los seres humanos: desde poder correr y saltar, hasta escribir, realizar una acrobacia o tener una postura relajante y confortable que nos previene de enfermedades. Nos hace reflexionar sobre los puntos necesarios para poder lograr una Educación Física sostenible, los cuales son, entre otros: una *physis* sostenible, pedagogía de las conductas motrices, situaciones motrices, dominios de acción motriz, aprender a gozar del ejercicio físico y, por último, poder cooperar para generar amistad y paz social. Todos estos aspectos se integran y relacionan entre sí para lograr el objetivo anteriormente planteado.

Es en este punto donde recae la mayor flaqueza del artículo, ya que el autor comienza a ahondar en los conceptos de motricidad, conductas motrices, programas de acción motriz y demás derivados que, si bien son de importancia para el campo de la formación física, el profundizar tanto en ello (y sus múltiples ramas y vertientes), rompe el estilo y esquema que se venía manejando en los puntos anteriores, haciendo que se pierda el foco principal, se desvíe la atención y se cambie la perspectiva hacia un público especializado, un tanto diferente al original corriendo el riesgo que estos últimos no continúen con la lectura ni terminen de formar una conclusión integral del tema, provocando que la información transmitida, o su intención, se quede a medio camino.

A pesar de lo anterior, para el siguiente y último punto, el autor logra recuperar el encuadre y el planteamiento original, sumando a lo ya explicado un cierre más orgánico y adecuado a la idea inicial, mencionando que se puede entender la sostenibilidad como un modo de vida equilibrado, saludable y placentero; y para lograrlo existen modalidades nuevas que se deben aprovechar y madurar, como la activación y el ejercicio físico, calistenia, predeporte, iniciación deportiva y el deporte escolar; proyectando un enfoque motriz dinámico de acuerdo a las necesidades de la educación física y de cada persona como seres independientes en desarrollo y habilidades, pero sociales en formación, quienes necesitamos del apoyo de los demás en semejantes (o mejores) condiciones, para crecer y así apoyarnos a construir una mejor educación: vital, consiente, preventiva y equilibrada en nuestra didáctica, demostrando nuestra capacidad de lograrlo y hacerle frente a las nuevas expectativas educacionales del alumno.

Conclusiones

Podemos rescatar entonces, una vez analizándolo al completo, que este se nos presenta como un artículo certero en temática y actual en circunstancias, con un pequeño problema de enfoque y redacción hacia el Ecuador de su desarrollo, pero que no por eso resta importancia o valor a la idea que el autor quiere, muy adecuadamente, transmitir en pro de un desarrollo orgánico y sustentable con énfasis en la educación física y en su homogeneidad total, que siempre será orgánica, por los vértices que alcanza, como el mantenimiento y prevención de la salud, la psicomotricidad con movimiento pensado y reflexivo por medio neuronal y, definitivamente, en lo socio-motriz. Con base a las exigencias sociales actuales, que amerita una inclusión total de diferentes capacidades, es justo en este punto donde la educación física puede fortalecer, por lo que se debe trabajar de forma cooperativa, mostrando solidaridad con el fin de tener un equilibrio entre lo cognitivo-motriz y socio-emocional, para lograr desarrollar una cultura adecuada de educación física sostenible.