

VÍA REGIA VS. VÍA DEMOCRÁTICA DEL APRENDIZAJE

Rafael Pertus

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, UNLP.

Néstor Fabián Pertus es Profesor en Educación Física (U.N.L.P.). Ayudante diplomado de la escuela de Atletismo (F.H.C.E.). Docente en escuelas públicas y privadas.

Nadie vive en un vacío intelectual. Observamos, nos cuentan, y aunque no preguntemos, la información está en el aire: siempre está.

Podemos reaccionar pasivamente ante el flujo de la información; dejar que se deslice por encima de nosotros mientras nos empeñamos en ignorarla con la estolidez de un bovino. Y aún así es inevitable que aprendamos. La mayoría de los niños están sujetos al "rigor" de la escuela primaria, aprenden a escribir, leer, a operaciones matemáticas, practicas ciertos deportes, por mucho que se opongan al proceso. Y aún antes de la escuela, aprenden a hablar. Pero ese un trabajo aburrido -la vía regia del aprendizaje-, hacer lo que a uno le dicen y, cuando no se resiste más, absorber lo que dicta la autoridad. No hay nada tan fácil como aceptar sin cuestiones todo cuanto a uno le dicen. Uno aprende a repetir gestos, palabras, movimientos como un loro y tal vez hasta logre parecer muy docto. Pero ¿cuál es la gracia?

Reconozcamos que muchos docentes en Educación Física, nos apegamos a esta vía regia del aprendizaje, ya sea por ansiedad o aspiraciones técnicas desmedidas o por planteos metodológicos equivocados.

Estos planteos, intencionados, no le brindan al niño la vitalidad, la espontaneidad y la diversión que ellos necesitan.

En el atletismo y sus disciplinas se caracterizan por expresar un patrón motor o destreza muy definida en sus aspectos técnicos y biomecánicos, con estas características, por lo general se aprende por reiteración o práctica constante de los movimientos.

Desde este punto de vista, el aprendizaje por esta vía regia, tiene poco valor de transferencia y no por parte del niño una elaboración enriquecedora pues se prima la imitación de gestos técnicos ya determinados externamente. Pero con tipo de aprendizaje se rescata el valor que reside en el desarrollo de las cualidades físicas, la voluntad, la persistencia, la satisfacción personal.

En mi práctica docente, cuántas veces he observado a niños jugando en el arenero a saltar por sí solos desde una zona a otra a lo largo y a su vez, lo hacen con la intención de ver quién salta más lejos y poniendo sus propias reglas. Esta actividad democrática,

acaso, ¿no es atletismo ? ... es salto en largo que los niños lo practican desde su juego, su organización, sus reglas, todo concensuado con el fin de que esa actividad placentera perdure lo más que pueda (antes que llegue el profe).

Mi propuesta es extender la actividad lúdica lo necesario y encontrar en ese juego de saltar más lejos un medio de aprendizaje democrático.

Ante esta situación pedagógica debemos tener en cuenta las diversas situaciones que se suceden y determinan una constante adaptación y reformulación del pensar, sentir y hacer, provocando un comportamiento de reacomodación ante los cambios que acontecen en la esencia misma del juego.

La intervención del docente sería en un *primer momento* con respecto a las reglas con lo que generará un conflicto cognitivo que el alumno intentará resolver.

Reglas que harán a ese juego cada vez más complejo, pero con una concepción general del aprendizaje (la orientación está dada a una disciplina atlética determinada).

Cada nueva regla modifica la actividad o juego y siempre se debe remitir a los aprendizajes anteriores. El alumno encontrará movimientos que le son más efectivos que otros y esos movimientos encontrados serán válidos en tanto no contradiga la regla que es la que da la mecánica, el funcionar del juego.

Las consignas deben ser claras, precisas, breves: picar en un lugar determinado, pasar por sobre un obstáculo, caer en un lugar específico, etc. Estando presente la motivación, el problema y la búsqueda de soluciones, aparecen los procedimientos para dar solución a ese problema en cuestión, habrá por lo tanto un acceso al nuevo conocimiento por vía democrática. El aprendizaje por cuenta propia mediante el asombro y el esfuerzo es algo muy diferente y no puede compararse con ningún otro placer, pues se extiende a todo cuanto abarca el ojo de la mente. El aprendizaje es un placer que se combina con un inmenso estupor cuando el universo parece expandirse dentro de nuestra aprehensión, transformándose para adquirir una forma y un color nuevos de los que nunca volverá a despojarse. Es el éxtasis de "lo pesqué" que por un momento fugaz nos hace olvidar de todo el resto: la vida, la muerte, todo.

En mi experiencia como atleta, sin duda no aprendí a saltar en largo con tanta rapidez o eficacia como lo habría hecho de haber recibido instrucciones convenientes (recordemos que este deporte se caracteriza por expresar un patrón motor o destreza definida en sus aspectos técnicos y biomecánicos. Características que, por lo general, se aprende por reiteración o práctica constante de los movimientos) y es posible que aún hoy siendo docente de la universidad y enseñando atletismo, ignore algún truco que podría apresurar las cosas en ciertos aprendizajes, pero eso habría sido muy tedioso. La diversión y satisfacción de *manipular el salto en largo* hasta que se le sonsacan las primeras respuestas correctas y uno comprueba que las cosas van bien superan el abecé

de toda instrucción.

El tiempo dedicado al proceso de enseñanza-aprendizaje dependerá, entre otras cosas, de las dificultades del juego o actividades planteadas. El niño sólo sentirá la necesidad de determinados aprendizajes y este es el *segundo momento* para ser aprovechado en enriquecer la actividad que se practica, el saltar en largo, en cuanto a su motricidad, análisis, reglas, preguntas, etc..

El mismo alumno preguntará: Profe, ¿cómo puedo hacer para ... saltar más lejos?. Será este el momento donde el docente pondrá en juego sus conocimientos y la propuesta didáctica que ofrecerá condiciones que permitan resolver el problema del alumno para avanzar a situaciones cada vez más complejas.

... No valorar el récord, sino el triunfo. El récord pasa pero el campeón perdura. El récord es efímero pero el campeón no sólo es un atleta completo, sino un hombre que piensa, siente, hace. Este concepto (campeón) tiene otra perspectiva, presenta otros valores. Como profesor me preocupa más el proceso de aprendizaje, los triunfos, por que sabré que con la formación que estoy ofreciendo, ser campeón será fácil...

Para las preguntas que hará el alumno, debemos tener en cuenta que la heterogeneidad de las pruebas en el atletismo plantea dudas sobre la unicidad de criterios respecto a la enseñanza. Así tendremos que estudiar a ésta según dos elementos de influencia a proponer:

a) Elementos comunes

El elemento común en la enseñanza a cualquier disciplina atlética, parte de la necesidad de llevarla a cabo sobre y paralelamente a una adecuada educación física de base del niño:

* El desarrollo armónico de las cualidades físicas (fuerza, velocidad, resistencia) y psicomotoras (esquema corporal, percepción del espacio-tiempo, percepción sensorial). Un corredor que no pueda relajar los músculos antagonistas o esté demasiado tenso en la salida, verá frenada su carrera.

Un lanzador de disco que no pueda sentir como se encuentra su mano en cada momento del giro o un saltador en alto que no perciba su posición en el aire del cuerpo, hará imposible finalizar el movimiento en la forma que se pretenda.

Si no se tiene conciencia del espacio que cada zancada abarca, como se puede enseñar los apoyos o el ritmo en las vallas.

* Cuidar el equilibrio antropométrico y postural.

* Integrar al alumno en un marco social agradable.

En resumen será: "hacer que el alumno pueda resolver motrizmente y con eficacia la mayor cantidad de situaciones posibles dentro de un marco social agradable".

b) Elementos diferenciales en las distintas especialidades atléticas

El método pro- puesto para el análisis de las distintas especialidades atléticas consiste en estudiar cada una desde tres puntos de vista:

- 1) *Según el tipo de movimiento.*
- 2) *Según la riqueza motriz.*
- 3) *Según las cualidades físicas.*

Según el tipo de movimiento

El ser humano ha ido modificando su motricidad de acuerdo a las necesidades provocadas por la adaptación y el control del medio ambiente.

Muchas especialidades atléticas surgen de actividades naturales o profesionales (jabalina) de reproducción de situaciones habituales (carreras con obstáculos, la marcha) o como actividades lúdicas con elementos de trabajo (martillo, bala). Estas prácticas utilizaban «*movimientos naturales adaptados*». Su forma de ejecución era consecuencia directa de esta motricidad natural.

La necesidad de superar los récords inicia un proceso de estudio del cuerpo humano, y desde varios puntos de vista, uno es el *mecánico*. El resultado ha sido una transformación sustancial de estos «*movimientos naturales adaptados*» de algunas pruebas, en estructuras muy complejas como son las *técnicas actuales*. A estos movimientos tan distantes de los naturales del hombre lo llamaremos «*técnicos específicos*».

Naturales: carrera lenta, carrera de velocidad, salto en largo.

Naturales Adaptados: vallas, triple salto, jabalina, disco, alto.

Técnicos Específicos: marcha, peso, martillo, pértiga.

Los movimientos naturales y los movimientos técnicos específicos, ¿*se someten al mismo proceso de aprendizaje?* la respuesta es evidente "no".

Los niños que corren correctamente o lanzan una piedra sin que nadie les enseñe son en mayoría. Por el contrario el salto con pértiga o lanzamiento del martillo no surgirá espontáneamente en la actividad motriz o lúdica del niño.

"*Cuanto menos natural es el movimiento, más necesario es su aprendizaje precoz*" a fin de que antes de la mielinización del sistema nervioso, se haya integrado los *patrones básicos* de esa técnica. La Marcha, que aparentemente sería natural (andar deprisa), es una adaptación técnica por la necesidad de ir deprisa con el condicionante del reglamento. Si el hombre tiene que ir muy deprisa lo natural es que corra. ¿Quién ha visto

a un cazador perseguir su presa haciendo marcha?

Por otra parte es necesario que el desarrollo muscular se adapte a necesidades no previstas en las actividades habituales del niño. Así los músculos que movilizan el pie en el andar o la carrera, necesitan para el martillo un desarrollo y un sincronismo diferente.

También es necesaria una adaptación a situaciones extrañas como son la de los giros en los lanzamientos, posiciones invertidas en pértiga y altura, que requieren una precisión igual que en posición erecta.

«Las estimulaciones excesivas o una ausencia de experiencia no parecen, dentro de ciertos límites, influir en la adquisición de componentes filo genéticos (podríamos extrapolarlo a naturales). Muchas veces, el entrenamiento precoz de habilidades ontogenéticas (técnicas específicas) parece mejorar la «performance». (RIGAL, 1979)(1)

Según la riqueza motriz

Podemos dividir las especialidades atléticas en:

- Cíclicas.
- Cíclicas rítmicas.
- Acíclicas.

Las cíclicas son básicamente dos: la carrera y la marcha.

Las cíclicas rítmicas, en donde se introducen pequeñas variaciones periódicas en el ciclo de carrera: las vallas y obstáculos.

Las acíclicas, son las especialidades consecuencia de un encadenamiento de gestos distintos en los que se busca acelerar el centro de gravedad o de un segmento concreto del cuerpo con el fin de: lanzar el elemento a máxima distancia. Lanzar el propio cuerpo lo más lejos o lo más alto posible.

Según las cualidades físicas

El tipo de estructuras musculares y el predominio de un tipo de metabolismo energético condicionarán la capacidad de rendimiento en un tipo de prueba. El tipo de fibras musculares y las características antropométricas provocarán que unos estén más dotados que otros para destacarse en una especialidad.

Visto esto, al comparar un lanzamiento de peso con un salto de longitud, parecerá que ambos requieren de la misma prestación de energía, pues son de pocos segundos y de máxima intensidad. Efectivamente, esto es así, pero en su entrenamiento existen notables variaciones.

De aquí que a las vías energéticas se las estudie por el nombre de cualidades físicas y las relacionadas con éstas, son: la fuerza, la velocidad, la resistencia, la flexibilidad y la coordinación que si bien no intervienen, éstas últimas, en la obtención de energía, sí

posibilitan la ejecución del movimiento.

De estos criterios se desprende lo que antes mencioné, por ejemplo en la carrera, la preocupación no será que los alumnos corran mucho, sino que corran bien, para ello se buscará incrementar al máximo las vivencias motoras y sin automatización de ejercicios. Los trabajos analíticos sólo serán necesarios en caso que se presenten defectos de ejecución de la prueba realizada. Si la carrera la analizamos según los tres puntos de vista tenemos:

- 1) Es un movimiento cíclico con poca riqueza motriz.
- 2) Es el más natural de los movimientos deportivos.
- 3) Según como se corre se utiliza una u otra vía energética.

Los cruces y apoyos de la carrera de jabalina, el descenso de las caderas en los últimos pasos en el salto, la carrera en las curvas, el ritmo en las vallas, son matices que aparecen sobre la forma "natural de la carrera" y no lo son, por lo que necesitarán un desarrollo precoz.

"La necesidad de sentar criterios en la enseñanza del atletismo de menores está dada por que los modelos de los adultos no son extrapolables".

La enseñanza de cada especialidad atlética tendrá un tratamiento diferente, la edad y la forma dependerá de la especialidad que se pretenda promocionar.

En el caso claro de que se detectara un niño que presumiblemente tuviera cualidades para correr fondo, ¿tendremos que dejarlo a un lado hasta que tenga trece años?. Evidentemente *no*. Hay especialidades que no requieren especialización temprana, pero a todas les beneficia la actividad general.

El planteamiento propuesto para la enseñanza del atletismo a niños será: "suponer que son especialistas en potencia de las pruebas que requieren una enseñanza precoz. Esto amerita que junto a la educación física de base, habrá que incidir mucho más en las coordinaciones específicas relacionadas con las especialidades menos naturales: pértiga, altura, lanzamientos y marcha, un desarrollo del sentido del ritmo, una capacidad para resolver cualquier situación que se les presente en carrera, al tiempo que se tendrá que provocar que el niño viva y haga suyas el mayor número de situaciones motoras diferentes, de forma que esté siempre preparado a aprender gestos nuevos o a establecer variaciones dentro de una secuencia motriz determinada. Desarrollar las cualidades físicas cronológicamente según sus criterios".

Actualmente la realidad del atletismo de menores no parecer por este camino, nos encontramos con una proliferación de pequeños corredores de cross y de fondo, justamente en las pruebas que menos requieren una enseñanza precoz, junto a una

pobre cantidad de participantes en las pruebas más técnicas.

Si bien las causas sociales, económicas y de infraestructuras, etc., tienen un papel importante en el abandono y estancamiento del niño al atletismo, los docentes también son importante de dicha situación. Se tendrá que revisar si la enseñanza de este deporte sigue una didáctica lógica y al mismo tiempo divertida. ¿Por qué?. Si saltar con un bastón o hacer punterías con pelotas de tenis, es más divertido que dar vueltas a la pista, los niños dan más vueltas que no lanzan o saltan. Sin hacer divertido al atletismo, la batalla frente a los deportes de balón está perdida.

Notas

* Este trabajo se encuentra enmarcado en el aprendizaje deportivo específicamente orientado al Atletismo.

1. En Europa, es frecuente ver saltadores en alto de gran nivel, padres que enseñan a sus hijos a saltar desde pequeños y de mayores superan las marcas de sus propios padres. Contrariamente en las carreras de fondo no se encuentra a hijos de grandes campeones.

Bibliografía

- CAGIGAL, J.M. 1985. *"Pedagogía del deporte como educación"*. Rev. Educ. Física. INEF. Barcelona.
- ALCEBA, A. J. 1987. *Deporte y comunicación*. Edit. D.D.B. Madrid.
- DURAND PIQUERAS. 1988. *El niño y el deporte*. Edit. Paidó. Barcelona.
- GORIOT, G. 1986. *La pedagogía en el debutante de atletismo*. Edit. Vigot. París.
- MUSKA MOSSTON. 1978. *La enseñanza de la educación física*. Edit. Paidós. Bs. As.
- PARLEBAS, P. 1988. *Elementos de sociología del deporte*. Edit. Unisport. Malaga.
- RIGAL, R. 1979. *Motricidad: aproximaciones psicofisiológicas*. Edit. Pila Teleña. Madrid.
- RUIZ PÉREZ. 1987. *Desarrollo motor y actividades físicas*. Edit. Gymnos. Madrid.
- ZIESCHANG, K. 1976. *Atletismo*. Edit. Sportverlag. Berlín.
- KIRSCH, M. 1973. *Series metodológicas de ejercicios en atletismo*. Edit. Kapeluz. Bs. As.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS. 1984. *Didáctica de la educación física y el deporte*. Edit. Gymnos. Madrid.