

MANIFIESTO MUNDIAL SOBRE LA EDUCACION FÍSICA. 1970

A) INTRODUCCION HISTORICA.

Durante el transcurso de la Asamblea General de Estrasburgo, celebrada en Julio de 1969, La Federación Internacional de Educación Física (F.I.E.P.) decidió llevar a cabo un estudio, en primer lugar, para posteriormente publicar un " Manifiesto Mundial sobre la Educación Física " cuyo objetivo era contribuir a que la Educación Física recupere su verdadero puesto en el sistema general de educación.

Un primer texto publicado en inglés, francés, español y portugués en el Boletín de la F.I.E.P. sirvió de base para el estudio, siendo difundido entre los países miembros.

Tomando como punto de partida las numerosas opiniones y sugerencias recibidas, la F.I.E.P. se reunió en Lisboa en Agosto de 1970. En dicha reunión estuvieron presentes los representantes de 22 países, trabajando durante tres días en el proyecto. A partir de ello, una Comisión de redacción elaboró después de seis meses el Manifiesto.

Poniéndose de relieve la necesidad de que los educadores y participantes hayan encontrado la definición de muchos principios de la Educación Física y el deporte, con el objeto de contribuir a la causa de la Educación.

B) CONCEPTO GENERAL DE EDUCACION FISICA.

La Educación Física es la parte de la educación que utiliza de una manera sistemática las actividades físicas y la influencia de los agentes naturales : aire, sol, agua, etc. como medios específicos.

La acción "física" se considera hoy día como un medio educativo privilegiado, porque compromete al ser en su totalidad. El carácter de "unicidad" de la educación por medio de las actividades físicas es universalmente reconocido. Por necesidades del análisis teórico distinguiremos, no obstante, los objetivos particulares siguientes :

1. Cuerpo sano y equilibrado.

Apto para resistir las diversas agresiones del medio físico y social, lo cual exige un entrenamiento racional de las funciones de adaptación que llevan a una salud siempre renovada, estado superior al de la simple ausencia de enfermedad. Es un fin higiénico, fundamental (que la higiene y la medicina persiguen por medios en parte diferente) el cual no debería perderse nunca de vista.

2. Aptitud para la acción.

Cualidades perceptivas : Sutileza en las percepciones internas (conocimiento del propio cuerpo), rapidez y seguridad en las percepciones externas (agudeza de los sentidos).

Cualidades motrices : Agudeza óptima, velocidad, fuerza, habilidad, resistencia, capacidad de relajación... que permitan la eficacia de los actos y su rendimiento máximo.

Cualidades de dominio de sí mismo y de juicio : Comprensión de las situaciones y facultad de encontrar rápidamente las soluciones convenientes.

El conjunto de estas cualidades psicomotrices -dependientes a menudo unas de otras- debe facilitar la adaptación a las actividades de la vida ordinaria, de la vida profesional, así como a las actividades físicas realizadas durante el tiempo libre.

3. Valores morales.

La Educación Física tiene que ser "moralidad de acción". Son factores específicamente determinantes de esta moralidad el clima ético de las sesiones y el medio social activo (en la actualidad de grupo) que pueden instaurar los educadores.

En el mundo actual -y más aún en el mundo del mañana en el que debemos pensar constantemente cuando se trata de educar a los niños -estos objetivos de la Educación Física tienen una importancia social considerable.

Evidentemente debemos tener en cuenta el hecho social particular de cada país : el concepto de educación y los medios de que se disponen para este fin dependen siempre del cuadro político, económico y humano.

Pero teniendo en cuenta la evolución probable de las sociedades actualmente en vías de aplicar la Educación Física, pueden determinarse una líneas comunes.

Será necesario preparar el niño cada vez mejor y ayudar a los adultos y a las personas de edad avanzada a reaccionar de forma eficaz para su equilibrio psicofisiológico contra los efectos nefastos de la mecanización, del sedentarismo, de la polución, de la fatiga nerviosa provocada por el ritmo precipitado y las tensiones de la vida civilizada.

Será cuestión de despertar y mantener, cada vez con mayor intensidad, el entusiasmo por el esfuerzo físico y el sentido de lo que una vida sana representa, para poder luchar contra los grandes males que son el alcoholismo, la droga, la pereza física, la falta de entusiasmo, etc.

C) LOS MEDIOS DE LA EDUCACION FISICA.

El medio específico de la Educación Física es el *ejercicio físico*, es decir, la actividad física sistemática concebida para ejercer (educar, entrenar, perfeccionar).

No es la naturaleza del ejercicio la que juega aquí un papel determinante sino la atención que anima el acto, ya que es esta intención la que le da su orientación general y sus formas particulares y la que determina, en definitiva, sus resultados sobre el individuo. Toda actividad psicomotriz, concebida primordialmente como un fin educativo, se integra en la educación física, que se caracteriza, en suma, mucho más por un estado o espíritu que por la elección de tal o cual técnica. Las técnicas no son más que "instrumentos" infinitamente variados y en continua evolución, que se utilizan en función de claras intenciones educativas, en relación con condiciones concretas de aplicación (estado de los alumnos, instalaciones, tiempo, etc.).

Y es a este nivel superior de la intención cuando se realiza la Unidad de la Educación Física, la armonía entre técnicas fundamentalmente diferentes a veces, pero que coinciden en cuanto a la intención de conseguir un mismo fin.

Los intentos de clasificación de los ejercicios físicos son muy numerosos. Toda clasificación en el ámbito de las cosas cuyas "fronteras" son siempre indecisas, es forzosamente artificial y convencional. En función de la intención principal que anima al acto proponemos una clasificación que nos parece la más general y la más sencilla.

1. Los ejercicios educativos propiamente dichos.

Las formas y situaciones se eligen o se crean únicamente para conseguir fines formativos y educativos considerados como fundamentales : obtención y mantenimiento de una agilidad óptima, desarrollo de la fuerza, de la resistencia; conocimiento y dominio de si mismo, etc.

2. Las actividades prácticas, los juegos y los deportes.

La intención primordial es alcanzar un fin concreto, inmediato; distraerse, vencer a un adversario o batir un récord. Para que permanezca dentro del ámbito de la Educación Física es necesario que estos ejercicios estén animados, al menos en el espíritu del educador, de una intención educativa.

El carácter formal de los ejercicios de la primera categoría hace de ellos, al menos para la mayoría de los alumnos, actividades de débil motivación. Pero estas actividades no deben ser descuidadas, ya que son esenciales en los primeros períodos de formación. Compete al arte pedagógico hacerlas interesantes para todos los alumnos.

Los segundos son, en general, ejercicios de fuerte motivación. Su uso es delicado, sin embargo, porque representan el campo de batalla entre el interés práctico o competitivo y el interés educativo, entre la pasión y la razón.

Pero frecuentemente, en la práctica pedagógica, estas dos categorías de ejercicios pueden -y deben- estar relacionadas por una misma motivación general : el dominio y la afirmación de sí. Esta relación debe establecerse muy especialmente a nivel de las actividades deportivas tan frecuentemente utilizadas hoy.

Lugar que ocupan las actividades deportivas en la Educación Física.

Las actividades deportivas comprenden :

1. ***La competición deportiva organizada sistemáticamente***, generalmente por las Federaciones deportivas. Es la forma más conocida y más característica del deporte actual. Procede principalmente por eliminación y selección. está estrictamente codificada en las formas técnicas, el número, la duración, etc.
2. ***El entrenamiento deportivo***, que comprende el conjunto de actividades que se llevan a cabo como preparación para la competición deportiva. Su objetivo es la "puesta en condiciones generales", después "especiales" y por último "la puesta en forma". Por naturaleza, persigue en un principio los mismos fines que la Educación Física : mejoramiento de las cualidades fundamentales (agilidad, habilidad, fuerza, resistencia, dominio corporal, etc.) entrenamiento de la voluntad, etc.
3. ***El deporte-juego***, que es la competición libremente adaptada para satisfacer esencialmente las necesidades recreativas y educativas. Ejemplo : jugar al baloncesto entre compañeros, en equipos improvisados. esta forma de deporte no elimina a los débiles. Puede prescindir de espectadores y de instalaciones costosas. Depende

exclusivamente de los educadores o de los mismos practicantes que pueden modificar a su gusto alguna de las reglas para una mejor adaptación a las necesidades y a las posibilidades de cada uno. No es difícil comprender que el entrenamiento deportivo y el "deporte juego" se integren fácilmente en el sistema general de Educación Física. En el mundo actual conviene darles un lugar importante porque responden a una gran necesidad durante el tiempo libre -y en el período escolar de formación- y obedecen a una fuerte motivación. El uso de la competición deportiva clásica es mucho más delicado. La acción del educador -y de los dirigentes y entrenadores de clubs, la de los médicos y periodistas también- es, en este caso decisiva. Deben tomarse todas las precauciones posibles para que la competición tenga un seguro valor informativo y educativo. Es necesario, por consiguiente, utilizarla con prudencia. Debe además tenerse en cuenta que se trata, en cualquier caso, de un sector de acción limitado en cuanto al número de practicantes y en cuanto a la duración de la práctica real (unos diez años de protagonización activa por término medio) Las mayores oportunidades de éxito -y la acción humana más positiva- se encuentran en el ejercicio de la acción en favor del deporte para todos. Deporte para todos será ante todo el deporte-juego y el deporte de competición clásica, pero concebido primordialmente con fines recreativos y educativos. No puede, en efecto, basarse fundamentalmente en las estructuras actuales del deporte federado, de la competición selectiva, porque esto conduciría inevitablemente a las derivaciones ya señaladas.

En primer lugar, será el *deporte escolar y universitario* dirigido por los educadores, liberado de la tendencia a vencer a cualquier precio, dependiendo lo menos posible de imperativos financieros, organizado de acuerdo con nuevas fórmulas que permitan la participación de los más débiles y con una frecuencia y una dosificación adaptadas constantemente a las posibilidades de los alumnos y a las necesidades de los estudios (de forma que sea útil para los estudios y no les perjudique).

Será el *deporte familiar y el deporte corporativo* practicado como ocio. En los clubs deportivos el partido amistoso, de nuevo puesto en práctica, saldrá fuera de las reglas imperativas de duración, de sustitución de jugadores, etc., conservando así todas las calidades de fruición característicos del juego.

El deporte para todos será el deporte de los practicantes y no de simples espectadores.

De este "deporte-juego", de este "deporte distracción", verdadero deporte de masa, emergerá entre los jóvenes una elite que se exigirá al máximo como lo hace actualmente; podrá esperarse entonces con un espíritu diferente, "un deporte más puro, más caballeresco, más transparente, más tranquilo" como Pierre de Coubertin soñó.

D) LAS TECNICAS Y LAS FORMAS PEDAGOGICAS.

La educación física es una ciencia relativamente nueva. No puede ser dogmática ni estar fija a ciertas técnicas o a ciertas formas pedagógicas.

Para asegurar su necesaria evolución, determinar las técnicas mejores y las formas pedagógicas más eficaces, es necesario que la investigación científica en educación física se organice mejor y alcance un mayor desarrollo.

Tenemos que lamentar el hecho de que hasta ahora los Centros de Investigación han orientado sus trabajos, de forma demasiado específica, hacia el conocimiento de las

consecuencias del esfuerzo extremo y de la adaptación orgánica y psíquica a condiciones difíciles (altitud, natación submarina) e insuficientemente hacia los problemas fundamentales de la educación física escolar y "del deporte para todos".

La investigación científica debe estar en manos de especialistas experimentados agrupados en equipos de trabajo, en centros Regionales o Nacionales de investigación (manteniendo contacto entre si a través de organizaciones internacionales, así como con otros Centros de Investigación biológica, psicológica, sociológica y pedagógica). No debemos olvidar nunca que la experimentación se hace necesariamente con grupos de niños "material experimental" que no puede ser sacrificado por nada, por lo que debe efectuarse con competencia, prudencia y profundo sentido humano.

Por otra parte, la Educación Física debe considerarse como una ciencia aplicada importante con su ámbito propio y sus métodos específicos y que puede contribuir también al progreso de las otras ciencias humanas, mediante aportaciones mutuas.

El conocimiento empírico actual y los iniciales datos científicamente establecidos permiten ya, no obstante, llevar a cabo una acción muy positiva en el ámbito de la educación a través de las actividades físicas. A continuación, se exponen algunos principios fundamentales que pueden servir de guía para la acción de los educadores.

1. Grado biológico de esfuerzo.

El esfuerzo sólo es educativo -traduciéndose por un progreso- a partir de una cierta intensidad y de una repetición suficiente. Es el principio del sobreesfuerzo científicamente establecido, tanto en biología como en psicología.

2. Dosificación del esfuerzo. (Adaptación a las posibilidades individuales).

El esfuerzo debe ser lo suficientemente intenso como para entrar en el sector positivo del grado biológico, pero debe evitarse el exceso que lleve al agotamiento.

En educación física llegar al "surmenage" (bien se trate de sesiones escolares o de gimnasia voluntaria para adultos) es algo excepcional. Por el contrario el nivel alcanzado está frecuentemente por debajo de la intensidad o de la cantidad (insuficiencia de los horarios) necesarias. En el entrenamiento deportivo y sobre todo en la competición deportiva es bastante frecuente llegar a los límites fisiológicos. Si bien el esfuerzo intenso es beneficioso para los jóvenes (tanto desde el punto de vista fisiológico como psicológico) puede llegar, sin embargo, a ser peligroso para los adultos y las personas de edad avanzada y su repetición puede llevar a todos al surmenage. La prudencia y el control médico regular son en este caso una necesidad. Es competencia de la Biología y de la Pedagogía resolver el delicado problema de la dosificación individual en la enseñanza de grupo.

3. Primacía del entrenamiento general.

En el período esencial de formación corporal, mental y afectiva de la infancia y de la adolescencia, la acción educativa debe centrarse en el desarrollo de la disponibilidad, de la aptitud para aprender y de las cualidades fundamentales (salud, agilidad, rapidez, fuerza y resistencia, cualidades de juicio, dominio de sí mismo, etc.).

Esto implica un entrenamiento físico general con ejercicios muy diversos en situaciones igualmente variadas. Es la mejor preparación para las acciones futuras de la

vida ordinaria, de la vida profesional y de la especialidad deportiva. En el plano del deporte educativo conviene evitar toda especialización prematura. No conviene aprisionar demasiado pronto al niño a una sola actividad y en un medio cerrado que modelarían su cuerpo y su espíritu bajo un condicionamiento estrecho y que podrían hacer abortar muchas de sus posibilidades personales. Es necesario -como en los demás ámbitos de la Educación- poner progresivamente al niño y después al adolescente en condiciones de hacer una elección libre y juiciosa de una o varias actividades deportivas que practicará, después, el mayor tiempo posible. Es conveniente sobre todo prepararle para las actividades físicas de la edad adulta que son fundamentales, porque es en el período adulto (período de responsabilidades familiares y sociales) cuando el hombre tiene necesidad de gozar de una buena salud y de sentirse físicamente apto.

4. Importancia de las actividades al aire libre.

En el mundo actual que tiende cada vez más hacia una civilización urbana es necesario que las actividades físicas al aire libre ocupen un lugar importante, tanto en las escuelas como en los ratos libres de los adultos, por ser estas actividades eminentemente formadoras, liberadoras y equilibrantes.

5. La motivación del ejercicio.

Sólo hay educación verdadera a partir de un compromiso voluntario de la persona, a partir de una participación activa por su parte. Lo importante, desde el punto de vista pedagógico es, por consiguiente, encontrar la motivación que lleve al individuo a actuar de forma útil para su propio progreso. la psicología moderna afirma que la mayor parte de los intereses se crean por la educación y el medio (la familia, el grupo social, la propaganda).

Pero existe un interés fundamental, universal, específico del ser humano : es el deseo de ponerse a prueba, de superarse, es "la búsqueda de logros". Esta necesidad de afirmarse y de superarse ante cualquier actividad se manifiesta en el juego y en el deporte. Por consiguiente, el hombre es fundamentalmente un ser deportista en el amplio sentido de la palabra. esta es una de las distinciones fundamentales con respecto al animal.

La motivación lúdica y deportiva debe ocupar, por consiguiente, un lugar importante en la educación física.

Pero debe utilizarse con prudencia y sobre todo no ser la única que se ponga en juego. salvo en los primeros períodos escolares (4 a 8 años aproximadamente) ningún sistema educativo podría basarse únicamente en el juego.

Es preciso también, a fin de dar al niño una preparación para la vida, que aparezca claramente la noción de trabajo y que finalmente, el niño tome gusto al trabajo.

La motivación deportiva habitual (unida a la competición) es de lo más compleja. está formada -y a menudo deformada- por la influencia del medio social. responde además a un carácter muy marcado del mundo actual; "la lucha por la vida y la eliminación del adversario", carácter que sería deseable sustituir, en favor de un mundo futuro fraterno, por el esfuerzo solidario por el progreso mutuo. para que sea útil la motivación deportiva es preciso que se desprenda, superándole, de cierto contexto social peligroso a veces para la educación.

Es necesario ampliar la noción de motivación deportiva y considerar que cualquier situación, cualquier ejercicio que lleve al niño a conocerse mejor, a probarse y a afirmarse, es para él interesante, es en cierto modo acto deportivo.

También hay "acto deportivo", descubrimiento y prueba de sí, en los ejercicios educativos propiamente dichos (el esfuerzo voluntario plenamente consciente y metódico para el desarrollo sistemático de las cualidades de base) en la acción orientada hacia la ayuda mutua, en el esfuerzo grande al aire libre, fuera del ámbito cerrado del deporte de competición y de la influencia de los espectadores, etc. Un educador consciente de su alta misión no podría descuidar estas nobles motivaciones que constituyen, por otra parte, el verdadero espíritu deportivo.

6. Acción educativa del grupo e influencia del medio social.

La educación en el mundo actual es esencialmente de orden colectivo. La relación "maestro-alumnos-grupo de alumnos" está considerada a nivel de escuela o de club como un factor fundamental en la acción educativa.

La educación física debe contar, cada día más, con la psicología para la determinación de sus métodos pedagógicos y debe siempre tener en cuenta la influencia favorable o desfavorable del medio social.

E) LOS EDUCADORES.

Las técnicas, las formas pedagógicas y las posibilidades materiales, incluso, no son más que instrumentos cuyo uso eficaz depende, en definitiva, de quienes los utilizan. Es esencial que los responsables políticos y administrativos de los diferentes países tomen conciencia clara de que el éxito de sus esfuerzos en favor de la Educación Física está en función en primer lugar, del número suficiente y de la preparación de los educadores.

La misión de educar a través de las actividades físicas exige sólidos conocimientos biológicos, psicológicos y sociológicos y una buena formación pedagógica. En el delicado período de la infancia y de la adolescencia especialmente, esta misión debería ser confiada únicamente a educadores que hayan recibido una sólida formación a nivel universitario.

En la formación de estos educadores debe marcarse el acento sobre la cultura general, los conocimientos científicos y técnicos fundamentales (conocimientos que tienen un valor general y permanente) sobre las intenciones educativas y sobre el desarrollo del espíritu científico. El estudio profundo de las técnicas deportivas -muy variadas y cambiando constantemente- debe ser considerado como una libre especialización durante y después de los estudios generales.

Pero es preciso también formar almas de educadores, infundir la fe y el entusiasmo por la obra a realizar, desarrollar las cualidades esenciales del pedagogo que son : el amor a los alumnos, la abnegación, el respeto al hombre, etc. Los educadores físicos deben ser, y continuar siéndolo el mayor tiempo posible, ejemplos de buena condición física y espíritu deportivo. Este nivel universitario de formación es igualmente deseable para los educadores que ejercen en sectores diferentes del de la escuela : clubes deportivos, ejército, educación física para adultos, lo cual puede conseguirse en numerosos países tan pronto como los gobiernos concedan los créditos necesarios. Pero para satisfacer las múltiples necesidades es preciso prever -especialmente para el deporte de masa y la gimnasia voluntaria para adultos- la formación en gran número de animadores e

instructores que -bien de forma gratuita, bien retribuidos por dedicación parcial o dedicación plena- puedan asegurar la puesta en práctica de estas actividades. Una formación técnica sencilla pero precisa, el buen sentido, la abnegación, el arte pedagógico y una sana concepción de las actividades físicas puestas al servicio de lo humano son, en este caso, las cualidades esenciales.

F) LAS CONDICIONES ADMINISTRATIVAS Y MATERIALES.

Para que la educación física sea eficaz, es indispensable que las autoridades directamente responsables :

1. Emprendan una acción eficaz en lo que a la organización de la educación física se refiere, no sólo en la Enseñanza Básica (6 a 14 años) sino incluso en la escuela maternal (2 a 6 años). Este es el verdadero punto de partida y es por desgracia el sector más descuidado en la mayor parte de los países.

La acción educativa es, en efecto, imperiosa y decisiva en este período de gran maleabilidad orgánica y psíquica.

El árbol de joven torcido difícilmente se endereza.

Los Derechos del niño, afirmados en la declaración del 20 de diciembre de 1956 de la Asamblea General de las Naciones Unidas, podrán salvaguardarse únicamente si las escuelas, los padres y el grupo social proporcionan al niño una educación física concebida en función de sus necesidades y de sus posibilidades.

La educación física del niño debe tener un seguro valor formativo y educativo y no puede limitarse a un simple recreo.

2. Establezcan un horario lo suficientemente amplio que permita la práctica de la educación física obligatoria en las escuelas y que hagan , en suma, que este horario no sea teórico. Es indispensable un mínimo de 5 horas por semana. Este horario debe completarse con actividades físicas libres, fuera de la escuela, bajo forma de entrenamiento especializado, de juegos deportivos y de actividades al aire libre.

3. Emprendan una acción eficaz, que se traduzca en forma de propaganda (en particular en los periódicos y a través de la TV) y de ayuda positiva en pro de la educación física, higiénica y recreativa de los adultos (" gimnasia voluntaria") y del "deporte para todos".

Las actividades recreativas no deben estar por completo en manos de las empresas comerciales para las que los fines educativos, cuando existen, quedan, lógicamente en segundo plano.

Debemos confiar en que las condiciones políticas y económicas en el mundo de mañana permitan a todos los individuos gozar del tiempo suficiente para la práctica de actividades recreativas sanas.

4. Multipliquen las instalaciones materiales que satisfagan la necesidad de actividad física de la masa, de los niños, adolescentes y adultos, necesidad cada vez más creciente en un mundo mecanizado en el que el esfuerzo físico tiende a ser suprimido. En este indispensable esfuerzo de equipo deportivo conviene dar una absoluta prioridad :

- A las salas para la práctica de la Educación Física, a las piscinas y a los terrenos deportivos, sencillos y prácticos y en número suficiente, en el interior o en las proximidades inmediatas de todos los establecimientos escolares y universitarios.
- A instalaciones similares en todos los grandes conjuntos residenciales y barrios de las ciudades : estadios populares y salas públicas de Educación Física (no comercializadas) abiertas a todos, a cualquier hora, para el entrenamiento regular, individual o en grupos organizados : instalaciones sencillas y poco costosas provistas de personal suficiente para su mantenimiento, vigilancia y "asesoramiento " (retribuidos por el Estado, las municipalidades o los clubs).
- A los terrenos de juego amplios, sin tribunas, pero con vestuarios convenientes y duchas, instalados al menos en la periferia de las grandes ciudades.
- A las instalaciones sencillas, pero suficientemente amplias y confortables para facilitar la práctica de las grandes actividades al aire libre : vela, alpinismo, marchas, canoa, etc.

Los valores positivos del esfuerzo educativo deben ser la preocupación primordial de los educadores y de las autoridades. Para que este afectividad se logre es indispensable :

- Que se emplee "plenamente" y de una manera óptima el tiempo establecido para la práctica de la Educación Física. No hay que perder nunca de vista que los dos factores esenciales para la eficacia de una acción educativa son la intensidad y la frecuencia (adaptadas a las necesidades de las personas). Tres sesiones de una hora por semana, distribuidas con intervalos convenientes son mucho más eficaces que una sola sesión de tres horas, teniendo en cuenta el tiempo real consagrado a la actividad física.
- Que se tenga en cuenta la necesidad de una educación permanente, desde la infancia a la vejez, porque los efectos del entrenamiento son sólo provisionales y no basta con haber hecho deporte, por ejemplo entre los 15 y 20 años, si después se descuida el entrenamiento físico.
- Que se emprenda una acción especial en pro de los débiles, los deficientes y los minusválidos, es decir hacia aquellos que tienen mayor necesidad de la ayuda de la sociedad.

La efectividad de la Educación Física no se define en función de las victorias obtenidas por los especialistas mejores sino a nivel de enriquecimiento -ciertamente mucho más difícil de juzgar- que puede aportar a los valores físicos, intelectuales y morales, a nivel de la eficacia social y finalmente de las oportunidades de bienestar de cada individuo.