

# Educación del movimiento en Inglaterra

F. X. LASUNCIÓN

De todos conocido es el hecho de la mutua e incomprensible indiferencia existente entre europeos continentales y del Reino Unido de Gran Bretaña, más concretamente en materia de educación física. Quiero referirme en este escrito a los trabajos de investigación realizados en Inglaterra con respecto a la educación del movimiento, y que han sido en cierta manera desoídos en la Europa Continental.

A ningún profesional de la educación física se le han pasado por alto los nuevos métodos utilizados en la educación del movimiento. Quién no conoce el método psicocinético, la gimnasia-jazz, los métodos alemán y austríaco de gimnasia general en aparatos, la gimnasia moderna, etc., etc.

Siempre me ha resultado extraño no oír ningún comentario al trabajo que seguramente debían estar haciendo los colegios ingleses en materia de educación física. Por otra parte he de reconocer que tampoco encontré libros que tratando de la materia en cuestión dijese nada del trabajo de los profesores ingleses, y que para completar la gama, ni en congresos ni en cursos especiales de metodología de la educación física había oído hablar de ello.

¿Utilizarían los métodos tradicionales y por ello nadie la comenta!? No obstante, ¿cuál de los métodos es mejor acogido y por qué? Múltiples preguntas similares quedaban sin contestación para mí, hasta que tuve la oportunidad de leer un artículo del profesor norteamericano THOMAS C. DOUKTEY (1), donde habla del método inglés denominado «Educational Gymnastics».

Ante esta perspectiva decidí asistir a algún curso dictado por un «College of Physical Education» inglés, y pude hacerlo en la Universidad de Loughborough —Leicestershire— habiendo quedado plenamente satisfecho del resultado de mi estancia en Inglaterra por cuanto he podido comprobar el serio trabajo realizado por los colegas ingleses. He colmado mis intereses de conocimiento del método inglés y con ello he llegado a comprender las diferencias esenciales que existen entre «Educational Gymnastics» como método y las formas de trabajo mayormente divulgadas en Europa y América.

## CONCEPTUACION

El primer error en que puede uno caer al

estudiar el trabajo realizado en Inglaterra es el de traducir literalmente las palabras. Así, conviene tener muy en cuenta que la palabra Gymnastics no debe traducirse simplemente por gimnasia, por cuanto caeríamos en un error de interpretación. Los ingleses aplican este término en tres tipos básicos de actividad:

— Educational gymnastics.

— Gymnastics.

— Olympic gymnastics.

Educational Gymnastics no debemos entenderlo como gimnasia educativa por cuanto, en nuestro vocabulario, este término lo hemos aplicado a un tipo de actividad que no se asemeja en casi nada a las características propias de la Educational Gymnastics. Por esta razón me permito conservar el nombre original en inglés y así evitar falsas interpretaciones.

Gymnastics se entiende fundamentalmente como aquel trabajo realizado sobre aparatos —barras, potros, colchonetas, trampolines, etc.— y por lo mismo podemos traducirlo como gimnasia predeportiva o hasta educativa, según entienda cada uno tal tipo de trabajo.

Olympic Gymnastics es concretamente el deporte de la gimnasia deportiva u olímpica, y que por cierto no la toman en consideración en los colegios ingleses por establecer que esta actividad es propia de una etapa de desarrollo del chico más acorde con las características de los clubs deportivos.

El objetivo principal de la Educational G. no difiere esencialmente de los demás métodos, por cuanto busca el máximo desarrollo posible de cada potencia de movimiento latente en el individuo, pero además desea facilitar la capacidad de creación de cada individuo y proporcionar el medio idóneo para enriquecer sus experiencias al máximo y por ende el dominio de su propio cuerpo.

En Educational G. se busca el desarrollo del alumno como un ser individual, y por ello la actividad se orienta de forma que sea lo suficientemente libre como para que cada uno tenga sus propias experiencias, y éstas provengan de su capacidad de creación. Por otra parte pretende orientar y dirigir esta capacidad e interés de acción del individuo, hacia la educación del movimiento, o lo que equivale a decir, a la

«Ap. Med. Dep.», vol. VIII, n.º 29, 1971.

educación de los factores y aspectos que intervienen en el mismo.

Según indican W. M. CAMERON y P. PLEASANCE (2). «La lección de gimnasia de hoy se centra en el chico más que en el ejercicio. El profesor trata de crear una situación de aprendizaje en la que se estimula al chico a pensar. Cuando es posible al chico se le anima a experimentar y crear, y entonces a aplicar sus conocimientos en situaciones diferentes. Buscamos educar más que entrenar, reconociendo que el valor educativo no está simplemente en el resultado final sino también en el proceso que conduce a él».

Basándose en los principios desarrollados por RUDOLF LABAN (9) los profesores de educación física inlezes han elaborado su propio análisis del movimiento y del que se sirven fundamentalmente para desarrollar su método. El análisis del movimiento por ellos pregonado empieza por considerar los aspectos corporales de la acción, los aspectos dinámicos y los aspectos

espaciales. Está claro que cualquier movimiento tiene una repercusión corporal —es más, es una actividad física—, que emana de los distintos factores dinámicos y se realiza en el espacio general. De aquí que cada uno de los aspectos indicados responda, respectivamente, a las preguntas; qué, cómo y dónde se realiza la acción.

Los aspectos corporales de la acción comprenden las actividades que se pueden realizar, y por extensión en la forma cómo pueden ser desarrolladas.

Los aspectos dinámicos de la acción comprenden principalmente los factores del movimiento de RUDOLF LABAN —fuerza o peso, tiempo, flujo y espacio—, y los aspectos espaciales vienen determinados por las direcciones, las trayectorias y los niveles donde puede realizarse la acción.

Para una mejor comprensión de lo que venimos hablando sobre el análisis del movimiento valga el esquema o tabla adjunto:

#### ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO

Aspectos de la acción	Responden a la pregunta	Comprende	Concretado en:
1. Concernientes al cuerpo o corporales.	Qué se realiza.	La toma de conciencia del cuerpo a través de: 1.1 Posturas corporales. 1.2 Actividades naturales. 1.3 Transferencia y recepción de peso. 1.4 Relaciones.	Estiradas, engrupadas, anchas, estrechas, torsionadas, simétricas, asimétricas, en puente, redondeadas. Correr, saltar, encogerse, estirarse, torsionarse, equilibrios, trepar, colgarse, volar, levantar, empujar, estirar, balancearse. Rocking and Rolling (giros en general), transportar el peso (manos y pies), wheeling circling (acciones de rodar). Saltos y caídas, equilibrio, pérdida y recuperación, handling. Trabajo por parejas y grupos pequeños.
2. Dinámicas.	Cómo se realiza.	El control de energía y tensión y desarrollo de los factores del movimiento: 2.1 Peso. 2.2 Tiempo. 2.3 Flujo. 2.4 Espacio.	Tensión muscular graduable, rápida, explosiva, ligera, resistente.  Tensión muscular fuerte, ligera, relajada. Rápido, lento, aceleración, desaceleración, moverse, pararse. Continuo, discontinuo, sucesivo y simultáneo. Organización espacial (distancias, alturas).
3. Espaciales.	Dónde se realiza.	El espacio general determinado por: 3.1 Las direcciones. 3.2 Trayectorias. 3.3 Los niveles.	Adelante, atrás, lados, arriba, abajo. Zig-zag, rectas, curvas, trenzadas. Alto, medio, bajo.

## DIDACTICA

El profesor de educación física que va a realizar una clase de Educational Gymnastics debe tener, pues, muy en cuenta, entre otros, los aspectos siguientes:

- el análisis del movimiento
- la necesidad de no limitar la acción
- el facilitar la creatividad del alumno.

Obvio es decir que sin el oportuno y profundo conocimiento de estos aspectos, adecuadamente conjugados en la mente del profesor, no se estará en condiciones de dirigir una clase de Educational Gymnastics.

El profesor que dirige la actividad de sus alumnos según este método, lo hace principalmente con preguntas, presentando constantes problemas a los alumnos.

Seguidamente y a título de ejemplo señalo algunas formas concretas de dirigirse a los chicos:

— ¡Trasládate de un lugar a otro pasando el peso de una parte del cuerpo a otra. Procura que lleguen a ser muchas las partes del cuerpo que lleguen a aguantar tu peso!

— Haz lo mismo pero cambiando de dirección constantemente.

— Como antes pero ahora cambiando el nivel en que te mueves. Algunas veces cerca del suelo, otras alto en el aire.

— ¿De cuántas maneras puedes estar en equilibrio apoyando tu cuerpo sobre tres puntos?

— ¿Y sobre dos puntos?

— ¡Lo mismo pero que el cuerpo adopte posturas encogidas!

— Idem, estiradas.

— Ahora que los dos puntos sean solamente las manos, intenta que los pies sean la parte más alta del cuerpo.

— ¿Puedes hacer lo mismo y después pasar rodando a una postura recogida donde el cuerpo esté apoyado en los pies?

Son múltiples cuestiones o tareas —como ellos las llaman— las que se pueden presentar a los alumnos para su realización, dando como resultado que los chicos trabajan con intensidad, están deseosos de descubrir nuevas cosas, conocen mucho mejor cada uno en sus posibilidades, etc., etc.

WHOUGHTON (3) dice que «cada chico es libre de resolver el problema individualmente, dentro de los límites marcados por la tarea elegida por el profesor».

Mucha gente ha catalogado a la Educational G. como de «laissez faire» y esto es una falsa impresión, aunque lógicamente el que los alumnos rindan y pasen las etapas previstas depende del profesor. En este sentido nos recuer-

da J. E. ALLEN (4) que «la Educational Gymnastics no siempre es fácil de enseñar. No es fácil guiar a los jóvenes hacia una independencia controlada. Es a veces difícil combinar distintos métodos para asegurar que la facultad de invención pueda ser desarrollada conjuntamente con el aprendizaje de destrezas».

Para JOHN COPPE (5) el papel del profesor debe ser tal que facilite al chico la oportunidad de aprender, y su principal función es controlar la interacción entre el chico y su entorno —environment—, por ello:

— el profesor a través del «environment» da origen a la actividad y provoca las experiencias apropiadas.

— el chico descubre hechos y extiende su conocimiento con ayuda del profesor y del grupo, y adopta una actitud de acercamiento al aprendizaje.

— el proceso y las experiencias están en un plano individual.

— El éxito depende de la habilidad del profesor para enlazar el conocimiento del chico con las circunstancias del «environment», y de la actitud del chico en cuanto al aprendizaje.

## ORGANIZACION

Al objeto de que exista una unidad de acción en toda la actividad a realizar en una misma lección, cada clase tiene en su conjunto un tema de movimiento sobre el cual se basan todas las cuestiones que se presentan al alumno. En este sentido W. HOUGHTON (3) nos dice: «Las clases se basan en problemas que requieran la acción y control del cuerpo, con la guía del profesor a través de temas. Estas ideas de movimientos tienen como objeto la elaboración de una amplia gama de vocabulario en relación con el movimiento del cual el chico aprende a seleccionar la acción apropiada a la tarea que se le marca».

Los temas de movimiento más corrientemente utilizados, entre otros, son:

- Aprender a recibir el peso. Vuelo.
- Levantar y bajar partes del cuerpo.
- Encogerse y estirarse.
- Torsionarse.
- Posturas corporales.
- Simetría y asimetría.
- Ritmo y fragmentación del movimiento.
- Giros, balanceos y uso del momento.
- Pérdida y recuperación del equilibrio.

Aunque hay distintas opiniones con respecto a la estructura o plan de una clase, la más generalizada responde a la que indico seguidamente:

1. Calentamiento.

## 2. Entreno del movimiento:

— Trabajo del cuerpo en general.

— Trabajo del cuerpo apoyado sobre las manos.

— Trabajo del cuerpo apoyado sobre los pies.

## 3. Clímax, o trabajo sobre aparatos.

Una parte esencial y por ello muy tenida en cuenta en la Educational G. es la repetición de ejercicios. Se dice que las tres etapas del aprendizaje son:

1. Exploración.

2. Selección.

3. Repetición.

La etapa de repetición en Educational G. es tan activa y creativa como la de exploración, por cuanto se busca presentando al alumno cuestiones distintas y diversas pero que llevan a un mismo resultado. Es lógico que ante distintas tareas sobre diferentes temas de movimiento se vayan reproduciendo los mismos ejercicios ya que el chico tiende a realizar movimientos que conoce y en cierta manera domina. Por otra parte se introducen como fundamentales los trabajos por parejas o grupos pequeños, proporcionando así una buena ocasión de repetir ejercicios ya explorados con anterioridad.

Es de notar la importancia que en Educational Gymnastics se da a los aparatos, pues a la parte de trabajo con los mismos no se duda en calificarla como el clímax en la clase. En palabras de MARTIN RANDALL (7) «la Educational Gymnastics está hambrienta de aparatos».

La organización y utilización de los aparatos se diferencia claramente del uso tradicional por cuanto el alumno es quien decide cómo utilizarlos—bajo la orientación del profesor. Se entiende que la cantidad de material utilizado sea considerable, así como el número de combinaciones de los distintos elementos, dado que su utilización responde más a la idea de favorecer la educación del movimiento funcional general, que a la de educar movimientos funcionales específicos.

En relación con el trabajo en aparatos W. HOUGHTON (3) dice que «el entrenamiento del movimiento se realiza primeramente en el suelo, en preparación para el trabajo sobre los aparatos».

## EDUCATIONAL GYMNASTICS RITMICA Y DANZA

Es curioso observar cómo, aún partiendo —lo mismo que todos los métodos modernos— de los principios o ideas del movimiento desarrolladas por RUDOLF LABAN, los ingleses no han tendido tan marcadamente a la danza como

éstos. Es de notar la importancia que paralelamente han dado a los trabajos realizados por LABAN en la línea del movimiento funcional y de ahí que diferencien muy claramente estos con respecto a los movimientos de danza.

Para RTH MORISON (6). «En un nivel elemental de danza y gimnasia, las clases puede parecer que empiecen de la misma forma. Ambas empiezan por algún tipo de experiencia de movimiento a través de los cuales los alumnos aprenden a mover su cuerpo como una unidad, descubren muchas formas de moverse y varias cualidades de movimiento, sienten cambios de tensión, usan diferentes velocidades, direcciones, etc. Las similitudes son sin embargo superficiales debido a que en cada ocasión el estímulo que provoca la acción es diferente».

«En clases de danza el estímulo actúa sobre la imaginación y el profesor y la clase crean juntos una atmósfera en la cual puede surgir la danza, y el movimiento tienen «cualidad de danza». El estímulo gimnástico concierne a objetos que van a ser usados, o con el cuerpo mismo manipulado como un objeto a doblar, estirar, torcer, lanzar en el aire y recoger otra vez, etc., etc. La razón para moverse en gimnasia y en todo movimiento funcional es hacer algo objetivo, mientras que en la danza y artes aliadas es expresar algo a través del movimiento».

Conscientes del beneficio que la adopción de movimientos rítmicos puede representar para los chicos —no sólo como educación general sino como medio de facilitar un trabajo físico más intenso—. ¿Quién no ha intentado experimentar su metodología? ¿Quién no tiene experiencias concretas? He de reconocer que los mayores inconvenientes con que he visto encontrarse a más de un profesor pueden resumirse en que los chicos tienen una terrible vergüenza a hacer «posturitas», y que por otra parte carecen de una fuerte base de experiencias motrices y por ello de creatividad motriz.

Se comprende que sea una realidad tangible el hecho de que para aquellos alumnos que han seguido un proceso de educación del movimiento por el método de Educational Gymnastics, tengan una buena aceptación y desarrollo los movimientos rítmicos y más concretamente la danza.

La introducción o preparación para la danza realizada con Educational Gymnastics tiene la ventaja de que puede ser desarrollada por profesores de educación física que no sean especialistas en danza. También es de notar que cada alumno estará capacitado para responder al ritmo musical con movimientos corporales propios y diversos, no quedando limitados a aque-

llos que específicamente se enseñan por cada tipo de danza.

Como sea que en educación física no se busca la enseñanza de determinados bailes o danzas sino que cada alumno exprese corporalmente el ritmo a su libre albedrío, resulta de un interés especial la utilización de la E. G. para preparar a los chicos en todo lo que sea movimiento rítmico, sobre todo en sus primeras etapas de aprendizaje.

#### APLICACION DE LA E. G. EN LOS PROGRAMAS DE E. F.

Aunque el número de profesores de educación física que adoptan el método de Educational G. va aumentando considerablemente, éste debe centrarse principalmente en las etapas iniciales del aprendizaje de movimientos funcionales. Con respecto a esta limitación valga lo que dice CORLETT H. (10) según el cual «todavía no está probado que la Educational G. ayude en el aprendizaje de nuevas y concretas destrezas físicas. Lo que es probablemente transferible es; la actitud mental, la predisposición al aprendizaje, un cuerpo mejor preparado, y la habilidad de juzgar qué tipo de movimiento se requiere en una nueva situación».

No es de extrañar el comentario de CORLETT, ni puede considerarse como despectivo con respecto a la E. G. En todo caso aclara y hace hincapie en la idea de que no debe aplicarse como método exclusivo para el dominio de destrezas, mucho menos si éstas deben ser específicas.

Por otra parte, según B. KNAPP (11). «No se puede decir que la E. G. desarrolle un factor central de la habilidad física. En muchas ocasiones se ha intentado aislar un factor motor general, pero nunca con éxito. Por ello debe aceptarse con precaución el que la Educational G. desarrolle la conciencia del cuerpo o la ha probado que exista tal factor común en todas las destrezas motoras».

Pienso que este comentario de KNAPP aclara aún más la idea de que la Educational G. no es el único método a desarrollar en un programa de educación física, pues ni con éste ni con ningún otro sistema tomado en exclusiva se puede hablar de conseguir el adecuado desarrollo de un factor común a todas las habilidades motoras, pues todavía no está probada la existencia del mismo.

La misma profesora KNAPP alaba en muchas ocasiones al método inglés entre otras cosas porque sabe colocarlo en su justo punto:

— método ideal en las primeras etapas del aprendizaje de destrezas motoras en general,

— método de aplicación limitada en etapas de desarrollo más específico.

Para aclarar este último punto creo que puede servirnos lo que dice KNAPP hablando de las actividades y su motivación en las distintas etapas de crecimiento de los chicos: «Los chicos mayores empiezan a desear hacer las cosas con perfección, gustan de reconocer sus propias superaciones, y éstas deben ser de carácter externo. Entonces es cuando la motivación se hace más difícil en Educational Gymnastics».

He de aclarar que los colegios ingleses están teniendo muy en cuenta las impresiones de KNAPP y CORLETT en cuanto la aplicación de la Educational G. Así, podemos observar cómo en las clases para chicos, conforme éstos van desarrollándose, se tiende a dar mayor importancia a los ejercicios gimnásticos sobre aparatos o lo que ellos llaman gymnastics. En lo que se refiere a las chicas puede observarse una evolución de la clase de E. G. hacia la danza, acabando por practicarse ésta una vez se ha considerado que el nivel de educación del movimiento general de los alumnos es el adecuado.

Los programas de educación física de los colegios ingleses no se limitan —como podría pensarse— a Educational G. sino que combinan esta con la práctica y enseñanza de deportes varios, entre ellos fundamentalmente: natación, atletismo, fútbol, rugby y cricket. Estos últimos considerados como deportes nacionales prácticamente por la enorme cantidad de aficionados que poseen.

Conforme los chicos van creciendo se incrementa el tiempo dedicado a los deportes en detrimento del dedicado a E. G. y hasta a gymnastics, pero nunca se llega a suprimir de los programas alguna sesión de éstas por cuanto dice RUTH MORISON (6): «La Educational Gymnastics tiene valor en sí misma pero considero que debe ser usada como medio de facilitar la experiencia y enseñanza de los principios que tienen valor para cualquier movimiento funcional».

#### EDUCATIONAL GYMNASTICS Y OTROS METODOS

No quisiera terminar este breve trabajo sin hacer mención a las diferencias existentes entre E. G. y Educación Psicomotriz. Considero que el método inglés de *educación del movimiento* no puede compararse ni mucho menos confundirse con el método francés —desarrollado por el doctor LE BOULCH y seguidores— por cuanto este último parte y se desarrolla fundamentalmente en la línea de *educación por el movimiento*.

La psicocinética aplicada a la educación física es básica, necesaria y yo diría que esencial en la educación por y para el movimiento. Por estar en esta etapa de educación para el movimiento la considero anterior a la E. G. que utiliza una didáctica con mayores exigencias de esfuerzo físico y con objetivos muy concretos en cuanto a educación del movimiento se refiere.

Por estas razones deduzco que la psicocinética debe utilizarse en la más tierna infancia pero nunca para edades superiores a 7-8 años salvo en aquellos aspectos motrices que se consideren oportunos aplicar por las características o tipo de alumnos disponibles. Es a partir de las mencionadas edades cuando debe aplicarse la Educational Gymnastics, siempre con las limitaciones propias de la edad de los alumnos.

En relación a los métodos alemán, austríaco y sueco podemos decir que entran dentro de la gama de los catalogados en Inglaterra como «formales», por cuanto en ellos se limita la acción del alumno a los movimientos marcados por el profesor.

Es tan claro y profundo el estudio que realiza J. E. ALLEN (4) en relación con las diferencias existentes entre educational g y formal gymnastics que me limito a remitir a los lectores a su libro con la intención de que pueda ayudarles a comprender mejor aún este interesante método de educación del movimiento.

## BIBLIOGRAFÍA

- (1) «The Magic of Gymnastics». «Ed. Sundby Publications».
- (2) «Education in Movement». «Ed. Basil Blackwell», Oxford.
- (3) «Educational Gymnastics». «Ed. I.L.E. Authority».
- (4) «Sense and sensivity in gymnastics». «Ed Heinemann».
- (5) «Discovery methods in physical education». «Ed. Nelson Teacher books».
- (6) «A Movement approach to educational gymnastics». «Ed. J. M. Dent and Sont, Ltd.».
- (7) «Modern ideas on physical education». «Ed. G. Bell and Sons, Ltd.».
- (8) «L'Education par le Mouvement». «Les editions sociales Françaises».
- (9) EFFORT R. LABAN and LAWRENCE, F. C., «Ed. Macdonald and Evans».
- (10) «Modern Educational Gymnastics». «Bulletin of P. E.», vol, 5, núm. 1.
- (11) «Skill in Sport». «Ed. Routledge and Kegan Paul».
- (12) «Movement education for infants». «Ed. I.L.E. Authority».
- (13) «Moving and growing». «Ed. Ministry of education».
- (14) «Planning the programme». «Ed. Ministry of Education».
- (15) «Educational Gymnastics of secondary schools». «R. Morison». «Ed. J. M. Dent and Sons, Ltd.».