



**Universitat de les  
Illes Balears**

Facultat d' Educació

**Memòria del Treball de Fi de Grau**

# Evolució de l'Educació Física dels anys 60 fins l'actualitat.

Nuria Garrido Busquets

**Grau d' Educació Primària**

Any acadèmic 2014-15

DNI de l'alumne: 43219723-D

Treball tutelat per Pere Palou Sampol  
Departament de Pedagogia i Didàctiques Específiques.

L'autor autoritza l'accés públic a aquest Treball de Fi de Grau.

Paraules clau del treball:

Educació Física, Evolució , Esport, Educació formal , Educació no formal, Professorat, Alumnat.



### Resum

Aquest treball tracta una investigació sobre els canvis que ha sofrit l'Educació Física durant els darrers 50 anys. A més s'analitza l'evolució de la formació del professorat i acaba amb una proposta de millora, per fer veure la situació actual de la matèria i la seva importància.

### Summary

*This work is an investigation on the changes undergone physical education over the past 50 years. It will be analysed the evolution of physical education teachers and ends with a proposal to improve, to see the current status of the subject and its importance.*

### Paraules clau

Educació Física, Evolució , Esport, Educació formal , Educació no formal, Professorat, Alumnat.

### Keywords

*Physical Education, Evolution, Sports, Formal education, Non-formal education, Faculty, Students.*

# Índex

Introducció .....	5-7
Justificació .....	8-9
Metodologia .....	10
Objectius .....	11-12
Marc teòric .....	13-32
- Evolució de l'Educació Física.....	13-26
- Diferència entre home i dona a l'Educació Física.....	27-30
- Formació del professorat.....	30-32
Marc pràctic.....	33-43
- Anàlisi del punt anterior.....	33-35
- Educació Formal, Educació no Formal i Educació Informal.....	35-37
- Entrevistes amb diferents mestres.....	38-43
Proposta de millora .....	44-51
- Beneficis de l'Educació Física .....	44-45
- Valors que aporta l'assignatura .....	46-48
- Conclusions del futur mestre .....	49-51
Opinió personal i conclusions .....	52
Referències bibliogràfiques .....	53-55
Annex 1.....	56-58
Annex 2 .....	59
Annex 3.....	60

## Introducció

Aquest treball té com a tema principal l'Evolució de l'Educació Física en els darrers 50 anys. Tot i que es partirà d'aquesta qüestió, es tocaran diversos temes dins aquest. A continuació seran anomenats a mesura que vagi explicant l'estructuració de la feina.

La forma del meu treball consta de tres grans parts i dins aquestes podrem observar més subtemes que aniran relacionats amb la idea principal del estudi. Les tres parts en les que es divideix són: marc teòric, marc pràctic i proposta de millora.

La primera part és el marc teòric on el tema principal és l'evolució històrica de l'Educació Física, però com bé he dit, dins aquesta podem observar més informació com serà la profundització sobre el tema principal d'aquest apartat, aquí es tindrà present l'opinió de Betancor i Vilanou (1995) on al seu llibre es comenta la gran evolució de l'Educació Física, tot i que comença amb cites de temps molt antic es tindran presents per tenir més informació i donar a conèixer tots els canvis que hagi pogut tenir com a assignatura, sobre tot el que destacarem d'aquest llibre són els problemes que destaca que ha tingut l'Educació Física durant el seu recorregut. A més també ens basarem en la seva opinió sobre el paper de les dones i els homes dins la matèria . També haurem de conèixer els motius pels quals no se li dóna valor a l'assignatura a la nostra societat. Es podrà observar com ha canviat la formació del professorat, veure com ha influït l'assignatura als homes i a les dones i com s'ha tractat a cada un dins aquesta, ja que com bé es sap el pensament que tenim d'igualtat avui en dia no era present als anys 60 i per tant l'assignatura no s'impartia igual per ambdós sexes.

La segona part és el marc pràctic, en aquest punt el que es pretendrà és agafar la informació de l'apartat anterior i analitzar-la, de forma que es vegi més clarament el que s'exposa i s'observi cap a on ha evolucionat l'Educació Física i si podem dir que ho ha fet cap a millor o tot el contrari. A més es contrastaran les informacions del passat amb les actuals. Però com ja he dit, dins cada apartat gran trobarem subtemes i dins aquests també es podrà veure la gran diferència entre educació formal (en la que trobem les matèries a les quals sempre se'ls hi ha donat més importància com poden ser les llengües, matemàtiques, ciències...) i l'educació no formal, que en moltes ocasions es du a terme fora de l'aula (on està inclosa l'Educació Física i altres matèries a les quals no se li dóna molta importància a la nostra societat, ja que es pensa que els nins no aprenen res en aquestes assignatures). Per aquest punt ens basarem en les explicacions Marenales (1996) al seu article comenta les grans

diferències entre els tres tipus d'educació que trobem actualment: educació formal, no formal i informal. L'autor també comenta en què consisteix realment cada una d'elles i quin paper desenvolupa. Dins aquest punt s'inclouran les conclusions d'unes entrevistes que duré a terme a diferent personal docent de diverses etapes, per poder observar la formació d'uns i d'altres i com han arribat a aconseguir el seu càrrec.

A la tercera part del treball es farà referència a una proposta de millora, on s'intentarà conscienciar a les persones de les avantatges i beneficis que pot tenir l'Educació Física. Tal i com diu José Luis Domínguez (1995: 71-72) és una assignatura important ja que té beneficis pels infants tant a nivell motor com a nivell moral. Ell pensa que fer esport a les etapes de l'educació obligatòria és molt necessari, ja que el nin pot obtenir moltes coses bones a causa d'això. A més s'indagarà en els motius pels quals hi ha poca formació pels mestres d'Educació Física, ja que s'hauria de tenir una major experiència i tenir més coneixements sobre l'assignatura. L'especial objectiu que ens marcarem en aquesta tercera part és fer canviar el pensament de la gent que pensa que és una matèria sense valor, fer veure les coses positives que té i el que ens pot aportar a les nostres vides. No és una assignatura on simplement es juga, sinó que s'ha de saber bé quines són les finalitats d'aquesta (que pareix que mai s'han tingut massa en compte) de forma que s'intentarà que es valori un poc més donant-la a conèixer.

Per poder dur a terme aquest treball es contrastaran informacions de diversos autors per poder veure l'evolució des de diferents perspectives, diferents punts de vista i especialment pensaments diversos.

A més es parlarà de determinades lleis que s'han fet en funció d'afavorir o no a l'Educació Física. Durant el document de Pascual (1992) es van anomenant algunes a les quals farem referència al marc teòric del treball. Anomena també les lleis que es van fer després de la dictadura, en la qual s'estableixen uns nous propòsits de cara a la matèria i se li comença a donar més valor del que tenia. Comenta que deixa d'anomenar-se gimnàstica per començar a ser Educació Física en la qual es començaran a educar en valors als infants i s'intentarà educar de forma distinta a com s'estava fent fins al moment.

Finalment he de dir que he plantejat el treball d'aquesta forma per a que es pugui veure de manera clara els grans canvis que ha tingut des de moments d'auge, on era molt important

aquesta assignatura (especialment per als homes durant l'època franquista), fins a moments on no s'ha valorat gens, com podria ser el cas en el que ens trobem actualment.

## Justificació

El tema d'aquest treball el vaig elegir perquè tenia intriga de saber com s'havia arribat al punt en el qual es troba actualment l'Educació Física. Per això no em podia anar a la darrera llei, sinó que pensava que havia d'investigar un poc més.

Vaig agafar els anys 60 com a punt de partida, ja que trobava que es podrien veure nombrosos canvis des d'aquests anys fins l'actualitat. A més en aquella època encara ens trobem durant la dictadura franquista i els homes i les dones anaven a escoles separades, per aquest motiu vaig decidir agafar aquests anys com a punt inicial.

El meu treball consta de diverses parts com s'ha explicat al punt anterior, però també he comentat que dins les grans parts trobem altres punts, per exemple dins el marc teòric trobarem un punt referit al que he comentat anteriorment sobre com ha evolucionat i influït l'Educació Física ambdós sexes, ja que com tots sabem actualment s'imparteix exactament igual per els nins que per les nines, cosa que abans no era així.

A part d'aquest tema que em causava molt d'interès, també volia saber la matèria en si com havia canviat. Volia fer una mica d'investigació i observació sobre l'evolució que havia tingut, ja que em podia imaginar que no seria el mateix fer Educació Física durant els anys 60 que actualment. Per tant tenir curiositat per saber totes les lleis referides a la matèria que s'havien fet des d'aquells anys fins l'actual LOMQE on es volen llevar hores de l'assignatura i reduir-ho a una hora i mitja.

Amb aquest darrer tema de reducció de les hores de la matèria estic en complet desacord, per aquest motiu vaig decidir acabar el treball amb una proposta de millora on pugui explicar els beneficis que té aquesta assignatura i que la gent no comprèn o no veu. Penso que les persones veuen una assignatura on els nins juguen i s'esplaien un poc de les matèries que per ells són realment importants.

No per això estic dient que l'Educació Física sigui més important que les llengües, ni matemàtiques, ni res per l'estil, però si que vull pronunciar a la meva proposta de millora que baix el meu punt de vista cada matèria es planteja uns objectius i que tots són importants pels nins i que l'ajudaran sempre i aniran sempre amb el seu benefici. Per aquest motiu durant la proposta aniré marcant els avantatges que té l'assignatura i què és el que podem aconseguir fent-la i no reduint-la. Pensar que fent mitja hora més de matemàtiques en lloc



d'Educació Física farà que els nins aprenguin més, és una equivocació baix el meu punt de vista.

Finalment com a professora que serè en un futur m'agradaria saber com eren els professors d'antes i com són els professors actuals, observar les similituds i diferències que puguin tenir i comparar-les per poder saber si em progressat o tot el contrari. Per això a cada apartat hi haurà un punt referit al tema mestres, ja que també m'interessava saber què es pot agafar de cada una de les èpoques. Cada etapa té uns punt positius que podem extreure, però també haurem de remarcar les parts negatives que puguin tenir. Per tant en primer lloc faré una investigació, després m'entrevistaré amb mestres d'èpoques distintes i finalment posaré a la proposta de millora com hauria de ser un bon mestre d'Educació Física.

# Metodologia

La metodologia que es seguirà durant aquest treball és la referent a un projecte d'investigació.

El treball com bé s'ha dit a la introducció consta de tres grans parts:

- Marc Teòric
- Marc Pràctic
- Proposta de Millora

A cada part es seguirà una metodologia distinta, ja que clarament cada una té una funció diferent dins aquest treball. Per tant m'he marcat una proposta adequada a cada apartat de forma que pugui aconseguir el que pretén amb cada un.

El que es farà a la primera part és investigar i cercar molta informació sobre l'evolució de l'Educació Física, s'exposaran diverses situacions i es contrastarà la informació de varis autors. Aquí es segueix més una metodologia d'investigació, però no una investigació científica com a tal, on es formulin hipòtesis, solucions, etc. Sinó una metodologia on s'estudiarà, observarà i es donarà a conèixer els canvis que ha pogut tenir l'Educació Física com a assignatura a l'escola. Per la metodologia d'aquesta part m'he basat en la presentació de (Vargas, 1999) on com bé he dit simplement em basaré en la recerca d'informació, ja que les altres parts que es proposen en aquesta presentació no van d'acord amb la meva feina.

A la segona part es tractarà més de fer un anàlisi de l'apartat anterior, de forma que s'agafarà tot el que s'haurà comentat al primer punt i s'intentaran arribar a unes conclusions. A més s'introduiran temes nous que no s'hauran vist al marc teòric. Per tant es pot veure que la segona gran part del treball es tracta més d'una metodologia d'anàlisi i estudis.

Finalment el treball té una tercera part que és una proposta de millora on s'intentarà conscienciar de la importància de la matèria i aquí la metodologia que seguiré serà una proposada per ("Metodologías para la mejora de la gestion de centros educativos," n.d.) on en primer lloc faré el plantejament de la proposta, en segon lloc desenvoluparé la proposta, seguit contrastaré la informació amb altres autors per observar si es factible i finalment descriuré com ho duria a terme a les escoles.

# Objectius

Durant la realització d'aquest treball intentaré complir diversos objectius que m'he marcat al principi d'aquest.

En primer lloc em vaig marcar un objectiu un poc més general per la primera part del treball, és a dir, per el marc teòric i a partir d'aquest vaig fer 4 objectius més concrets. Aquests són els que m'he marcat.

## **Objectiu general:**

Investigar sobre l'evolució i els motius pels quals no se li dóna valor a l'Educació Física.

## **Objectius específics:**

- Observar l'evolució que a sofrit l'Educació Física durant els darrers 50 anys.
- Analitzar els motius de la seva poca importància a la nostra societat.
- Estudiar els canvis evolutius de la formació del professorat d'Educació Física.
- Diferenciar l'Educació Física dels homes i de les dones en anys anteriors.

En segon lloc vaig tornar a fer un objectiu més ampli per la segona part del treball, que és el marc pràctic, i de nou vaig plantejar 4 objectius específics. Són els següents:

## **Objectiu general:**

Analitzar la informació del marc teòric, l'educació física dins les escoles i el personal docent.

## **Objectius específics:**

- Exposar els problemes que s'anomenen i plantegen al marc teòric.
- Explicar els motius pels quals l'Educació Física ha anat progressant.
- Diferenciar entre educació formal, educació no formal i educació informal.
- Entrevistar a professors de la matèria de totes les èpoques que compren el treball.

Finalment el meu treball consta d'una proposta de millora en la qual també he plantejat un objectiu general i 4 específics. Els objectius són els següents:

## **Objectiu general:**

Donar a conèixer les avantatges de l'Educació Física, motius pels quals hauria de seguir a les escoles i la formació actual dels professors.

**Objectius específics:**

- Assabentar dels beneficis de l'Educació Física pels infants.
- Donar una major formació i coneixements als mestres de la matèria.
- Intentar fer un canvi de pensament a la gent.
- Fer valorar més l'assignatura.

# Marc teòric

## Evolució de l'Educació Física.

Per poder entendre l'Educació Física actual, hem d'investigar en èpoques molt antigues on es comença a parlar d'esport i a voler educar les tècniques d'aquest. Per tant per a que tot prengui més sentit dins el treball, es parlarà de l'Educació Física des de Grècia i s'acabarà en l'actualitat. He de dir que a partir dels anys 60 les explicacions s'allargaran un poc més, ja que és el punt de partida del meu treball i per tant li donaré més importància a les èpoques més properes.

Tal i com comenten Saturnino Gimeno, Carmen Pérez i Manuel Vizuet (2000) cada època és diferent, ja que depenen de tres coses que estan interrelacionades que són l'educació, la cultura i la societat. El que ens volen fer veure, és que segons la cultura i la societat que hi hagi en aquell determinat moment històric, l'educació es durà a terme d'una forma o d'una altra. Per aquest motiu es podran veure les grans diferències que hi ha entre les èpoques que s'aniran marcant, ja que la societat va evolucionant i les cultures per tant canvien, el que provoca que l'educació vagi millorant progressivament.

La primera època que és comenta al llibre "*Educació Física i la seva didàctica*" escrit pels autors anteriorment citats, és Grècia. A més coincideix amb José Luis Chinchilla i Maria Luisa Zagalaz (2002), on al seu llibre comencen a parlar de l'evolució de l'Educació Física a partir dels grecs. Aquests dos darrers comenten que, ja a la prehistòria els homes feien esport quan anaven a caçar, però que es feia inconscientment i que per tant quan es comença a prendre consciència de tot el tema dels esports és a partir de l'època dels grecs.

El que podem extreure de l'esport durant la cultura dels grecs a partir del que diuen els dos darrers autors, és el destacament del personatge de Galeno - Metge i filòsof grec – va tenir una gran importància durant aquesta època, ja que va fer grans aportacions sobre l'esport. A més comenten que la gimnàstica es comença a dividir segons les funcions o els objectius que es pretenguin assolir. Hi ha tres grans grups que són:

- Militar → on l'ús de l'esport és amb l'objectiu de preparar-se per conflictes bèl·lics.
- Viciosa o atlètica
- Medica o vertadera → És fa per millorar la salut. A més aquesta es subdivideix en tres tipus diferents: Cubística, Esferística, Orquística.

Seguit, José Luis Chinchilla i Maria Luisa Zagalaz destaquen que antigament hi havia una gran ignorància sobre com funcionava el nostre cos, per tant no es parlava d'Educació Física tal i com la coneixem actualment, ja que no tenien coneixement damunt el que era beneficiós o perjudicial per al cos dels homes.

A més, contenen que ja en aquella època hi havia dues figures ben marcades, que serien els nostres actuals directius – gimnarsiaques- i els entrenadors – acòlits o paidotribos- . Tanta era la importància que li donaven a l'esport en aquella cultura que les moltes de les escoles rebien el nom de gimnàs.

A mesura que va passant el temps l'home fa més esport per ser més bell i més fort. Es passa de la figura d'atleta primitiu (home de classe mitja- alta i persona culta) a atleta professional (es prepara o bé per els conflictes bèl·lics o per enfrontar-se a competicions esportives).

Cal destacar com diuen Chinchilla i Zagalaz, els famosos Jocs Olímpics o com els anomenaven ells Jocs Hel·lènics, on es celebraven cada quatre anys. Durant aquell període s'aturaven les guerres i es dedicava simplement a celebrar els jocs. Cada cop prenen més importància i es va canviar la figura de l'atleta que participava com s'esmenta al paràgraf anterior.

Finalment al seu llibre destaquen una gran quantitat de coses que van crear els grecs relacionades amb l'esport que actualment seguim emprant, tot i que haguem fet canvis per millorar-lo. Comenten que van ser creadors de diversos esports (a mesura que prenen importància els Jocs Olímpics anaven creant nous esports), a més van fer les primeres teories damunt l'esport, creen els banys i massatges, instal·lacions esportives on s'entrenaven els atletes professionals, material esportiu i inclús es parla que ja hi havia dietes per els esportistes olímpics.

Altres coses que es poden dir sobre aquesta cultura que comenten Saturnino Gimeno, Carmen Pérez i Manuel Vizuete, és que és la primera cultura que pensa i creu que l'esport i l'exercici físic, poden ser educables, a més que poden tenir un caràcter lúdic i especialment competitiu.

Per acabar, comentar sobre aquesta cultura que segons Carlos González Arévalo, Teresa Lleixà Arribas i companyia (2010) hi ha una altra distribució de l'esport que es fa Grècia, diferent de la que s'havia comentar anteriorment. Aquests autors destaquen dos tipus:

- Palestrica → era duta a terme pels aristocràtics.
- Orquestica → els esclaus, mercaders i estrangers duïen a terme aquest tipus de gimnàstica.

També comenten una figura molt important d'aquella època que és Hipòcrates – pare de la medicina – que crea gimnàstica higiènica. Aquesta seria la mateixa que s'ha esmentat durant la distribució de Chinchilla i Zagalaz, que feien referència a la salut. Aquest tipus de gimnàstica s'emprava per mantenir o bé recuperar la salut de les persones. A més Hipòcrates, comenta que la gimnàstica viciosa (comentada també per Chinchilla i Zagalaz) no es duia a terme amb un bon fi.

Un pic finalitzat l'auge dels grecs, van començar a tenir importància els romans. Aquests també van fer algunes aportacions noves damunt l'esport.

Per parlar de la civilització romana em centraré en primer lloc en el llibre “*Didáctica de la Educación Física*” de Chinchilla i Zagalaz, del que podem extreure, que els romans li donen molta importància a la natació, és més era una prova que havien de fer els soldats. També hi ha una altra pràctica aquàtica a la qual fan referència que és el rem. Té especial interès en aquesta època, ja que preparen als soldats per a la Guerra i per tant el rem els servirà per tenir controlada la flota marina. És més, realitzaven competicions de rem que rebien el nom de naumàquia.

Com es pot observar, els objectius de Roma no eren els mateixos que els de la Grècia antiga, on pretenia ser més organitzada, li donava més valor a l'esport en un àmbit més ample i pretenia educar als atletes. En canvi Roma, únicament usava l'esport per tenir els soldats més forts en els conflictes bèl·lics.

Tot i això, Chinchilla i Zagalaz, ressalten un aparell que va ser creat pels romans i que encara avui en dia s'empra, és el poltre. Els romans l'usaven per preparar als seus soldats principiants, ja que simulaven que era un cavall i practicaven damunt ell. Amb el pas dels anys se li han anat donant diferents usos. A més, anomenen tres exercicis més que van ser creats pels romans, que són el llançament de martell i de pes i jocs de pilota.

Altra cosa que comenten els autors, sobre aquesta civilització, és l'abolició definitiva dels Jocs Olímpics, creats a Grècia. L'encarregat de suprimir-ho definitivament va ser Teodosio a

l'any 393. L'única representació que fan de l'esport és la lluita a l'anomenada "plaça d'armes", on havien de donar espectacle en la lluita entre persones i animals.

Totes aquestes coses que van sorgir durant l'època dels romans, sumat al poder que tenia l'església, la qual estava en contra de l'exercici físic per tenir un millor cos sense cap més propòsit final, a més de les invasions constants dels bàrbars i la caiguda de l'Imperi Romà va suposar una pausa bastant llarga per el món de l'Educació Física durant l'Edat Mitjana.

Altres aportacions que fan Saturnino Gimeno, Carmen Pérez i Manuel Vizquete són, que els romans creuen que no és necessària l'educació del cos. A més com els autors anteriors, aquests també únicament ressalten la gimnàstica militar dels romans, ja que totes les anteriors proposades pels grecs no els interessaven i per tant van anar desapareixent.

Sobre els Jocs Olímpics grecs comenten que els objectius que es marcaven eren més espirituals i per aquest motiu desapareixen i sorgeixen els Jocs de Circ. Aquests són creats pels romans, participen els esclaus i es fan únicament per divertir a les classes altes.

Finalment aquests tres autors parlen damunt un personatge important d'aquesta època que rep el nom de Galé. Aquesta persona era grega però duu a terme la seva professió a Roma. Té com a referent a l'anomenat anteriorment Hipòcrates. Era una persona formada en diversos camps, però té importància en el de medicina. Una de les seves preocupacions era la salut i tenia molt d'interès per la gimnàstica mèdica i per la professional, que són les dues que havien abolit els romans.

Després de l'època dels romans, parlaré una mica del Renaixement. De nou prendré com a referència d'aquest punt el llibre de Chinchilla i Zagalaz. Damunt aquesta època comenten que l'Educació Física recobra interès, de fet, es creen programes damunt l'equitació, esgrima, salts... A més, és un època on l'educació comença a agafar un pes important.

Per parlar de la relació entre el Renaixement i l'Educació Física és necessari esmentar a una sèrie d'autors que fan diferents aportacions damunt la matèria. Aquests són els que els dos escriptors consideren més importants de l'època:

- Vittorino da Feltre (1378-1446) → Crea la casa Giocosa, alguns l'anomenen creador de l'Educació Física.
- Maffeo Vegio (1407-1458) → Considera que la gimnàstica és necessària des d'el naixement, tot i que ha de ser moderada.



- Jacobo Sadoletto (1477-1547) → Vol incloure les matèries de Música i Educació Física, dins el programa escolar.
- Antonio de Nebrija (1444-1522) → Defensa la bellesa i la salut del cos.
- Luis Vives (1492-1540) → És considerat el pare de l'Educació Física al nostre país. Considera que l'exercici és un complement per l'educació del home, tant físicament com moral.
- Ignacio de Loyola (1491-1556) → La preocupació d'aquest autor és la salut i la higiene corporal.
- Juan de Madariaga (1536- 1623) → Coincideix amb Maffeo Vegio, ja que els dos pensen que el exercici ha de ser constant, moderat i continu per obtenir resultats.
- Diego Saavedra Fajardo (1584-1648) → Proposa un ensenyament mitjançant la tècnica dels jocs.

Per complementar i finalitzar amb aquesta època, destacaré els pensaments de Saturnino Gimeno, Carmen Pérez i Manuel Vizuete. En moltes ocasions coincideixen amb els autors anteriors, per ells li donen molta importància a les pintures i poesies d'aquesta època. Pensen que a causa d'això comença a canviar la imatge del físic de les persones i dels valors corporals. A més ressalten amb especial interès a un autor:

- Hyeronimus Mercurialis (1530-1606) → Comenten que té pareguts amb el metge grec Galé. Ambdós personatges tenen especial interès per la medicina i la gimnàstica, per tant relaciones ambdues coses i volen aconseguir una bona salut del cos.

Quan acaba el Renaixement comença una època un poc més curta que és la il·lustració de la qual es destacaran els quatre aspectes més importants d'ella.

José Luis Chinchilla i Maria Luisa Zagalaz diuen que durant la il·lustració és el primer cop que s'usa el terme Educació Física, concretament a l'any 1693. A més, cada pic té més importància i parlen d'una E.F. severa i enèrgica on es pretén fer exercicis tot l'any, fer-ho al aire lliure i no en camps tancats com es feia fins a les hores, parlen de nou de la higiene i de la nutrició i comenten l'objectiu d'enfortir el cos. També, al igual que en el Renaixement anomenen els autors més significatius de la època i el que aporten a l'Educació Física:

- Inmanuel Kant (1724-1804) → Aquest autor fa una distinció entre E.F. (ho relaciona amb la naturalesa) i pràctica (llibertat de l'home).

- Pestalozzi (1746- 1827) → Proposa una altra forma de fer gimnàstica, que és fer excursions pel camp. A més es proposa l'objectiu d'incloure la matèria als programes escolars.
- Fröbel (1782-1852) → Crea el “*Kindergarten*” és una escola creada per ell on inclou la música (per donar ambient i alegria als alumnes), la gimnàstica (per tenir contacte amb la natura) i el joc com a mitjà de treball.

Un pic finalitza la il·lustració ens endinsem dins el segle XIX. Aquí comença a augmentar el valor de l'Educació Física.

D'aquest segle destaquen, a nivell europeu, les diferents escoles que es formen a països d'Europa. Les més significatives són comentades per Carlos González Arévalo, Teresa Lleixà Arribas i companyia, al seu llibre “*Educación Física. Complementos de formación disciplinar*”. Aquests autors comencen parlant de l'escola alemanya, en aquesta destaquen dues persones importants. Primer tenim a GutsMuths (1793), a la seva escola divideix el treball en tres grans grups que per ell són els que tenen major importància, són la gimnàstica, treballs que hauran de fer manualment i per últim treball en equip. Segon destaca Ludwig Jahn (1816), l'objectiu d'aquest és crear jocs més perillosos i de major dificultat. Seguit, es parla de l'escola sueca. Aquí destaca F. Nachttegall, aquesta persona es centra en la gimnàstica i el projecte dut a terme per dues persones anteriors a ell, especialment es centra en Henrich Ling. El que pretén aconseguir, és un mètode analític on es treballa totes les parts del cos, de diferents formes i es desenvolupin diferents habilitats. La tercera escola de la qual parlen aquests autors, és l'escola francesa. D'aquesta escola, ressalta un nom que és espanyol, Francisco Amorós (1848). Aquesta persona observa diversos pensadors i aplicadors de l'Educació Física anteriors a ells i damunt el que observa crea la seva pròpia escola a París que rep el nom de Gimnàs Normal Militar. Va proposar 10 formes diferents de moure's o transportar elements. Finalment s'esmenta el Model esportiu anglès, del que destaca Thomas Arnold. El que proposa és dur a terme la gimnàstica a partir de jocs populars del propi país, cosa que té bastant d'èxit i poc a poc s'anirà expandint per la llarga Europa continental. A més, per tal de que tingui més èxit i es pugui treure més profit, s'elaborà un reglament, el que ens durà a les competicions nacionals i internacionals, a més dels Jocs Olímpics moderns.

Després d'observar com estava el món de l'Educació Física a Europa, a partir d'ara em centraré únicament en Espanya.

Durant el segle XIX, segons Jose Luis Chinchilla i Maria Luisa Zagalaz, té especial importància Jovellanos (1744-1810), ja que comenten que és l'iniciador de l'Educació Física en Espanya. Altres autors espanyols que tenen especial importància durant aquest segle són:

- Francisco Amorós → (Anteriorment citat a nivell d'Europa.) Segueix molt les passes de Pestalozzi. Crea una escola i un institut a Tarragona i Madrid respectivament. A més hi ha que destacar un article específic del reglament que crea, on comenta que una educació no és completa sinó es treballen les facultats tan morals com físiques.
- Manuel Becerra y Bermúdez (1823-1896) → Segons els autors, és considerat "Pare de la Gimnàstica Oficial". Va viatjar molt, i va veure com es duia a terme la matèria per diferents països, tot i que no ho comenta als seus escrits. Destaquen especialment el interès que posa sobre la gimnàstica a Espanya i la força amb la que lluita per que els joves tinguin un cos sa i fort.
- Francisco de Aguilera y Beceril → Era molt fidel de Amorós. Crea diverses obres, en una de les quals deixa marcat la negació del govern de crear un Gimnàs Normal.
- Vicente Naharro → Escriu un llibre que té molta rellevància, ja que al pròleg hi ha el primer tractat de gimnàstica escrit en castellà.
- José M<sup>a</sup> Aparici y Biedma (1791-1857) → Va crear el Gimnàs Central a Guadalajara. També era seguidor del mètode d'Amorós. A més també escriu una obra relacionada amb la gimnàstica.

Tot i que molts d'autors i persones intenten incloure l'Educació Física dins el programa escolar, en moltes ocasions és un projecte fallit. Com comenten els autors, l'Educació Física a Espanya va tenir molts de problemes durant aquest llarg segle. A més, fan referència a la política on depenen del partit que governava en cada moment l'Educació Física agafava importància (liberals i progressistes) o bé la deixava de tenir completament (conservadors). D'aquest segle, també s'han de destacar les nombroses lleis que sorgeixen a Espanya referents a la matèria. Es destacaran les més importants i les de més rellevància.

Carlos González Arévalo, Teresa Lleixà Arribas i companyia, al seu llibre "*Educación Física. Complementos de formación disciplinar*" destaquen:

- Real Ordre de 1861 on es cita "[...]la incorporació, com ocupació freqüent, dels exercicis físics en el gimnàs [...]així com l'obligació de les escoles d' disposar de locals idonis pel compliment d'aquesta disposició. (art. 36)"
- Una llei de l'any 1879 declara oficial l'ensenyament de la gimnàstica higiènica.

Miguel A. Betancor León i Conrado Vilanou Torrano (1995) destaquen al seu llibre nombroses lleis, de les quals s'ha de destacar:

- Llei creant una Escola Central de Professors i Professores de Gimnàstica a Madrid (1883) → *D'aquesta llei es parlarà al punt 3 del marc teòric que està referit únicament al professorat.*
- Francisco Giner de los Rios crea un escrit on comenta els problemes de l'Educació Física a l'any 1888 → D'aquest article hem de destacar que està dividit en 5 grans punts. El primer parla de les tasques que ha d'assumir l'Educació Física com a tal, però que no té tot el poder, ja que hi ha una altra part que s'ha de desenvolupar fora de l'escola. El segon punt comenta tot el que hauria de comprendre l'Educació Física a l'escola. En tercer lloc comenta la distribució de diferents tipus d'exercicis i en diferents llocs. El quart punt parla de on influeix l'Educació Física al nostre cos, no solament físicament, sinó referint-se a altres aspectes. Per últim, parla sobre com està la matèria en aquell moment.

Un pic comentat el més important del segle XIX, passaré a explicar el segle XX, on ja ens endinsarem en els anys 60 i el més important d'aquests anys.

En primer lloc, parlaré sobre un article redactat pel consell nacional d'educació premilitar física i cultural de la joventut (1937-1938), aquest article l'he trobat al llibre de Bentancor i Vilanou. El que diu, és que no pretenen treure homes musculosos, sinó que els alumnes tinguin siguin forts i sans. També comenta, que el que s'hauria de practicar durant el temps de gimnàstica és la resistència, ja que això els durà a poder practicar diversos esports en un futur. A més, sembla que en gran mesura està en contra de practicar aquesta resistència amb l'ajuda d'aparells, és a dir, primer diu que s'ha de practicar sense cap ajuda i després ja s'aniran incloent aparells. Seguit, escriu que en moltes ocasions a les sessions d'Educació Física es practiquen esports, però ell pensa que si no es té una preparació física abans, no serveix de res fer aquest esport. Després, esmenta l'obsessió dels infants per practicar futbol, creu que d'aquesta forma el cos no es desenvolupa per igual, ja que la part superior no es treballa quasi. Per tant, considera que per poder dur a terme tots aquests pensaments sobre com s'hauria de dur a terme una classe d'Educació Física, és necessari elaborar un Pla Nacional d'Educació Física. Un dels objectius que es pretén proposar en aquest Pla, és que cap jove (sigui nina o nin) deixi de fer exercici físic, a més de que sàpiguen valorar la natura que els envolta.

Després d'aquest Pla, els autors Betancor i Vilanou, parlen d'una llei anomenada Llei Elola-Olaso que es va elaborar a l'any 1961, és a dir, durant la dictadura franquista. Aquesta llei, en el moment que parla de l'Educació Física té com a títol "*L'Educació Física i l'esport com a instrument eficaç en la formació de l'home.*" El que es pretén informar amb aquesta llei, és que l'Educació Física és una matèria obligatòria dins l'ensenyança i a tots els nivells. A més, es marca tres propòsits:

1. Per a que la matèria sigui semblant a tots els llocs d'Espanya, s'han d'establir uns requisits, que seran redactats pels representants del Ministeri d'Educació Nacional i del Moviment.
2. Dicta una sèrie de llocs on s'haurà de formar el professorat per poder impartir de la millor manera l'assignatura. Destaca l'Institut Nacional d'Educació Física, Escola Central d'Educació Física de l'Exèrcit, Acadèmia de Comandaments "José Antonio", Delegació de Joventuts, Secció Femenina.
3. Parla que les escoles podran demanar i agafar subvencions per poder crear un lloc adequat per la realització de la matèria.

Seguit, la llei parla de l'esport a nivell professional i la participació dels homes en els diferents esports que proposa el país.

A continuació, parlaré de l'opinió de Carlos González Arévalo, Teresa Lleixà Arribas i companyia, al seu llibre "*Educación Física. Complementos de formación disciplinar*" sobre el segle XX.

Aquests autors comenten una sèrie de creacions que es fan durant aquest segle que tenen a veure amb la formació de professorat per impartir l'assignatura. Aquests llocs són:

- 1900 → Es crea el primer Ministeri d'Instrucció Pública.
- 1919 → Escola Central de Gimnàstica de l'Exèrcit.
- 1933 → Escola d'Educació Física.
- 1936 → Acadèmia d'Educació Física de la Generalitat de Catalunya.

Un pic esmenten aquests llocs i la funció de cada un d'ells, contenen que després de la Guerra Civil tota la situació va canviar i tot el que s'havia progressat, va tornar cap enrere. El que va succeir, segons contenen els autors d'aquest llibre, és que es va suprimir l'Educació Física i es va imposar el Front de Joventuts pels homes (seria on treballarien la gimnàstica) i la Secció Femenina per les dones (treballarien la gimnàstica, però diferent als homes). Això es va

dictar durant la llei del 16 de desembre de 1940. Com a resposta a aquesta llei, s'havia de canviar el que s'havia fins ara, per tant, es va crear una nova llei el 2 de setembre de 1941. En aquesta s'imposava la formació de professors pels homes a l'Acadèmia Nacional José Antonio i la formació de professorat per les dones a l'Escola Isabel la Catòlica (comentat també al punt següent).

Aquests autors, també fan referència a la llei de 1961, però la comenten una mica més. Com bé he dit anteriorment, durant aquest any es creen diversos llocs de formació del professorat, però del que hem de destacar l' Institut Nacional d'Educació Física (INEF) a Madrid. Aquest centre va començar a funcionar durant el curs 1967-1968, en principi va ser únicament pels homes. Un pic va morir Franco, durant el curs 1975-1976, l'INEF de Barcelona va passar a ser mixta. Quan es van crear aquests instituts, van tenir tanta importància que a l'any 1977-1978, desapareixen els anteriors on es formava per separat al professorat dels homes i al de les dones.

Altres aspectes importants a destacar, que ressalten els autors d'aquest llibre, són les primeres opcions del professorat d'Educació Física. Es van dur a terme durant el curs 1985-1986, on es va començar a igualar la matèria amb la resta d'assignatures.

Finalment, comenten dues lleis d'especial importància que tenen lloc durant aquest segle, que són:

- Llei Orgànica 8/1985 → LODE, 3 de juliol.
- Llei Orgànica 1/1990 → LOGSE, 3 d'octubre.

A continuació, parlaré d'altres aspectes que ressalten els autors José Luis Chinchilla i M<sup>a</sup> Luisa Zagalaz durant el seu llibre sobre fets del segle XX.

En primer lloc comenten que a l'any 1914 s'obliga als mestres en formació a cursar Educació Física al primer i segon curs, de forma que siguin competents a l'hora d'impartir les classes. Seguit comenta que al 1920, és el primer cop que Espanya duu un equip de futbol a les olimpíades i que a més guanya una medalla. Al 1923, concretament el 8 de març, s'estableix un Pla d'Organització de l'E.F. Durant l'any 1924, s'obliga al professorat d'Educació Física a llegir la "*Cartilla Gimnàstica Infantil*". A l'any 1942 (24 de setembre), s'estableix un "Pla Provisional" pels mestres de magisteri, on es canviaran algunes coses del que s'havia estat fent fins al moment. La llei de 1945, estableix sis aspectes que s'han de treballar durant l'Educació Física, aquests són: els jocs (dirigits i lliures), el ritme, la

gimnàstica educativa, passejos i excursions, els esports i el ball. A més de treballar això, s'imposen una sèrie de normes d'higiene que s'han de fer abans, durant i després de realitzar exercici. Durant l'any 1970 a la formació del professorat, el cursar Educació Física es converteix en voluntari. Dos anys més tard, hi ha cursets per especialitzar-se en E.F. són especialment per mestres de primària, ja que a la carrera s'havia convertit en matèria voluntària. Però al 1979 es deixen de convocar aquests cursets i no es tornaran a fer fins a finals de la dècada següent.

Tot això és el que es comenta durant aquest llibre, a més de parlar sobre temes que ja han estat esmentats anteriorment.

Un pic finalitzat amb el segle XX, entrem en el segle actual, on podrem trobar que en 15 anys hi ha hagut 3 lleis diferents i que cada una ha aportat una cosa diferent a l'Educació Física. Finalment s'observarà com amb la llei d'educació actual, la matèria està començant a perdre valor de nou.

En primer lloc s'ha de dir sobre aquest segle que tal i com es comenta al llibre escrit per Pere Palou Sampol, F. Javier Ponseti Verdaguer, Pere A. Borràs Rotger i Josep Vidal Conti, al segle XXI han canviat molt les coses. Destaquen que de l'any 2000-2010, hi ha hagut molta falta de recursos per poder dur a terme una bona classe d'Educació Física. A més s'ha estat lluitat constantment contra la idea que tenen algunes persones sobre que és temps de joc i no s'aprèn res durant aquestes hores. El que s'ha intentat implantar al nostre país, és solucionar aspectes que avui en dia són molt presents i que amb aquesta assignatura podem intentar solventar. Són aspectes com la nutrició i la dieta dels alumnes, el poc exercici físic que realitzen la majoria, el que ens duu a un alt nivell de sedentarisme per part de l'alumnat. Destaquen que, amb la aparició de les noves tecnologies, els nins prefereixen quedar-se a casa en lloc de fer un esport o jugar al carrer amb els amics com es feia abans. A més, comenten que actualment, sempre hi ha algun familiar disponible per portar al nin a tots els llocs, sense que aquest s'hagi de molestar en caminar una estona per arribar allà on necessita.

Tot això com comenten els autors té greus conseqüències al llarg del temps, i és que com bé sabem, el nivell d'obesitat infantil augmenta cada cop més. Sense deixar de parlar que, cada pic trobem més infermetats relacionades amb el poc moviment del nostre cos (mal d'esquena, mala nutrició...). Per aquests motius, s'ha intentat canviar les idees que és tenien

sobre Educació Física inicials, per intentar posar solució a tots els problemes que es presenten actualment com els que s'acaben d'esmentar.

Per això els autors, proposen una sèrie d'objectius que són els que hauríem de tenir presents actualment. Aquests són:

- L'alumne ha de ser el protagonista del nostre ensenyament.
- S'ha de fer saber a l'alumnat que és molt important tenir una vida saludable. Comentar tots els beneficis de tenir-la i els inconvenients de no tenir-la.
- Ens hem de centrar més en la qualitat i no en la quantitat.
- Els mestres a part de guies, han de ser facilitadors de la informació. Han de convèncer als seus alumnes per a que facin activitats fora de l'horari escolar. Els han de fer saber totes les activitats que es proposen.
- Un aspecte molt important, és que l'alumne es senti segur en tot moment, i que en cap moment perilli la seva salut a l'hora de realitzar l'assignatura.
- Corregir l'educació postural dels infants i evitar l'empitjorament d'aquesta.

Seguit, parlen del mal d'esquena que presenten molts dels alumnes que tenim actualment. Creuen que això es deu a l'estil de vida que duen. A més el pes dels llibres que duen a la maleta arriba a causar mal als ossos. Comenten altres aspectes que poden tenir a veure amb el mal d'esquena com pot ser: que estiguin mal asseguts dins l'aula o a casa seva, que facin un esforç superior al que poden realitzar, el sedentarisme i l'obesitat són molt presents en aquest tema, ja que si el nin no es mou els ossos no es desenvolupen correctament, finalment comenten que l'estrès és un factor que també actua sobre el mal d'esquena.

Seguit, diuen que al observar el gran nombre d'alumnes que presenten mal d'esquena s'han fet molts d'estudis per observar si ve de tot l'esmentat anteriorment o hi ha algun factor més que influeix sobre aquest tema. Després d'obtenir els resultats, es sap que el mal d'esquena té a veure amb tot el comentat anteriorment, però a més que pot influir el gènere, l'edat, el pes i l'alçada, a més de factors psicològics del nin i l'estil de vida tal i com s'ha comentat.

Cal saber, com remarquen els autors, que des de temps molt antic la salut i l'esport han anat junts de la ma, el que ens fa que es treballi aquest tema dins aquesta matèria i no es treballi dins una altra. Ja que com s'ha vist, des d'els grecs es parlava de l'educació mèdica. Per aquest motiu, al segle XXI de nou ens tornem a plantejar la salut dels nostres alumnes dins la nostra matèria.



Altra cosa que hem de ressaltar d'aquest segle, és que les tendències han canviat, i els interessos són diferents. Tal i com marquen Saturnino Gimeno, Carmen Pérez i Manuel Vizuite al seu llibre hi ha 5 modalitats que sobresurten per damunt de les altres actualment. Aquestes són:

- **Psicomotricitat** → Comenten que és un tema molt ampli i del qual han parlat diversos autors. Cada un comenta les aportacions que pot tenir això pels infants i els beneficis o inconvenients que té. Cal dir que normalment, és una tendència que es duu a terme amb els infants més petits, però que tal i com comenten els autors del llibre, qualsevol persona que fa un acte, duu a terme un procés psicomotriu.
- **Psicocinètica** → Es tracta de que el nin sàpiga resoldre un problema que se li planteja, ja sigui individualment o en grup. En aquest cas el nin és el protagonista com s'ha parlat anteriorment. El mestre únicament li proposa la situació i serà l'infant el que ho solucioni. En aquesta tendència es valorarà la capacitat del nin a l'hora de resoldre problemes. A més els autors esmenten que amb aquest tipus d'exercici es poden treballar aspectes com: coordinació motriu, estructuració de l'esquema corporal, percepció espacial i temporal...
- **Sociomotricitat** → Quan els autors l'expliquen, fan referència a tres criteris que es van publicar. Aquests diuen: 1. Relació entre l'alumne i el medi que l'envolta. 2. Cooperació entre companys. 3. Saber reaccionar davant un opositor.
- **Esport educatiu** → Parla de que l'esport ha de ser per tots els nins i nines, sense fer distinció de sexe. A més, comenta que al llarg dels anys no ha estat així, però amb el pas del temps s'ha anat igualant i que a les escoles hem de procurar que hi hagi igualtat. També fa saber la importància d'adaptar els esports a tot tipus d'alumnat, ja que tots els alumnes s'han de sentir valorats.
- **Expressió corporal** → Moltes persones l'han criticat, ja que pensen que això no és un aspecte a treballar en aquesta matèria. Però tal o com diuen els autors, es poden treballar aspectes com el ritme, la dansa, el ball... i aquests sí que són continguts de la matèria, per tant és necessària aquesta introducció de l'expressió corporal dins el món de l'Educació Física a les escoles.

Un altre llibre del que m'agradaria parlar sobre el segle XXI és "*Didáctica de la Educación Física*" de Carlos González Arévalo, Teresa Lleixà Arribas i companyia.

D'aquest llibre, vull destacar el punt on parla del feedback, ja que és un tema molt interessant i que ha agafat molta importància en els darrers anys. Com comenten els autors al principi d'aquest punt, actualment ens trobem en un procés d'Ensenyança- aprenentatge, on està demostrat que si no li dones una resposta a l'infant del que ha fet, aquest no aprèn res. De forma que és molt important aquest feedback per a que els nostres alumnes puguin millorar i tinguin consciència dels errors que han comès. Això és un tema que ha d'estar present a totes les assignatures de l'escola. És necessari com comenten els autors, que el mestre s'adoni si l'alumne ha comprès el raonament que el professor ha fet, ja que en el cas de no ser així la retroalimentació no serveix per res. Els aspectes que els autors comenten que hem de tenir en compte per fer un bon feedback són els següents:

- Quina informació donar, amb quina freqüència i la forma de fer-ho.
- Han de ser oracions clares i breus.
- Si s'ha de repetir la informació, es convenient canviar les paraules.
- Convé fer oracions més curtes que no llargues i sense sentit.

Finalment comentar que com s'ha esmentat abans, durant aquest segle hi ha hagut presència de tres lleis d'educació diferents: LOGSE (1990), LOE (2006), LOMQE (2014). Això ha influït molt en el món educatiu, però les assignatures més afectades amb aquesta darrera llei, són l'Educació Física, la Música i la Plàstica. Es pensa que són matèries lúdiques, on els nins simplement s'esplaien de les realment importants. S'està tornant de nou a un pensament antic, on únicament són importants les lletres, les matemàtiques i les ciències. Realment no saben els valors i els continguts que es poden aprendre en aquestes tres assignatures.

El cervell està dividit en dos hemisferis. L'hemisferi dret és el que es desenvolupa quan s'exerceix una activitat creativa, per tant aquestes matèries ajuden a que els nins desenvolupin aquesta part del seu cervell. L'hemisferi esquerra desenvolupa les altres matèries, però per tenir tot compensat, hem de donar importància a tot el cervell, no només a una part.

El que es pretén amb aquesta darrera llei, és suprimir hores de les tres assignatures esmentades per donar-les a les que ells consideren importants, sense valorar els beneficis que puguin tenir l'Educació Física, la Música i la Plàstica.

Al punt 2 del treball es farà una reflexió més detalla i més complexa sobre aquest gran tema.

## Diferència entre home i dona a l'Educació Física.

Bernardo Marín Fernández (1996) comenta al seu llibre “*Mujer y deporte*” les diferències que poden trobar entre els homes i les dones. Tot i que aquestes diferències són més respecte al cos i a la formació de cada un.

El que comenta aquest autor és que les nines es desenvolupen abans que els nins, per tant el cos de la nina evoluciona abans cap a un cos de dona que els dels nins cap a un cos d'home. A més, conta la força i resistència tot i que les dones es desenvolupin abans, els homes solen sempre guanyar a les dones en aquests dos àmbits.

Altres diferències que marca aquest autor és el tamany corporal i la composició orgànica. Del tamany corporal destaca que té molt a veure amb la condició física de l'individu i per tant amb el seu rendiment esportiu. Això ho hem de saber valorar, ja que el físic d'un home no és el mateix que el d'una dona i per tant ni la condició ni el rendiment seran iguals per ambdós sexes.

Seguit ens parla d'altres aspectes a tenir en compte, ja que hem de saber que l'home sempre ha tingut més massa muscular que la dona a causa de la testosterona, i que la dona sempre ha tingut més grassa corporal degut als estrògens i menys aigua corporal que els homes. A més, la massa magra dels homes és positiva a l'hora de fer esport, en canvi la grassa de les dones és negativa. Tot això influeix molt a l'hora de realitzar exercici físic, el que fa que augmentin aquestes diferències de les que es parlen entre home i dona i els resultats obtinguts per cada un.

Després d'aquestes diferències, l'autor parla de les fibres musculars de cada un, i diu que són majors als homes que a les dones, fet que fa que de nou sigui l'esport més favorable pels homes que per les dones. En cap moment diu que no hagin de practicar esport les dones, simplement comenta les diferències entre els dos organismes i remarca els motius pels quals els homes destaquen per damunt el sexe femení normalment en els esports.

Altres aspectes que destaca, és el consum d'oxigen, comenta que és major als homes que a les dones, ja que el volum del cor és major el dels homes. A més, les dones tenen menor hemoglobina, menor nombre d'hematies i altres aspectes que també influeix a l'hora de fer esport.

L'autor comenta estudis que s'han fet per intentar igualar la dona a l'home dins aquest món, del que ressalta:

- Un estudi sobre l'ús de la grassa que tenen les dones que el fessin servir per tenir una major resistència. Aquest fet es va comprovar i es va observar que no tenia res a veure, sinó tot el contrari, que era negatiu per la dona.
- Un altre estudi sobre la competició d'ambdós sexes junts. Però després de moltes proves es va observar que no era factible, ja que per molt que es sotmetien a un home i a una dona a un mateix entrenament fent els mateixos exercicis i entrenant les mateixes hores, els resultats finals eren millor en els homes que en les dones. Per tant es va anular el fet de competir homes i dones plegats.
- Altres aspectes que s'han estudiat són que l'anorèxia i l'estancament del creixement, és major en les dones que en els homes. A més s'ha observat especialment en esports més artístics.
- També s'ha investigat sobre una descalcificació òssia que duu a terme diferents fractures i que és major en les dones a causa de la formació del cos.

Aquests són els aspectes que marca l'autor de "*Mujer y deporte*" respecte a les diferències físiques i de l'organisme entre els homes i les dones.

Altres aspectes a destacar sobre la dona dins el món de l'esport és que tal i com comenta l'autor anterior no és fins l'any 1900 a les Olimpíades de París on comencen a participar les dones dins aquest món. Aquest any únicament participen 11 dones a les Olimpíades. A les següents, realitzades a Seul, el nombre de dones augmenta notablement a 2.477. Però com es pot observar la dona no havia pogut realitzar una competició d'aquest caire fins l'any 1900. Seguint, parlaré de la dona dins el món de l'esport durant la dictadura franquista i la progressió d'aquest tema.

Tal i com comenten Cristina M<sup>a</sup> Machado Arenós i Juan Manuel Fernández Fuster (2015), el començament de la dictadura posa fi a la república que hi havia instaurada a Espanya. Per tant es revisa el programa educatiu que hi havia fins el moment, i Franco posa l'assignatura de gimnàstica com a matèria obligatòria dins l'ensenyança. És a dir, s'ha de tenir en compte, tal i com comenten els autors que no parlem d'Educació Física, sinó de gimnàstica, ja que es deixen de costat els valors pedagògics i de nou es parla d'usar la matèria per entrenar als homes en un règim autoritari, disciplinari on està la raça per damunt de tot.

Seguit, els autors comenten que de l'Educació Física, varen sorgir dos moviments, un referit als homes on, com s'ha comentat anteriorment havien d'entrenar-se per la lluita i amar la seva pàtria i un altre per les dones on en aquell moment les seves labors es basaven únicament en les tasques de la casa. Els dos moviments que van sorgir van ser "Formació de l'Esperit Nacional (estava referit especialment als homes, tot i que les dones també havien de sentir aquell esperit) i el segon, Iniciació a la llar (referit a les dones)".

A més es parla que s'emprava l'Educació Física per ensenyar la neteja del cos i tenir esperit per la pàtria, això per ambdós sexes. Però també, als homes se'ls ensenyava i se'ls preparava per la milícia i les dones simplement per conscienciar-les que la seva funció era tenir fills i educar-los. És a dir, el que volen dir els autors amb això, és que amb la matèria es pretenien ensenyar coses com tenir una millor cura del cos, física i mentalment, però especialment pretenien unir cos (pàtria) i ànima (Déu).

Els autors comenten una llei que té molta importància en aquell moment i de la qual remarquen un aspecte concret, que és l'ensenyament de l'E.F. on es passaran a formar dos grups ben marcats, un per els homes (Front de Joventuts) i un per les dones (Secció Femenina). Aquesta llei és publicada el 6 de desembre de l'any 1940, és a dir, al principi de la dictadura. Es crea una gran diferència entre ambdós sexes, especialment notòria en aquest tema. A més, els autors diuen que el professorat dels homes era format a l'Acadèmia Nacional de Comandaments "José Antonio" on entrenarà als seus alumnes en diferents esports. I els mestres de les dones eren formats a l'Acadèmia Nacional de "Isabel la Catòlica", on s'ensenyava a que les dones no es podien exhibir i a mantenir la moral catòlica.

Després d'aquest punt, on els autors comparen la gimnàstica que es duu a terme durant l'època franquista pels homes i per les dones, proposen un altre gran punt on expliquen el paper de la Secció Femenina dins l'esport.

La secció Femenina va tenir un pes important abans i durant la dictadura, ja que era l'encarregada de proporcionar formació i educació a totes les nines i dones d'Espanya. Va sorgir abans de la Guerra Civil, però durant la dictadura va seguir estant. Dins l'educació que proporcionaven, entrava l'Educació Física, tot i que com s'ha comentat abans el que s'ensenyava no era el mateix que als homes. L'objectiu per a les dones era educar l'ànima. Les classes de gimnàstica es basaven normalment en el ritme i la dansa.

Finalment a l'escrit d'aquests dos autors posen una taula on surten totes les olimpíades que va haver durant la dictadura i la participació femenina que hi va haver. Al principi no hi ha participació, i els darrers anys hi van algunes dones, però simplement a esports determinats on Franco considerava que eren aptes per les dones. És a dir, no hi ha participació a tots els jocs, ja que pensava que no eren adequats per les dones.

Un pic finalitzada la dictadura les coses comencen a canviar i els dos sexes es comencen a igualar en tots els aspectes.

Poc a poc les dones poden anar participant a diversos esports que fins el moment havien estat considerats únicament per homes. A més van participant a les competicions que sorgeixen.

Per acabar, comentar sobre aquest punt, que després de molts d'anys el món entre homes i dones s'ha igualat molt en tots els aspectes, però en el tema dels esports és molt destacable. Actualment les classes d'Educació Física són iguals pels nins que per les nines, se'ls hi demana els mateixos requisits a ambdós sexes. A més, hi ha que destacar que les classes es fan conjuntes on hi ha nins i nines i no com abans on es feien per separat.

Finalment, dir que tal i com deia Bernardo Marín Fernández, està demostrat que el cos de la dona i el del home són completament diferents, i que per tant els límits de cada un són distints. Per tant a l'hora de demanar marques i rècords el de les dones sempre és una mica més baix que el dels homes per causes del cos i del organisme de cada un.

### **Formació del professorat.**

Durant els dos punts anteriors s'ha anat fent referència a alguns punts sobre la formació del professorat.

Com bé s'ha dit, en temps antic no hi havia cap tipus de formació, simplement el que tenia més poder era el que comanava i s'havien de complir les ordres que donava. Però amb el pas dels anys l'Educació Física va agafant valor i és especialment a finals del segle XIX quan es comença a parlar d'una formació pels professors d'aquesta assignatura.

En primer lloc parlaré d'una llei que està escrita al llibre de Betancor i Vilanou. Aquesta llei, data del 1883, com bé s'ha dit finals del segle XIX. És en aquest any quan es crea l'Escola

Central de Professors i Professores de Gimnàstica a Madrid, escola de la qual ja s'havia parlat. Durant la redacció d'aquesta llei al llibre d'aquests dos autors, es ressalten els 8 articles més importants d'ella. Això és el que diu cada un:

1. Anunci de la creació de l'escola.
2. Es comenta que s'impartirà una ensenyança teòrica, on s'aprendran diferents aspectes sobre la matèria, i una ensenyança pràctica, que serà el que després es durà a terme amb els alumnes.
3. El director haurà de ser professor dels professors, de forma que pugui donar exemple.
4. L'ensenyança de les professores serà duta a terme per una mestra, que haurà de seguir els mateixos passos que els homes.
5. El rei (Alfons XII) haurà de fer un reglament, per a que tots siguin educats per igual.
6. Quan els professors es treguin es títol, se'ls hi assignarà una escola determinada.
7. El govern ha de procurar que disposin de tot el necessari per poder impartir les classes.
8. Hauran de fer pràctiques a una escola elemental.

Aquesta llei va ser redactada per Alfons XII.

Altres aspectes que s'han de destacar sobre el professorat abans d'arribar a l'actualitat, és que segons Carlos González Arévalo, Teresa Lleixà Arribas i companyia, al seu llibre "*Educación Física. Complementos de formación disciplinar*", parlen que al any 1981 ja es fan tres distincions diferents del professorat d'Educació Física, referent a estudis universitaris. Aquestes són les tres diferents carreres que proposen:

- Llicenciatura d'Educació Física (1981).
- Llicenciatura en Ciències de l'activitat física i l'esport (1997).
- Grau en Ciències de l'activitat física i l'esport (2009).

Actualment, és conegut que per la formació del professorat d'Educació Física per Educació Primària, s'ha de fer el Grau en Educació Primària, on únicament es cursen dues assignatures d'un quadrimestre. A més, si vols tenir un poc més d'especialització, pot agafar la menció en Educació Física on s'impartiran una assignatura d'un quadrimestre i una altra de mig quadrimestre. Per tant, es pensa per experts que aquesta formació no és suficient. Pensen això, ja que aquest és el pla que es duu des de que s'ha implantat en Pla Bolonya. Abans hi havia una especialització i els mestres sortien millor preparats que abans, ja que les assignatures eren més llargues i es podia veure molta més matèria que actualment.

Per altra banda, per ser mestre d'Educació Física en nivells més alts, s'ha de matricular en INEF, de la qual s'ha parlat al punt d'evolució de l'E.F.

Tota aquesta informació serà analitzada al punt següent, on es mirarà si és suficient o no la formació que reben actualment els mestres d'Educació Física de Primària o és insuficient. A més es faran una sèrie d'enquestes a diferent tipus de professorat. S'observarà com ha arribat fins el seu lloc de feina, quins valors segueix i què va estudiar en el seu moment, d'aquesta forma observarem els canvis que hagi pogut tenir la formació dels mestres al llarg dels anys.



## Marc pràctic

### Anàlisi del punt anterior.

Fent referència a l'apartat anterior, a continuació a partir d'altres experts i amb documents més recents, s'analitzarà la informació comentada.

En primer lloc, cal dir que sobre les èpoques antigues ens hem de quedar amb tot el que ens va aportar Grècia, ja que va fer molts d'avanços per l'esport. A més va crear material i espai on realitzar els esports i va crear diferents categories on algunes eren per competir i altres per lluitar. Un fet molt important que hem de destacar d'aquests segles és la creació dels Jocs Olímpics. També s'ha de remarcar l'organització que mostraven davant una situació com aquesta.

Aquest darrer fet no va ser igual durant l'època romana, ja que es va perdre tota l'organització que tenien i únicament s'entrenaven als homes per la lluita i per conquerir territoris. A més, el culte al cos no era gens important durant aquests segles.

Durant l'Edat Mitjana, l'església es va ficar molt en el tema dels esports i va perdre tota la importància que tenia.

Seguit, amb l'arribada del Renaixement, torna l'organització i trobem un gran nombre d'autors que donen idees i punts de vista diferents en referència al tema de l'esport i de l'Educació Física.

Quan ens fem dins els segles XIX, XX i XIX, les coses comencen a canviar i ja es parla d'Educació Física. Durant aquests segles surten les primeres escoles de formació de mestres i finalment es pren com a matèria obligatòria.

Un article que certifica moltes de les coses a les quals es fan referència al punt anterior és la revista *apunts*, on segons Xavier Torredadella, Javier Olivera i Mireia M. Bou (2015) van fer un estudi sobre l'origen i institucionalització de l'associacionisme gimnasticoesportiu a Espanya al segle XIX. En aquest estudi, es comenta la importància que va tomant la matèria durant el segle XIX i XX. Especialment fa referència a les associacions dels esports competitiu, però en moltes ocasions parla de l'Educació Física i comenta que a partir d'aquests moments és una matèria on l'Estat hi té a veure i pren moltes decisions sobre ella.

Tal i com s'havia comentat al punt anterior on a partir de l'any 1800 es comencen a crear les primeres escoles de formació, cosa que també es reflexa durant aquest article.

Actualment en l'Educació Física es centra molt l'atenció a que els alumnes tinguin una vida activa i saludable. Per fer referència en aquest punt, m'he centrat en un article publicat per la revista *apunts*, que està escrit per Hernando i companyia (2015) on es parla de la importància de prendre uns hàbits saludables en l'assignatura. Per dur a terme aquest tema, van fer un estudi on educaven als nins mitjançant el joc i la seva metodologia es basava en investigar i actuar. A més d'actuar, van fer un qüestionari i després van observar els resultats que havien obtingut amb aquest projecte. Es va observar que els alumnes si aprenen amb un alt nivell de motivació s'aconsegueixen uns resultats molt més positius i favorables que si ho fan sense interès. Tot el que es va intentar dur a terme amb aquest projecte va ser:

- Situació d'aprenentatge
- Reptes
- Emocions
- Cooperació
- Personalització
- TIC
- Ludificació
- Preguntes

A més els alumnes d'aquesta forma, fent el qüestionari, es podien anar valorant i sabent en què fallaven i poder anar millorant. Un pic realitzaven la sessió ells mateixos s'auto-avaluaven.

Per tant, aquest estudi és un exemple més de que actualment fer prendre consciència als alumnes dels hàbits saludables és un punt del dia. Cosa que es va marcar al marc teòric on s'intenta educar als nins en un ambient de vida activa i alimentació saludable.

Un altre punt a comentar sobre el marc teòric és el canvi del rol del professor durant els darrers anys (a les entrevistes es pot observar més informació d'aquest punt). Per aquest tema, he comparat el que hi ha al punt anterior amb el llibre escrit per Jordán i companyia (2012), on comenta les competències que ha de tenir un bon professor d'Educació Física al segle XXI, ja que s'ha passat de la figura de mestre que dirigeix i ordena a un mestre que guia i ajuda.

Per tant, tal i com es comenta al llibre citat, actualment un mestre ha de tenir en compte que cada classe és diferent i que per tant s'ha de saber adaptar a cada una. Per això ha de tenir en compte:

- Els valors que té aquell determinat grup d'alumnes i el nivell sociocultural. De forma que si ha de proposar alguna activitat sàpiga fins a on pot arribar.
- Ha de tenir present en tot moment el currículum establert per la seva comunitat.
- Especial interès i atenció a la diversitat de l'alumnat.
- Tenir una bona formació i una bona base acadèmica.
- Ha de ser empàtic, reflexiu, personal i ètic.
- Ha de ser progressiu i adaptar les activitats al nivell dels infants.
- Fomentar la cooperació entre els companys

Tots aquests punts es proposen al llibre. A més, també es comenta que el professorat actual ha de saber animar en tot moment als seus alumnes i motivar-los en el moment que alguna activitat no els hi surti. També, un altre aspecte a tenir en compte, és que sigui un mestre on faci aconseguir els objectius proposats de diferents formes, és a dir, adaptades al diferent alumnat que hi hagi. Es comenta, que ha de aprendre dels errors que comet i solventar-los quant antes. Finalment dir, que ha d'estar en formació continua per poder progressar i actuar davant noves situacions.

Aquest és el tipus de professorat que s'ha d'aconseguir en el segle XXI, que com es pot observar és completament diferent al que hi ha hagut en els segles anteriors, ja que la figura de mestre era una figura de directiva i poc compassiva.

### **Educació Formal, Educació no Formal, Educació Informal.**

Per entendre bé aquest punt, convé fer una breu definició sobre què són cada un d'aquests tres termes. Segons Maria Barreiro (2000), aquestes són les definicions que proposa al seu article:

- *Educació Formal* → És aquella formació que té uns objectius, una duració i diferents suports. És a dir, és l'educació que es fa a una escola o centre de formació i que té un temari estructurat. A més és un aprenentatge intencional per part del nin o adult.
- *Educació no Formal* → L'educació no formal, la podríem situar entre les altres dues, ja que té semblances amb cada una d'elles. Aquest tipus d'educació té també uns

objectius, una duració i uns suports, la diferència amb l'anterior és que no es duu a terme en un centre de formació. Hi ha que dir que aquest aprenentatge és intencional per part de l'alumne.

- *Educació Informal* → Aquest tipus d'educació no té objectius ni un programa estructurat com les anteriors. Per tant, s'aprèn mitjançant les experiències, sigui a la família, temps d'oci, a la feina... És un aprenentatge que dura tota la vida i que no és intencionat per part de "l'alumne".

Durant aquest punt, es certificarà que l'Educació Física també entra dins l'Educació Formal, ja que hi ha molta gent que la classifica dins l'Educació no Formal. Això es deu, a que es pensen que en aquesta matèria no es treballen continguts i que no es pretenen aconseguir objectius, simplement és una matèria per a que els nins s'esplaiïn.

Per tant, l'objectiu d'aquest apartat, és donar a conèixer els motius pels quals l'Educació Física també és una Educació Formal i perquè.

A part de les definicions anteriors, a l'article d'Emilio Marenales (1996), ens donen a conèixer que aquests tres termes són pràcticament recents, ja que abans el terme d'educació es rebia majoritàriament en les famílies, o bé en institucions privades com centres religiosos, o diferents escoles.

Comenta l'autor que actualment el poder de l'Educació Formal el té l'Estat i que aquest concepte s'ha de dur a terme a totes les escoles, de forma que es puguin complir les necessitats de la societat. El paper que l'Estat li encarrega a l'escola amb aquest tipus d'educació, és que ensenyi a l'alumnat a "Aprendre a ser". A més a d'intentar que l'alumnat tingui uns valors, que es culturalitzi i que es vagi renovant a mesura que van sorgint canvis. En aquest tipus d'educació imparteixen les classes experts de l'aprenentatge i de l'ensenyament.

Seguit parla de l'Educació no Formal, on comenta que el paper d'aquest tipus d'educació és difícil d'explicar, perquè el seu nom pareix que nega molts d'aspectes que conté. En moltes ocasions la coneixem com una educació extraescolar. D'aquesta forma la gent no la confon amb l'anterior. La funció d'aquest model d'aprenentatge és que va dirigida a qualsevol alumnat (infantil o adult), que es fa de forma voluntària, però que té uns objectius i continguts marcats al igual que l'anterior. A més, també es diferencia de la formal, ja que aquesta no té perquè ser dins un recinte escolar. L'autor d'aquest article fica l'Educació

Física dins aquest tipus d'educació, ja que diu que és un complement de les matèries realment importants de l'escola. També esmenta altres característiques com que els objectius que es plantegen són a curt termini, que l'educació de l'alumnat no és integral i una darrera cosa que destaca i diferència de la formal, és que els professionals que imparteixen aquest tipus de educació no són experts de l'ensenyament, sinó que són especialistes d'aquella pròpia matèria.

Per acabar comenta què és l'Educació Informal, ja que com bé diu és la més desconeguda. Aquesta és la que es rep a casa, i que per tant és la primera educació que rebem com a persones. Tot i que sembli que no és important, és una educació fonamental, ja que s'aprenen coses que no es poden aprendre a l'escola. A més, esmenta que abans quasi tota la formació i aprenentatges es feien a casa i que molt poques persones anaven a l'escola. Això a mesura que ha anat passant el temps ha canviat i ara l'Educació Formal és obligatòria, però aquesta no ha de perdre el seu pes que també ho té. Finalment, diu que aquesta està relacionada en moltes ocasions amb l'Educació Formal, ja que la família i l'escola actualment han de tenir un bon vincle per el bé de l'alumnat.

Com es pot observar hi ha una diferència entre els dos autors citats, ja que la primera autora comenta que tota matèria que es fa a l'escola i que disposa d'uns objectius, continguts i un currículum es pròpia de l'Educació Formal. En canvi, el segon autor, comenta que l'Educació Física és matèria de l'Educació no Formal. Això es deu a que el segon article és de fa més anys i actualment les coses han canviat i l'Educació Física disposa del seu propi currículum on hi ha marcats uns objectius, continguts i criteris d'avaluació que s'han de seguir i aconseguir durant l'etapa escolar.

Per tant com a conclusió final d'aquest punt, el que podria dir, és que no fa molt de temps l'Educació Física no estava molt valorada, i tot i que actualment encara no té el valor que es mereix, al manco ja està integrada com una matèria més amb els mateixos drets que les altres i poc a poc va agafant la força d'alguna d'ells. Tot això succeeix, a causa que s'han donat compte de tot el que es pot treballar en aquesta assignatura i li han anat donant importància.

## Entrevistes amb diferents mestres.

Per fer referència a aquest punt, el que vaig fer, va ser fer diferents entrevistes a professorat de 4 instituts de Palma. El meu objectiu era trobar un mestre que estigués exercint la professió sense tenir una formació prèvia. Però a l'any 1993, això ja no era possible i tots es van haver de formar. De totes maneres vaig fer l'entrevista, per si hi havia algun cas.

Aquestes són les preguntes que vaig plantejar:

1. Per què va triar impartir classes de l'assignatura d'Educació Física?
2. Fa alguna feina més a l'escola a part d'Educació Física?
3. Quants d'anys fa que imparteix Educació Física?
4. En quina facultat o Institut d'Educació Física va cursar els seus estudis universitaris?
5. Si no és així... Com va arribar a impartir les classes?
6. Quines diferències pot observar entre l'Educació Física de l'EGB i l'actual?
7. Quines diferències pot observar entre les tres darreres lleis d'Educació LOE, LOGSE, LOMQE?
8. Quins aspectes positius podries destacar de cada una?
9. I quins aspectes negatius destacaria de cada una?
10. Pensa que l'Educació Física està ben valorada a la nostra societat? Per què?
11. Com creu que podríem fer per a què tingués el valor que es mereix?
12. Pensa que l'Educació Física té beneficis? Quins destacaria?
13. Quines característiques creu que ha de tenir un bon mestre d'Educació Física?
14. Quina actitud pensa que hauria de tenir l'alumnat enfront una assignatura com aquesta?
15. Pensa que es dediquen les hores suficients a l'assignatura? Si no és així... quant de temps li dedicaria i per què?
16. Creu que actualment l'alumnat dedica poques hores a fer exercici?
17. L'Educació Física pot ajudar a conscienciar de la importància de tenir una vida activa?
18. Quin consell donaria als seus alumnes per tenir una vida activa.

A continuació es parlarà sobre cada pregunta i de les conclusions que s'extreuen de cada una d'elles.

En primer lloc, s'han distingit dos grups clarament a l'hora de contestar. El primer grup que destacaria, és aquell que comenta que ha triat impartir classes per l'amor cap a l'esport i cap a l'activitat física. A més diuen que té moltes possibilitats educatives i que els hi agrada dur-

ho a terme. En canvi hi ha altres professors que han contestat que ho feren per que pensaven que era la millor sortida i la més assequible per la carrera que havien fet.

A la segona pregunta, només hi ha hagut dos professors que han contestat que no fan cap feina més a part de impartir classes d'Educació Física. Els altres entrevistats, si que fan alguna tasca més a l'escola. Com és el cas de manteniment d'habitatge en dos casos, cap de departament, secretari...

A la pregunta tres cada resposta és variada, però aquesta ens ajudarà a comprendre alguna de les respostes següents.

La següent pregunta té tres respostes: INEFC a Barcelona, a Madrid o a Lleida.

La pregunta cinc, no ha estat contestada per cap mestre, ja que des de l'any 1993 la formació per a tots els mestres es va fer obligatòria i per tant, tots els mestres que hi ha actualment exercint la professió estan llicenciats.

A la sisena pregunta hi ha una gran varietat de respostes i de diferents pensaments. Es destaquen nombroses opinions, com és que abans les classes eren més directives (el mestre tenia més protagonisme) i tot estava per tant molt més dirigit, cosa que actualment el protagonisme el tenen els alumnes i no es posen tantes directrius com abans. A més hi alguns que destaquen que l'alumnat ha canviat i que a causa d'això fa que les classes i la forma d'ensenyament canviï també, cosa que neguen alguns mestres que diuen que no hi ha diferències entre l'EGB i l'Educació Primària. Finalment, hi ha altres professors que diuen que el que especialment s'ha modificat és que actualment es compta amb una programació més variada on es tracten més temes i tot tipus d'activitat física.

Seguit, a la pregunta set, vuit i nou, vaig demanar per les tres darreres lleis d'educació (LOGSE, LOE, LOMQE). Les respostes a aquestes tres preguntes són pràcticament insignificants, en molts de casos han preferit no contestar, o bé per estar en desacord amb les lleis o bé per desconexió cap a elles. En el cas dels mestres que han contestat, les respostes són molt semblants i tots tenen la mateixa queixa, diuen que cada pic estan més allunyades de la realitat. Només un mestre de tots els entrevistats ha destacat com aspecte positiu de la LOGSE que es va començar a investigar sobre l'atenció a la diversitat i de la LOE que es van disminuir les ràtios, en canvi de la LOGSE no ha destacat cap aspecte. Aquestes són les conclusions que es poden extreure de les preguntes set, vuit i nou, on molts

de mestres no estan assabentats de les lleis d'educació, però es queixen de com s'estan fent les coses.

La pregunta deu m'interessava molt saber l'opinió de diferents mestres d'Educació Física, ja que a la proposta de millora es parlarà sobre com es veu la matèria en la nostra societat actual, per observar en quin punt es troba i comparar-lo a com es trobava feia uns anys. Per tant vaig començar per demanar a diversos professionals de l'assignatura. Així que en aquesta pregunta tots van contestar i no va passar el mateix que a les preguntes anteriors. Es pot observar pràcticament una resposta única, on tots diuen que no està ben valorada i que molta gent pensa que està per omplir el currículum. A més altres aspectes que es comenten a part d'aquests, són alguns com que és una matèria imprescindible i que no només ofereix beneficis a nivell físic, sinó que també ho fa a nivell mental, social... i que són aspectes on a altres matèries no se'ls hi dóna tanta importància i a Educació Física sí. Altres pensen que molts de problemes que presenten actualment les persones, podrien solucionar-se amb més exercici físic enlloc de prendre tants de medicaments.

A la pregunta onze els mestres s'han expressat amb bastanta claredat, un d'ells comenta que la tasca de fer canviar el pensament sobre la matèria, ha de començar pels docents, donant a conèixer als seus alumnes els objectius que es pretenen aconseguir amb l'assignatura i que no juguen per jugar o corren per córrer, sinó que tot això es fa amb un fonament i amb uns propòsits. Hi ha dos professors que consideren que s'haurien d'augmentar el nombre d'hores, ja que té molts d'aspectes positius que es poden treballar dins l'assignatura i que dins l'aula no es poden dur a terme. A més també esmenten la possibilitat d'incorporar la matèria a segon de batxiller, ja que els aniria bé per desenvolupar la seva ment. Finalment, una altra cosa que es comenta és la comunicació amb la família i fer-los saber què fem a Educació Física i per què és important.

La pregunta dotze sens dubte tots han contestat que té molts de beneficis l'assignatura, entre ells han destacat que pot a millorar la nostra qualitat de vida, que ens ajuda a adquirir uns hàbits saludables, el que ens duu a un benestar físic i mental, a més fent exercicis en grups treballem la socialització. També comenten que actualment s'està treballant molt el tema del sedentarisme, on s'intenta conscienciar a l'alumnat de la importància d'una vida activa. Des de petits es treballa amb el cos per a que tinguin domini sobre ell. Finalment hi ha un mestre que comenta els beneficis que pot arribar a tenir el fet de fer exercici, que pot prevenir malalties com l'obesitat, infermetats cardiovasculars, diabetis...



A la pregunta tretze el terme que més destaca a quasi totes les entrevistes és l'empatia, tots pensen que per ser un bon mestre és necessari tenir empatia i saber col·locar-nos al lloc de l'alumne. A més es citen termes com que ha de ser actiu, organitzat, motivador i un bon comunicador, sense deixar de banda i no oblidar-se del rol professor- alumne. I la catorze que va un poc en relació a l'anterior, també es destaca el terme que l'alumnat és necessari que sigui actiu i que tingui una actitud positiva enfront una assignatura com aquesta i no se la prenguin com una matèria sense sentit. A més és important que estiguin motivats per poder aconseguir els objectius que es plantegen.

La pregunta quinze es parla de les hores que dedicarien a l'assignatura i tot i que en la pregunta onze algun mestre ja ho va comentar, tots estan en complet desacord en dedicar-li únicament dues hores setmanals que a pics ni arriba. Altres aportacions que fan a aquesta pregunta, és que opinen que especialment amb els nins petits s'haurien de dedicar més hores. Un altre mestre, considera que hauria de ser necessari dedicar una hora diària, ja que pensa que els alumnes passen massa hores asseguts i és impossible que mantinguin l'atenció tant de temps seguit. La majoria destaquen que dedicarien 3-4 hores setmanals, per poder complir correctament els objectius proposats i fomentar uns hàbits saludables.

A la pregunta nombre setze, quasi tots han contestat que actualment l'alumnat dedica poques hores a l'esport i que hi ha un alt grau de sedentarisme. Actualment es dediquen més hores a fer repàs, estudiar i asseure davant l'ordinador. Hi ha que destacar que un professor ha dit que es dediquen hores suficients i que la majoria de l'alumnat fa algun esport.

A la penúltima pregunta tots els professors han contestat que si, que és un dels objectius de la matèria i que clarament ha de servir per fomentar una vida activa als alumnes.

Finalment, a la darrera pregunta d'aquesta entrevista els consells que es donen, són els següents:

- Incorporar l'activitat física a la seva vida.
- Cercar algun esport o exercici físic que els motivi.
- Que es desplacin caminant.
- Evitar el sedentarisme.

Una altra entrevista que vaig fer per aquest punt és al professor Pere Antoni Borràs, per poder comparar diferents plans d'estudi i tenir més informació sobre certs aspectes del

treball. Aquestes van ser les preguntes que li vaig fer (l'entrevista està completa als annexes i ara simplement es faran unes reflexions finals):

1. Per què va triar impartir classes d'Educació Física?
2. Quina diferència veu (en la matèria d'Educació Física) entre les tres darreres lleis d'Educació LOE, LOMCE i LOMQE?
3. Quina té més aspectes positius per l'assignatura? Per què?
4. I quina en té menys? Per què?
5. Coneix algun mestre d'Educació Primària o Secundària que arribés a impartir classes sense tenir una formació prèvia?
6. Si és així... De quin any parlem? Com pot ser que es donés aquest fet?
7. Quines diferències pot observar entre el professorat d'Educació Física dels anys 60 a l'actual?
8. Quines diferències pot observar entre l'alumnat durant l'Educació Física dels anys 60 a l'actual?
9. Creus que la matèria ha anat progressant?
10. Quina diferència hi ha en relació a l'Educació Física en els diferents plans universitaris en els quals ha impartit classes? Comenta cada un d'ells.
11. Les hores cada pic en relació a l'assignatura augmenten o disminueixen?
12. A què creu que es deu l'augment o reducció d'hores?
13. Pensa que l'Educació Física està ben valorada a la nostra societat? Per què?
14. Com creu que podríem fer per donar-li el valor que es mereix?
15. Pensa que l'Educació Física té beneficis? Quins destacaria?
16. I inconvenients?

Les reflexions que s'extreuen d'aquesta entrevista, és que segons ell no hi ha moltes diferències entre les tres darreres lleis d'educació, simplement el que ressaltaria seria que cada pic s'ha anat incrementant el concepte de salut. També remarca que l'actual llei d'educació és la que té més beneficis per l'assignatura i que segons el seu punt de vista la que en tenia menys va ser la LOE, a causa de la poca importància que se li va donar especialment al primer cicle.

Altre aspecte que li vaig demanar, va ser pels mestres que antigament accedien a l'educació sense una formació prèvia. Em va contestar que actualment ja no hi ha cap mestre sense formació, ja que a l'any 1993 es va fer obligatòria i no es podia fer classes sense tenir la

llicenciatura. Però que a temps antic hi va haver casos on el mestre accedia a impartir Educació Física sense uns aprenentatges previs.

Sobre el perfil d'alumne i professor dels anys 60 fins l'actualitat, el que comenta és que abans el professor educava especialment al voltant dels esports i actualment és una educació més global on no ens centrem únicament en els esports. Quant a l'alumnat, abans es centraven més en el físic, actualment s'usa l'E.F. per integrar als alumnes al seu entorn i desenvolupar les seves capacitats motrius.

Una altra pregunta que m'interessava era la diferència entre els diferents plans d'estudi universitaris en els quals havia impartit classe, i el que comenta és que en el pla del 93 l'assignatura tenia 40 crèdits, al pla del 2002 van pujar a 80 crèdits, ja que es va convertir en una especialització i actualment en el nou pla s'han reduït molt i han quedat en 30 crèdits i ja no hi ha especialització.

Finalment, es parla de la importància de l'assignatura, pensa que té un pes molt important, però que a pics la mateixa escola no li dona el paper que es mereix. Les famílies haurien de col·laborar un poc més i saber tots els beneficis que pot tenir i el que aprenen els seus fills amb aquesta assignatura.

## Proposta de millora.

### **Beneficis de l'Educació Física.**

L'Educació Física té molts de beneficis, i no només a nivell físic com moltes persones pensem, sinó que va més enllà. A més, segons la Organització Mundial de la Salut (OMS), la salut no és la simple absència d'infermetats, sinó que suposa el benestar físic, mental i social.

Aquestes tres pautes que dona la OMS per estar bé, són les que es poden complir i les que es poden dur a terme a l'assignatura d'Educació Física. A continuació aferraré un quadre, on es podran observar alguns dels beneficis que ens pot aportar i a quin nivell fan referència, és a dir, si ho fan a nivell físic, mental o social.

<u>Nivell</u>	<u>Benefici</u>
<b>Físic</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Preveu l'obesitat</li><li>• Augmenten les habilitats motrius bàsiques: força, resistència, velocitat i flexibilitat.</li><li>• Ajuda a millorar la nostra respiració i a que els nostres músculs respiratoris ho facin millor.</li><li>• Afavoreix el creixement. I més en aquestes edats de primària, on el creixement és molt important.</li><li>• Fa que la musculatura es desenvolupi de millor manera.</li><li>• La freqüència cardíaca disminuirà estant en repòs.</li><li>• Augmenta la capacitat vital.</li><li>• Evita l'osteoporosi.</li></ul>
<b>Mental</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Millora els reflexes.</li><li>• Augmenta la coordinació.</li><li>• Tenim sensació de benestar.</li><li>• Elimina l'estrès.</li><li>• Regula la son.</li><li>• Evita el insomni.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Té efectes tranquil·litzants.</li> </ul>
<b>Social</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomenta la participació.</li> <li>• Ajuda a que els nins tinguin més iniciativa.</li> <li>• Amb els jocs fem disminuir l'agressivitat.</li> <li>• Fem que els nins tinguin autocontrol.</li> <li>• Es treballa en moltes ocasions en grup, i ajuda a tenir aquest sentiment de classe unida.</li> <li>• Els jocs que fem ajuden a superar les derrotes i enfrontar-se a aquestes situacions.</li> <li>• És una assignatura on hem de respectar unes normes. A més a l'hora de fer les activitats, cada una té les seves pròpies normes i també les han de saber acceptar.</li> <li>• Afavoreix la nostra imatge corporal.</li> <li>• Amb l'ajuda dels companys i del mestre millora la nostra autoestima.</li> </ul>

En aquest quadre es poden observar moltes facultats que es poden aconseguir en aquesta assignatura i que no es poden dur a terme dins l'aula. Per tant, un cop més observem que la impartició d'aquesta matèria té molts de beneficis que les persones a simple vista no ho veuen, però que si investiguem un poc es poden donar a conèixer.

Crec que és necessari que el professorat d'aquesta assignatura, faci saber tot el que ens pot aportar i que d'aquesta forma es llevin els prejudicis de que és una matèria per omplir currículum, com s'ha dit a vegades o bé que és una assignatura per esplaiar-se de les realment importants.

Com a conclusió a aquest punt diria que, com s'ha pogut veure, té moltes coses bones que aportar als nostres alumnes i que els hi hem de fer saber a la societat. D'aquesta forma poc a poc anirem canviant el pensament de la gent i observaran que és una matèria necessària per als nostres alumnes i pels seus fills.

## ✚ Valors que aporta l'assignatura.

En aquest segon punt, es donaran més motius pels quals és bona l'Educació Física i per tant li hem de donar el valor que realment es mereix. A part de tenir beneficis, els quals s'han esmentat al punt anterior, aporta una sèrie de valors que no es poden aconseguir a altres assignatures.

Segons Pablo Jesús González Peña i Maria Carmen del Valle Lorenzo, aquesta assignatura aporta valors i segons l'etapa educativa tenen una funció o una altra, és a dir, segons el cicle en el que estiguem treballant es faran amb un objectiu o amb un altre.

Aquests dos autors, proposen:

- Al primer cicle → Els valors es treballaran per a que els alumnes acceptin les normes i regles de l'assignatura i com es durà a terme les classes. En aquesta etapa han d'assumir els rols i normes que se'ls proposen.
- Al segon cicle → En aquest cicle es tracta d'identificar els valors. En aquesta etapa els alumnes han de començar a saber el que està malament i el que està bé. Per tant, se'ls dóna un poc més de llibertat en les classes que al primer cicle.
- Al tercer cicle → Aquesta és una etapa important, ja que es tracta de donar convicció a tot el que han pogut aprendre i que sàpiguen per què hem ensenyat totes les coses i li trobin una utilitat per a la seva vida.

A continuació, faré una taula amb els valors que segons els dos autors anteriors ens pot arribar a aportar:

Valors	Motius
<b>Responsabilitat</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Acceptar el que ha fet.</li><li>• Ser conseqüent amb els seus actes.</li><li>• Ser conscient del que ha fet.</li><li>• A l'hora de dur el material necessari per la classe (camiseta, desodorant o altres tipus de material).</li><li>• A l'hora d'usar el material de la classe.</li></ul>

<p><b>Sinceritat</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitar les mentires.</li> <li>• Fomentar el diàleg. Entre professor- alumne i alumne- alumne.</li> <li>• Donar molta importància a les seves valoracions sobre la sessió realitzada. De forma que vegin que és important ser sincers, ja que ajuda al mestre a corregir les errades que hagi pogut tenir.</li> <li>• A més, és un valor molt important i que s'ha de fomentar des d' el principi, ja que ens servirà per dur a terme millor els jocs i que hi hagi menys problemes.</li> </ul>
<p><b>Respecte</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respecte cap al professor.</li> <li>• També a la resta de companys. És un valor molt important, ja que és una matèria on en moltes ocasions hi ha un alumnat molt divers i els hi hem de fer veure des de petits que a uns se'ns dóna millor una activitat i altres una altra. Per tant és un valor a tenir molt en compte.</li> </ul>
<p><b>Ordre</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tenir el material ben col·locat i que els alumnes després d'emprar-ho ho col·loquin on estava.</li> <li>• Que hi hagi bon clima i ambient dins la classe.</li> <li>• Evitar que es molestin entre ells o molestin a les altres classes que estan dins l'aula.</li> </ul>
<p><b>Tolerància</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• És molt important dins l'aula d'Educació Física, ja que hem d'evitar que hi hagi comentaris ofensius cap una persona d'una ètnia, raça o religió diferent.</li> <li>• Amb aquesta assignatura hem d'ajudar als nostres alumnes a viure en un món intercultural.</li> <li>• Per dur a terme aquesta tasca, farem en moltes ocasions grups heterogenis.</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>Solidaritat</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tal i com s'ha comentat abans, hi ha alumnes que tenen més dificultat per realitzar algunes activitats. Per aquest motiu intentarem inculcar el valor de la solidaritat, ja que així els alumnes més hàbils puguin ajudar als que ho són manco.</li> <li>• D'aquesta forma, treballarem en grup i fomentem la solidaritat i ajuda entre companys.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Cooperació</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajudar-se entre companys. Aniria un poc lligat al valor anterior.</li> <li>• Es tracta de donar ajuda, de col·laborar i donar consells als companys per arribar tots junts a un mateix objectiu.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Humilitat</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• És un valor molt important en aquesta matèria. Es tracta d'assumir el que se'ns presenta i no posar problemes.</li> <li>• A més, hem de saber acceptar les nostres virtuts però especialment els nostres defectes i hem de ser humils amb els nostres companys.</li> <li>• Hem de conèixer les nostres limitacions.</li> <li>• El mestre té una funció molt important i és que ha de pujar l'autoestima dels seus alumnes. D'aquesta forma ajudarà a que ells siguin més humils.</li> </ul>

Aquests són els valors que podem treballar a l'assignatura d'Educació Física. Tot i que hem podem trobar molts més, aquests serien els que destacaria per damunt els altres. Per tant és una tasca molt important per part dels mestres donar a conèixer aquests valors, transmetre als alumnes la importància d'aquests i fer que es compleixin. El mestre té un paper realment important dins aquesta assignatura, ja que tot i que a vegades siguin els alumnes els que descobreixen les coses, ell ha de donar sempre un feed-back als alumnes per a que aquests puguin aprendre el que han de treure d'aquella activitat.



## Conclusions del futur mestre.

Com a conclusió a aquest punt, vaig fer una entrevista a companys que han realitzat la menció d'Educació Física i els hi vaig fer una sèrie de preguntes per observar com han vist l'assignatura, els canvis que farien i les coses positives que podem treure. Aquestes van ser les preguntes que els hi vaig fer:

1. Per què vares triar aquesta menció?
2. Penses que s'ha donat una bona formació respecte a l'assignatura d'Educació Física? Per què?
3. Creus que la menció ha servit per ampliar els teus coneixements damunt la matèria? Consideres que han estat suficients o han quedat molt reduïts (en relació a la menció)?
4. Trobes que el professorat antic (que sortia amb especialització) estava millor format que nosaltres? Per què?
5. Consideres suficients les hores teòriques i pràctiques que s'han donat a Educació Física (en relació a totes les assignatures, obligatòries i optatives)?
6. Penses que és una matèria important dins l'escola? Per què?
7. Que poden aprendre els alumnes amb aquesta assignatura?
8. Ara que estàs en període de pràctiques... Hi ha molta diferència entre la teoria estudiada i la pràctica?
9. Quines diferències o similituds destacades?
10. Entre els tres períodes de pràctiques que hem fet, has vist alguna diferència entre les formes de fer Educació Física en una escola o en una altra?
11. Quins aspectes positius destacades del teu tutor de pràctiques?
12. Què és el que canviaries?
13. Penses que l'Educació Física ha anat evolucionant en relació a la nostra època?
14. Quins objectius t'agradaria aconseguir com a futur mestre d'Educació Física?
15. Creus que hem de fomentar la vida activa i alimentació saludable a Educació Física? Ho faries a alguna matèria més? Per què?

I aquestes són les conclusions que he tret de les entrevistes fetes:

A la primera pregunta, la majoria de companys van contestar que era per passió cap a l'esport. Excepte dues persones que van dir que a part de que els hi agradés l'esport, una va ser per què d' entre les opcions que hi havia pensava que era la que més li agradava i l'altra

perquè volia entrar a INEF però no li va bastar la nota i va pensar que l'opció més semblat era triar aquesta via.

A la segona pregunta, hi ha hagut més similitud a l'hora de contestar, ja que tots pensen que hi ha hagut molta teoria i poca pràctica i que a les assignatures de menció es pretenia donar molta informació en un breu període de temps.

A la tercer pregunta, fan un poc de referència a la pregunta anterior i comenten que l'assignatura de tercer és un poc més completa que la de quart. Ja que en aquesta darrera tan sols disposem d'un mes i mig i els continguts es veuen ràpidament i molt reduïts.

A la pregunta quatre hi ha una resposta unànime, tots pensen que el professorat que abans era especialista en Educació Física sortia molt més format que actualment, ja que dedicaven més hores a la formació d'aquesta assignatura.

A la pregunta cinc, tots pensen que les assignatures que vam fer tots, les hores són suficients, però en canvi les assignatures que hem fet de menció, especialment la darrera, han resultat massa curtes i amb molta matèria per donar. A més les pràctiques són poques hores.

A la sisena pregunta, tots pensen que és una matèria imprescindible i que tal i com he pogut redactar a les meves conclusions, actualment no se li dóna el paper que es mereix. Un company comenta per què pensa que és important entre el que destaca els beneficis que ens pot aportar a nivell físic, mental i social, que és el mateix que he esmentat anteriorment.

A la setena pregunta els termes que han sortir són: autosuperar-se, cooperar, ajudar-se, desenvolupar habilitats motrius, orientació espacial i temporal, capacitats físiques bàsiques...

A la pregunta següent hi ha hagut pensaments diversos, ja que hi ha companys que pensen que no hi ha diferència entre el que ens han explicat a la teoria i el que experimenten i d'altres que pensen que si hi ha diferència.

A la pregunta nou vaig demanar les similituds i diferències que hi pot haver i la majoria han dit que molts dels seus tutors no fan la part inicial i final en referència amb l'objectiu de la sessió. Sinó que simplement escalfen o tornen a la calma. Les similituds, és que tots divideixen la sessió en les tres parts que ens han ensenyat.

La pregunta deu hi ha hagut companys com també és el meu cas on no podem comparar, ja que només hem gaudit de sessions d'Educació Física en el darrer practicum. Els que si que han pogut veure diferències han dit, que han tingut des de mestres molt tradicionals a d'altres on els nins experimenten amb el joc lliure.

A la pregunta onze, els aspectes positius que han pogut destacar dels seus tutors són: organització, donar molts de feedbacks als alumnes, diversitat de recursos, bona metodologia, apassionat per la seva tasca, constantment en formació, motivador, dona peu a la llibertat d'expressió...

La pregunta dotze, en un cas ha dit que la seva tutora feia la mateixa unitat didàctica a tots els cursos, canviant el nivell de dificultat, això per ella és negatiu, ja que pots arribar a avorrir el tema. Altres aspectes que han destacat són l'estricta que pot ser amb l'ordenació de material i un company va dir que no canviaria res del seu tutor.

A la pregunta tretze hi ha de nou una resposta unànime, tots pensen que tot i que no faci molts d'anys que érem alumnes, l'Educació Física així com la fèiem nosaltres a com es fa ara ha canviat moltíssim.

A la penúltima pregunta, els aspectes que més destaquen són: fomentar una vida activa als alumnes, crear una competitivitat sana, que sàpiguen guanyar i perdre...

A la darrera pregunta, de nou tots pensen que és molt important conscienciar als alumnes dels beneficis que pot tenir fer exercici i menjar saludablement. Pensen que l'Educació Física és una bona matèria per impartir aquests coneixements, però que si altres assignatures col·laboressin tot seria més fàcil i senzill.

Aquestes són les conclusions que he pogut extreure dels qüestionaris que vaig fer. Com es pot observar molts coincideixen en la majoria de respostes.

## Opinió personal i conclusions.

Crec que actualment l'esport està molt ben valorat, però en canvi l'assignatura d'Educació Física no ho està.

Al llarg de tot el treball s'ha pogut observar l'opinió de diferents experts que certifiquen que actualment es dediquen poques hores a l'assignatura i que s'haurien de dedicar més gràcies als beneficis que ens poden aportar.

Penso que la gent creu que és una matèria per omplir currículum i que als pares no els importa si els seus fills no superen els objectius marcats per aquesta assignatura, ja que no li donen gens de valor.

Per tant, al tercer gran punt del meu treball he donat una sèrie de pautes que hauríem de tenir en compte especialment els futurs mestres d'Educació Física i donar-los a conèixer tant als alumnes, com a les famílies d'aquests. D'aquesta forma, crec que aniríem avançant un poc i faríem saber per què és realment important aquesta matèria i per què els mestres li donem aquest valor que ells no poden arribar a entendre.

Com a conclusió al treball, he de dir que es pot observar una gran evolució de la gimnàstica des de l'època dels grecs a l'actual. En un principi, el meu objectiu era centrar-me únicament en aspectes dels anys seixanta endavant, però a l'hora de començar a redactar em vaig donar compte que era molt difícil donar a conèixer alguns termes sense saber la seva procedència. Per aquest motiu vaig decidir remuntar-me a anys tan llunyans per poder fer veure als lectors d'aquest treball la procedència d'algunes de les coses que usem avui en dia i no sabem ni d'on són i per a què ho feien servir.

Finalment, ja per acabar, dir que esper que amb aquest treball es puguin veure les passes per les quals ha passat l'Educació Física, els seus millors moments, els pitjors i com va sortir d'ells i el moment en el que es troba actualment. Crec que tal i com he dit hem de donar a conèixer tot lo bo que ens pot aportar i el que aprenen els nostres nins fent-la. A més es pot veure al treball l'evolució del paper del professorat i la formació de l'alumnat a mesura que ha anat passant el temps.

# Bibliografía i webgrafia

## *Bibliografía*

- Marenales, E. (1996). Educacion formal, no formal e informal, 1–9.
- Metodologías para la mejora de la gestion de centros educativos. (n.d.).
- Pascual, J. G. (1992). EDUCACION FISICA EN ESPAÑA Y Javier Granja Pascual.
- Vargas, a. (1999). Metodología de la Investigación. *Spanta. México*.
- Marín Fernández B. (1996) *Mujer y deporte*. Aspectos diferenciales del hombre y la mujer deportista (21-32). Universitat d'Oviedo. Espanya.
- Almeida Aguiar A. (2004) *Historia social, educación y deporte*. Capitulo 1: Justificación y conceptualización del tema (41-48). Universitat de Les Palmas de Gran Canaria. Espanya.
- Domínguez J.L. (1995) *Reflexiones acerca de la evolución del hecho deportivo*. Capitulo II: La competición y la modalidad como factores determinantes del hecho deportivo (70- 72). Universitat del País Basc. Espanya.
- Betancor León M.A i Vilanou Torrano C. (1995) *Historia de la educación física y del deporte a través de los textos*. Barcelona. Espanya.
- Sampol Palou P. , Ponseti Verdaguer F.J. , Borràs Rotger P.A. i Vidal Conti J. (2007) *Educación Física en el siglo XXI. Nuevas perspectivas. Nuevos retos*. Blocs 1, 2 i 3. Universitat de les Illes Balears. Espanya.
- Chinchilla J.L. i Zagalaz M<sup>a</sup>.L. (2002) *Didáctica de la Educación Física*. Capítols 1 i 2. Alcalá. Madrid
- González Arévalo C., Lleixà Arribas T. i companyia (2010) *Educación Física. Complementos de formación disciplinar*. Capitulo 1: Educación Física: pasado, presente y futuro. Ministerio de Educación. España
- González Arévalo C., Lleixà Arribas T. i companyia (2010) *Educación Física. Investigación, innovación y buenas practicas*. Capitulo 1: Innovación en Educación Física. Ministerio de Educación. España.

- González Arévalo C., Lleixà Arribas T. i companyia (2010) *Didáctica de la Educación Física*. Capitulo 3: Comunicación y aprendizaje en Educación Física. Ministerio de Educación. España.
- Gimeno S., Pérez C. i Vizuet M. (2000) *Educació Física i la seva didàctica*. Capítol 1: Evolució històrica de l'educació física. Universitat Rovira i Virgili. Catalunya. Espanya.
- Devís Devís J. I Peiró Velert C. (1992) *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Pàgines 29-31. INDE. Espanya.
- Anònim. “*La mujer en la dictadura franquista*” (1998).
- Machado Arenós C.M. y Fernández Fuster J.M. “*La mujer en el olimpismo durante la época franquista*”(2015). Pàgines de la 3-7. Universidad de Sevilla y Universidad Pablo de Olavide.
- Contreras Jordán O. i companyia. *Las competencias del profesor de Educación Física* (2012). Capítol 1. Barcelona. España.
- Latorre Román P.A. i Herrador Sánchez J. *Prescripción del ejercicio físico para la salud en la edad escolar* (2003). Capítols 1,2 i 4. Barcelona. España.
- Gimenez Fuentes-Guerra F.J. Sáenz- López P. i Diaz Trillo M. *Educación a través del deporte* (2005). Capítols 1, 2 i 6. Universitat de Huelva. España.
- Torreadella i Flix X, Olivera Betrán J. i Bou M.M. *Origen i institucionalització de l'associacionisme gimnasticoesportiu a Espanya al segle XIX* (2015). Revista apunts.
- A.A.D.D. *Play the game: Ludificació I hàbits saludables en Educació Física* (2015). Revista apunts.

## Webgrafia

- Anònim. “*Galeno*” La enciclopedia biogràfica en línia. [En línia]. [Consulta: 11-04-2015]  
 Disponible en: <http://www.biografiasyvidas.com/biografia/g/galeno.htm>
- Anònim. “*Casa Giocosa*” Odiseo. Revista electrònica de pedagogia. Marzo 2011 [En línia]. [Consulta: 11-04-2015]. Disponible en: <http://www.odiseo.com.mx/bitacora-educativa/2011/02/formacion-humanista-cultura-fisica-pedagogia-italiano-vittorino-rambaldon>

- Barreiro M. “*Aprendizaje formal, no formal e informal*” Comisión Europea. (2000) [En línea]. [Consulta: 18-05-2015] Disponible en: [http://ec.europa.eu/translation/bulletins/puntoycoma/84/pyc841\\_es.htm](http://ec.europa.eu/translation/bulletins/puntoycoma/84/pyc841_es.htm)
- Anònim. “*Salud*”. Definición. De. Sense data [En línea]. [Consulta: 18-06-2015]. Disponible en: <http://definicion.de/salud/>
- Anònim. “*Concepte de salud*” OMS, Organització Mundial de la Salut. Concepto. De. Sense data. [En línea]. [Consulta: 18-06-2015]. Disponible en: <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/>
- Paredes J.M. “*Beneficios de la Educación Física*” Deporte digital. Galeon. com. Sense data. [En línea]. [Consulta: 18-06-2015]. Disponible en: <http://www.deportedigital.galeon.com/salud/beneficios.htm>
- González Peña P.J i Del Valle Lorenzo M.C. “*Valors de l’Educació Física*” efdeportes.com. Octubre de 2006 [En línea]. [Consulta: 11-04-2015]. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd101/valor.htm>

## Annexes

### Annexe 1. Entrevista Pere Antoni Borràs.

1. Per què va triar impartir classes d'Educació Física?

*La principal raó es la formació inicial rebuda en EF al INEFC de Barcelona, i una vegada al departament de pedagogia i a l'àrea d'EF, i després d'uns anys impartint assignatura de teoria de l'entrenament vaig tenir l'oportunitat de impartir docència d'EF. Una motivació secundària va ser la experiència viscuda en la tutorització d'alumnes d'EF en practiques i veure si podia aportar quelcom de nou.*

2. Quina diferència veu (en la matèria d'Educació Física) entre les tres darreres lleis d'Educació LOE, LOMCE i LOMQE?

*La veritat es que a part de la modificació de la càrrega horària, els currículums son extremadament semblants, si hi ha alguna cosa a destacar es el tractament transversal de la Salut que s'ha anat imposant progressivament.*

3. Quina té més aspectes positius per l'assignatura? Per què?

*Probablement la més positiva i que dona més importància a l'àrea d'EF es la LOMQUE, ja que en el seu articulat final dóna potestat al mestre d'EF del centre en iniciar i implementar polítiques globals de promoció de la salut a l'escola, veurem si en la realitat hi ha finançament per que els mestres gaudeixin de la reducció horària per poder fer-ho.*

4. I quina en té menys? Per què?

*Que probablement va tenir impacte més negatiu va ser la LOE que reduïa la càrrega horària global de la assignatura a primer cicle de primària*

5. Coneix algun mestre d'Educació Primària o Secundària que arribés a impartir classes sense tenir una formació prèvia?

*La veritat es que molts han accedit a la docència específica sense formació, evidentment estam parlant de professorat molt veterà ja que a partir del '93 es va fer necessari la formació específica per poder concursar, ara bé als centres concertats la dinàmica va continuar més temps.*

6. Si és així... De quin any parlem? Com pot ser que es donés aquest fet? A la pregunta anterior



7. Quines diferències pot observar entre el professorat d'Educació Física dels anys 60 a l'actual?

*La diferencia fonamental es la orientació envers un ensenyament de procediments (tècniques esportives principalment) que ha evolucionat cap a una orientació cap a l'ensenyament global de les capacitats perceptives i motrius.*

8. Quines diferències pot observar entre l'alumnat durant l'Educació Física dels anys 60 a l'actual?

No puc opinar de tan enrere, als '70 quan jo era alumne, el perfil de l'estudiant era higiènic, es a dir es feie EF per formar un bon cos i créixer sa, la evolució actual posa a l'alumne en contexte d'aprendre habilitats motrius que el capacitin per un creixement harmònic de tots els sistemes orgànics però també en la adaptació psico-social del nin en el seu entorn.

9. Creus que la matèria ha anat progressant?

*La materia si, alguns docents no.podem trobar estratègies docents diferents, continguts nous etc... però sempre dependrà del estil del centre i de l'estil del mestre que vulgui impartir a la seva docència.*

10. Quina diferència hi ha en relació a l'Educació Física en els diferents plans universitaris en els quals ha impartit classes? Comenta cada un d'ells.

*He pogut impartir classes al pla del '93, 2002 i el del 2007.*

*No puc identificar diferències substancials en el tipus de contingut nio estratègies docents, la principal diferència es la càrrega docent que era de uns 40 credits al pla del 93, va augmentar a 80 al pla del 2002 pero es va reduir fins a munys de 30 actualment, això fa que els docents actuals tenguin mol manco formació específica en EF.*

11. Les hores cada pic en relació a l'assignatura augmenten o disminueixen?

*La tendència mundial es a augmentar en les escoles, a Espanya estam en retrocés i tendim a reduir-les tot i que el preàmbul de la LOMQE suposava que les podia augmentar.*

12. A què creu que es deu l'augment o reducció d'hores?

*La política educativa actual esta basada en respondre a determinats indicadors de qualitat que han fet que les assignatures no instrumentals haguin perdut càrrega horària*

13. Pensa que l'Educació Física està ben valorada a la nostra societat? Per què?

*Esta ben valorada a nivell global, el problema es que no hi ha el nivell suficient a les escoles per poder exigir res mes, no podem exigir sense oferir, per tant la consideració d'assignatura menys valorada depèn molt del centre.*

14. Com creu que podríem fer per donar-li el valor que es mereix?

*La importància teòrica cau pel seu propi pes, qui no vol una assignatura que t'ajuda a formar-te com a persona en tots els àmbits possibles de la salut (biològica, psicològica i social), per tant els primers hem de ser els docents que hem de oferir classes de qualitat, la primera premissa seria establir standars de qualitat en la Ef cosa que es fa a molt de llocs i que l'administració regula i que es necessar i per poder seguir donant classes en aquesta area, el respecte vindrà si el docent se'l mereix.*

15. Pensa que l'Educació Física té beneficis? Quins destacaria?

*Els principals beneficis es poden resumir en els objectius fonamentals de l'EF que son aconseguir Autoconeixement, Autodomini i Autoacceptació. Si aconseguim això haurem col·laborat definitivament a la formació integral de l'alumne*

16. I inconvenients?

*No hi ha un control social sobre l'assignatura, un pare no es queixa si un alumne no ha aconseguir arribar al nivell que toca de lateralitat, en canvi, si no aprèn a llegir o escriure es posa al crit al cel...*

## Annexe 2. Entrevista Mestres Educació Física.

### Entrevista al professorat d'Educació Física

**Escola o Institut:**

**Sexe:** Home  Dona

**Edat:** 25-35  35-45  45-55  55-65

1. Per què va triar impartir classes de l'assignatura d'Educació Física?
2. Fa alguna feina més a l'escola a part d'Educació Física?
3. Quants d'anys fa que imparteix Educació Física?
4. En quina facultat o Institut d'Educació Física va cursar els seus estudis universitaris?
5. Si no és així... Com va arribar a impartir les classes?
6. Quines diferències pot observar entre l'Educació Física de l'EGB i l'actual?
7. Quines diferències pot observar entre les tres darreres lleis d'Educació LOE, LOGSE, LOMQE?
8. Quins aspectes positius podries destacar de cada una?
9. I quins aspectes negatius destacaria de cada una?
10. Pensa que l'Educació Física està ben valorada a la nostra societat? Per què?
11. Com creu que podríem fer per a què tingués el valor que es mereix?
12. Pensa que l'Educació Física té beneficis? Quins destacaria?
13. Quines característiques creu que ha de tenir un bon mestre d'Educació Física?
14. Quina actitud pensa que hauria de tenir l'alumnat enfront una assignatura com aquesta?
15. Pensa que es dediquen les hores suficients a l'assignatura? Si no és així... quant de temps li dedicaria i per què?
16. Creu que actualment l'alumnat dedica poques hores a fer exercici?
17. L'Educació Física pot ajudar a conscienciar de la importància de tenir una vida activa?
18. Quin consell donaria als seus alumnes per tenir una vida activa.

## Entrevista alumnes menció E.F.

---

1. Per què vares triar aquesta menció?
2. Penses que s'ha donat una bona formació respecte a l'assignatura d'Educació Física?  
Per què?
3. Creus que la menció ha servit per ampliar els teus coneixements damunt la matèria?  
Consideres que han estat suficients o han quedat molt reduïts (en relació a la menció)?
4. Trobes que el professorat antic (que sortia amb especialització) estava millor format que nosaltres? Per què?
5. Consideres suficients les hores teòriques i pràctiques que s'han donat a Educació Física (en relació a totes les assignatures, obligatòries i optatives)?
6. Penses que és una matèria important dins l'escola? Per què?
7. Que poden aprendre els alumnes amb aquesta assignatura?
8. Ara que estàs en període de pràctiques... Hi ha molta diferència entre la teoria estudiada i la pràctica?
9. Quines diferències o similituds destacades?
10. Entre els tres períodes de pràctiques que hem fet, has vist alguna diferència entre les formes de fer Educació Física en una escola o en una altra?
11. Quins aspectes positius destacades del teu tutor de pràctiques?
12. Què és el que canviaries?
13. Penses que l'Educació Física ha anat evolucionant en relació a la nostra època?
14. Quins objectius t'agradaria aconseguir com a futur mestre d'Educació Física?
15. Creus que hem de fomentar la vida activa i alimentació saludable a Educació Física?  
Ho faries a alguna matèria més? Per què?