



**DIDÁCTICAS ESPECÍFICAS EN EDUCACIÓN INFANTIL**

# **ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE (DOC. 15 MEN)**

## ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE (DOC. 15 MEN)

Para comenzar, es fundamental comprender el significado de los términos educación física, recreación y deporte, así como su evolución histórica. Posteriormente, se abordará el contenido del lineamiento pedagógico correspondiente.

Se invita a visualizar el siguiente video para conceptualizar estos términos:

universidadurjc [@universidadurjc]. (8 de noviembre, 2022). La educación física. Grado en Educación Infantil. [Video] YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=SK-RF5EdnrU>.

### Conceptualización de la educación física



La educación física es un proceso pedagógico orientado al desarrollo integral de las capacidades físicas, sociales y cognitivas de las personas mediante el movimiento y la actividad física. Carbonero Celis (2018) explica que su denominación proviene del latín educare (nutrir, criar) y educere (sacar, extraer, conducir). Esta dualidad etimológica refleja dos perspectivas:

1. Una visión externa, en la que la educación implica protección, alimentación y enseñanza, con un rol activo del adulto en la transmisión del conocimiento.
2. Una visión interna, centrada en el desarrollo de las capacidades inherentes a cada persona.

Sánchez y Sicilia (2015) señalan que la educación física surgió en la escuela como respuesta a la necesidad pedagógica de abordar lo corporal. Su evolución ha estado ligada a los cambios en la educación y sus exigencias socioculturales. No obstante, como disciplina, su configuración moderna no existía antes del siglo XVIII.



Desde la antigüedad, las prácticas corporales han evolucionado hacia formas organizadas y sistemáticas. En los siglos XVII, XVIII y XIX, pensadores influyentes promovieron el ejercicio físico como medio para mejorar la calidad de vida. Durante la Revolución Industrial, la actividad física se vinculó con la salud, el bienestar y la productividad laboral. Asimismo, el Renacimiento

reintrodujo los ideales helénicos en la educación física, aunque su aplicación en la actividad física tardó en consolidarse.

El término educación física surgió en el siglo XVIII, inicialmente relacionado con prácticas higiénicas en la educación. En el siglo XIX, la disciplina pasó por dos etapas: una centrada en la anatomía y otra en la fisiología. Hacia finales de ese siglo y principios del XX, los movimientos gimnásticos reformularon su enseñanza, sentando las bases de las corrientes actuales. Durante el siglo XX, la expansión del deporte,

impulsada por la sociedad industrial, influyó en su enseñanza, otorgándole al deporte un papel central en la educación física.

En el siglo XXI, el principal objetivo de la educación física es la inclusión de los jóvenes en la cultura del cuerpo y el ámbito físico-deportivo. Blázquez (2001), citado por Sánchez y Sicilia (2015), destaca que la educación física debe adaptarse a las nuevas exigencias culturales, promoviendo conocimientos relevantes y pertinentes para el desarrollo de competencias futuras.

## Conceptualización del deporte

Aisenstein (2002) define el deporte como una actividad física competitiva, reglamentada y organizada, enfocada en el rendimiento y la superación de marcas. Su origen moderno se sitúa en Inglaterra en el siglo XIX y se expandió a América Latina con la llegada de inversiones británicas. A pesar de su creciente importancia social y cultural, las ciencias sociales latinoamericanas han tardado en incorporarlo como objeto de estudio.

Históricamente, el deporte surgió como una actividad lúdica y ritual en diversas culturas antiguas. Con el tiempo, se institucionalizó y profesionalizó, dando lugar a múltiples disciplinas deportivas.

## Conceptualización de la recreación

Aldana y Cardona (2016) la definen como una actividad libre y voluntaria destinada al disfrute del tiempo libre. Ha existido siempre como una necesidad humana de esparcimiento y ha adoptado diversas formas a lo largo de la historia, desde juegos tradicionales hasta actividades al aire libre.

Similitudes y diferencias entre educación física, deporte y recreación

Las tres actividades comparten ciertos propósitos fundamentales:

- Promueven la actividad física y el bienestar.
- Fomentan habilidades sociales y valores como el respeto, la cooperación y el trabajo en equipo.
- Son accesibles para todas las edades y condiciones físicas.
- Contribuyen a mejorar la calidad de vida y la salud.

A continuación, se presentan sus principales diferencias:

Característica	Educación Física	Deporte	Recreación
<b>Objetivo</b>	Desarrollo integral de la persona	Competición, rendimiento, victoria	Diversión, relajación, disfrute del tiempo libre
<b>Estructura</b>	Planificada, sistemática, adaptada a la edad	Reglamentada, organizada, competitiva	Libre, voluntaria, espontánea

Característica	Educación Física	Deporte	Recreación
Énfasis	Proceso educativo, formación integral	Resultados, rendimiento, habilidades físicas	Disfrute, participación, bienestar
Participantes	Todos los estudiantes	Atletas, deportistas profesionales o amateurs	Personas de todas las edades y condiciones

## Orientaciones pedagógicas del Documento 15 MEN (2010)

El documento Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte del Ministerio de Educación Nacional de Colombia (2010) establece lineamientos para la enseñanza de la educación física en el país, centrándose en el desarrollo de competencias motrices, expresivas y axiológicas.

Las metas principales de este enfoque incluyen:

- ✓ **Fomento del cultivo personal desde la realidad corporal:** se busca que los estudiantes sean conscientes de su cuerpo, promoviendo hábitos saludables, ética corporal y responsabilidad con el entorno.
- ✓ **Formación integral del ser humano:** a través de actividades motrices, se cultivan el pensamiento, la expresión y la capacidad lúdica.
- ✓ **Valoración de la cultura física y sus expresiones autóctonas:** se promueve el conocimiento y la práctica de actividades que fortalecen la identidad cultural y la participación en espacios deportivos y recreativos.
- ✓ **Formación en ciudadanía y valores para la convivencia y la paz:** las experiencias motrices ayudan a desarrollar valores como el respeto, la libertad y la participación.
- ✓ **Conciencia ecológica:** se fomenta la responsabilidad ambiental a través de prácticas sostenibles en la educación física.
- ✓ **Inclusión y equidad:** se garantiza el acceso a la educación física para todas las personas, independientemente de sus condiciones o capacidades.

## Competencias en educación física

El MEN (2010) establece tres competencias fundamentales a desarrollar en esta área:

- a. **Competencia motriz:** comprende la capacidad de dominar el cuerpo en movimiento, desarrollando habilidades motrices, coordinación y equilibrio.
- b. **Competencia expresiva corporal:** permite la comunicación y expresión a través del cuerpo, incluyendo gestos, posturas y movimientos.
- c. **Competencia axiológica corporal:** se enfoca en la reflexión, valoración y toma de decisiones responsables sobre el cuidado del cuerpo y el bienestar.

## Metodologías y estrategias de enseñanza

Para desarrollar estas competencias, el documento propone:

- ✓ **Aprendizaje activo:** se promueve la participación de los estudiantes en actividades físicas y recreativas.
- ✓ **Inclusión y diversidad:** se garantiza la participación de todos los estudiantes sin distinción.
- ✓ **Transversalidad con otras áreas:** se vincula la educación física con la ética y valores mediante el deporte.

## Evaluación y recursos didácticos

La evaluación combina enfoques cualitativos y cuantitativos, incluyendo autoevaluación y coevaluación. Además, se sugiere el uso de herramientas tecnológicas, juegos y material deportivo para enriquecer las clases.

Para profundizar en el desarrollo de las competencias según el grado escolar, se puede consultar el documento completo en el siguiente enlace:

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2010). Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Recuperado de [https://mineducacion.gov.co/1621/articles-241887\\_archivo\\_pdf\\_evaluacion.pdf](https://mineducacion.gov.co/1621/articles-241887_archivo_pdf_evaluacion.pdf).

## Bibliografía

- Aisenstein, Á. (2002). *Historia del deporte en América Latina*. Editorial Universitaria.
- Aldana, J. & Cardona, L. (2016). *Recreación y bienestar: un enfoque integral*. Ediciones Pedagógicas.
- Blázquez, D. (2001). *La educación física y su didáctica*. Inde Publicaciones.
- Carbonero Celis, F. (2018). *Fundamentos de la educación física: Historia y evolución*. Editorial Académica Española.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. Recuperado de [https://mineducacion.gov.co/1621/articles-241887\\_archivo\\_pdf\\_evaluacion.pdf](https://mineducacion.gov.co/1621/articles-241887_archivo_pdf_evaluacion.pdf).
- Sánchez, B. & Sicilia, A. (2015). *Historia de la educación física: Evolución y cambios en el tiempo*. Editorial Científica.
- Universidadurjc [@universidadurjc]. (8 de noviembre, 2022). *La educación física. Grado en Educación Infantil*. [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=SK-RF5EdnrU>.