



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## EDITORIAL

### “DE EDUCACIÓN FÍSICA, DE EXPRESIÓN CORPORAL Y DE EDUCACIÓN”

La sociedad occidental del siglo XXI nos proporciona un confort y un bienestar que, seguramente, supera las expectativas creadas en el pasado por cualquier persona que tenga ahora 90 años. Un escenario vertiginoso de cambios tecnológicos que nos ayudan a todos, pero que al mismo tiempo nos cobra un importante peaje. Esta forma de vida nos da, y nos quita. Nos movemos en un laberinto que permanentemente nos envía señales, muchas veces confusas y controvertidas, opuestas o ambivalentes. Lo comprobamos con temas tan conocidos para nosotros como el sedentarismo excesivo y la alimentación inadecuada, factores de influencia negativa en la salud.

En educación también estamos sometidos a esos vaivenes, muchas veces fruto de la confusión y de los innumerables estímulos desequilibrantes. Hace años una escuela de pueblo era un lugar en calma, a la medida de los protagonistas que allí estaban. Los ritmos surgían de dentro hacia afuera bajo la sana decisión del maestro o la maestra y el sencillo guion del proceso de aprendizaje de los alumnos. Hoy día se han colado en el sistema educativo muchos agentes desestabilizadores y estresores: las constantes directrices del MEC, de las Consejerías, de los proyectos de innovación, de los paradigmas emergentes de la OCDE, de los estándares de aprendizaje, de los rankings o de las familias, por poner algún ejemplo.

En los contextos educativos, los profesores reflexivos nos pasamos mucho tiempo dándole vueltas a lo que hacemos, a la necesidad de generar cambios, de responder con prontitud a las nuevas exigencias del aprendizaje, las novedades de los estudios de la neurociencia, las variables en las expectativas de la juventud o la infancia. Esa falta de estabilidad contextual nos induce a una inestabilidad anímica que nada tiene que ver con el viejo modelo de docente, aquel de indudable autoridad y obligado respeto homogéneo.

Por su parte, en la universidad y en su entorno, se defiende con un empeño cada vez más insistente una única función: la empleabilidad en el mercado laboral. Dejando intencionadamente en la sombra muchas de las importantes aportaciones de la formación universitaria para los jóvenes españoles. Se fuerza así a un estrés anticipado artificialmente que nos empuja al peligro de tomar decisiones atropelladas y poco sosegadas, obligándonos a desechar todo aquello que no vaya directo al objetivo del pragmatismo más inmediato. ¿Es ese el espíritu de quienes gobiernan el mundo? ¿Nos quieren atropellados, inquietos, sin calma acaso para ser consumidores compulsivos, insatisfechos, inestables psíquicamente?

Una sociedad tan condicionada por el éxito, por la rentabilidad y el logro, acaba dando prioridad a la forma en vez de al fondo, a la parte en vez de al todo, al producto antes que al proceso, al camino más rápido para tener el fruto llamado título o certificado. Todo ello se amalgama con la difícil situación económica y la falta de empleo. Y provoca conflictos ante la múltiple oferta de opciones, las limitaciones por el coste económico, el interés personal y familiar, el futuro incierto y la búsqueda racional de la felicidad.

Para quienes trabajamos en una visión equilibrada del proceso-producto en el entorno de la Expresión Corporal en Educación Física, el valor del viaje y sus placeres son el sustrato fundamental que da el verdadero sentido al punto de destino. Al producto no se llega con inmediatez, sino tras un proceso de búsqueda, de esfuerzo, aprendizaje y autodescubrimiento que es el soporte real de la experiencia vivida, del conocimiento útil para aprender a enseñar a otros.

La competitividad existente en el ambiente nos lleva al estrés productivo al tiempo que nos descentra del placer de vivir nuestra propia vida. Dos tendencias antagónicas se debaten en nuestro contexto educativo: la proactividad y la escucha.

La primera nos habla de metas, desafíos, adaptación rápida a los cambios, salir de la zona de confort, resiliencia,...

La segunda nos recuerda que no tenemos que perder el centro, el equilibrio, la concentración y la conciencia.

Los docentes sabemos que parte de la amenaza se llama hoy "dispersión". Y por eso cobra especial valor recuperar la atención y el centramiento. Temas que han sido parte de mi programa de Expresión Corporal y de tantos otros compañeros en la práctica de la Educación Física: conciencia corporal; senso-percepción; respiración y relajación consciente; nociones de Eutonía y de Feldenkrais que han ayudado a entender el punto vital de partida.

Curiosamente todo esto que era nuestra aportación para una expresión corporal de base, toma hoy una importancia considerable en la escuela y se traduce en yoga para niños, conciencia plena, mindfulness o relajación vivencial.

Además, apoyados en la certeza del valor del grupo como fuente de creación, hemos orientado siempre nuestras clases hacia la cooperación frente a la competición; a la ayuda compartida y al proyecto común más que a la tarea individual; a la educación de las emociones para sobreponerse ante los miedos, las

inhibiciones frente a los demás, la fuerza de la presencia escénica y el crecimiento personal dentro del grupo; a la mejora en la actitud sumando empatía, gozando con la tarea compartida y el éxito de todos; alabando toda la creación personal y la energía positiva.

Después de 25 años de profesión, cada vez me doy más cuenta de que todo lo que llevo enseñando a mis alumnos no era para ser maestros, sino para ser personas. Que mi itinerario personal se ha especializado en fundar climas positivos para la creación y dar equipaje para la automotivación... y quizá algunas pequeñas cosas más.

Hoy, sin embargo, y muy a mi pesar, es probable que la sociedad en su conjunto, vea más interesante que nuestros jóvenes se formen en una cultura financiera para conocer mejor el riesgo de los productos monetarios.

**Galo Sánchez Sánchez**

Profesor de Didáctica de la Expresión Corporal  
Escuela Universitaria de Magisterio de Zamora  
Universidad de Salamanca  
galo@usal.es