



**Facultad de  
Ciencias Sociales  
y Humanas - Teruel  
Universidad Zaragoza**

**TRABAJO DE FIN DE GRADO  
EN MAGISTERIO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**Título: “Estudio sociológico sobre la importancia de la  
Educación Física en la sociedad”**

**Alumno/a: Marta Ruiz García**

**NIA: 629732**

**Director/a: Tomás Martín Pérez**

**AÑO ACADÉMICO 2013-2014**





*La educación es mucho más que Educación Física, pero es muy poco sin ella.*

(Hammelsbeck, O. 1961)



# ÍNDICE

1. RESUMEN .....	7
2. PALABRAS CLAVE .....	9
3. INTRODUCCIÓN .....	11
4. ESTUDIOS PREVIOS: EVOLUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA SOCIEDAD .....	14
5. SITUACIÓN ACTUAL .....	17
5.1. CARGA HORARIA .....	19
5.2. EDUCACIÓN EN VALORES .....	23
5.3. EDUCACION PARA LA SALUD .....	27
5.4. CONSECUENCIAS .....	31
6. INVESTIGACIÓN .....	34
6.1. MUESTRA .....	36
6.2. INSTRUMENTO .....	40
6.3. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	45
7.1 ENCUESTA .....	76
7.2. PROPUESTAS DE MEJORA .....	79
7.3. TRABAJO DE FIN DE GRADO .....	82
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	85



## 1. RESUMEN



## 1. RESUMEN

Desde la aparición del área de Educación Física en el sistema educativo español en el Siglo XVIII, ha sufrido diferentes cambios no sólo de nombre, sino de objetivos y contenidos. Actualmente, y tras la aprobación de la Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) el 9 de Diciembre de 2013, en la Comunidad Autónoma de Aragón se reduce la carga horaria semanal en Educación Física.

Este hecho provoca un gran eco en la sociedad, surgiendo colectivos en contra de la medida tomada que consiguen darse a conocer entre un gran número de personas. Así, defienden que la Educación Física también educa a los alumnos/as en valores y en salud, y que si se reducen las horas semanales a esta área, podría tener consecuencias negativas en el futuro del alumno/a.

Es toda esta situación la que supone el punto de partida de este trabajo de fin de grado. Así pues, se confecciona una encuesta para su posterior análisis de resultados, que es enviada a diferentes personas con diferentes perfiles para saber no sólo su opinión sobre la reducción horaria de la Educación Física, sino su vinculación con la actividad física.



## 2. PALABRAS CLAVE

## 2. PALABRAS CLAVE

A continuación, se presentan una serie de palabras clave, que son aquellas que identifican este trabajo de fin de grado en su mayor exponente.

- Educación Física
- Salud
- Valores
- Carga horaria



### 3. INTRODUCCIÓN

### 3. INTRODUCCIÓN

Para comenzar todo estudio, se necesita un punto de partida. Así, el de este queda fijado en el momento en que, con la instauración de la nueva **Ley Educativa** en Aragón, se decide restar una hora semanal al área de Educación Física, quitándole así una notable importancia en el sistema educativo.

Pero como creemos que lo infravalorada que se halla esta materia no viene sólo con la consolidación de esta última ley, sino que en cierto modo ha sido así a lo largo de la historia del sistema educativo español, estudiaremos cronológicamente el peso de la **Educación Física** y los fines educativos de esta.

Dejando a un lado el ámbito legislativo, muchas son las personas que no valoran la Educación Física como con el resto de áreas, obviando los contenidos y objetivos que trae consigo esta materia, enfocados al crecimiento y madurez cognitiva y social del alumno/a

Por ello, hay que hacer ver a estas personas que la práctica de actividades físicas mejora el nivel de desarrollo cognitivo del alumno / a. La mejora de ciertas **capacidades cognitivas** (memoria, atención, creatividad, evaluación, análisis, etc.) es evidente cuando se siguen programas sistemáticos de educación física, pero sólo cuando dichas capacidades intervienen directamente en la práctica de la actividad física de que se trate.

La Educación física incorpora a la educación un amplio bagaje de **conocimientos, destrezas, capacidades y actitudes**, relacionados con el cuerpo y la actividad motriz, que inciden directamente en el desarrollo integral de la persona, en el pleno desarrollo de su personalidad, mejorando su cuerpo, su **salud**, su **calidad de vida**, su **integración social** y su capacidad de adaptación a nuevas situaciones y medios. Moviliza, por tanto, no sólo el cuerpo, sino también la dimensión cognitiva, relacional y afectiva del ser humano, que se activan desde la vivencia corporal y la actividad motriz.

Como parte fundamental de la enseñanza obligatoria, la Educación física contribuye al logro de los objetivos generales de la etapa. Por una parte, promueve la **valoración de la higiene y la salud**, la aceptación del propio cuerpo y el de los demás, así como el respeto a las diferencias y la utilización de la actividad física como medio para favorecer el desarrollo personal y social. Por otra, fomenta la **educación en valores**, la confianza en uno mismo, la iniciativa personal, la creatividad, la resolución pacífica de los conflictos, el **respeto** a los demás y la valoración de la interculturalidad, el conocimiento y valoración del entorno, así como el desarrollo de las capacidades afectivas y emocionales.

El área de Educación física ofrece un cúmulo de **posibilidades y oportunidades** para el crecimiento personal y la educación en valores. La interacción, el contacto físico, la afectividad, la alegría, el jugar como un equipo, el disfrutar junto a los demás, el respeto a la norma del juego, la motivación, el descubrimiento, la aceptación o la cooperación transferibles al quehacer cotidiano pueden ser más ricos aquí que en ninguna otra área.

**En defensa** de todo ello, se decide poner en marcha este trabajo de fin de grado. **¿Objetivo?** Acercar a las personas esta área, mostrando su historia, su evolución en el marco educativo.. Además, se ha querido conocer la relación y opinión que tienen de la Educación Física, así como de las medidas tomadas, citadas con anterioridad. A partir de ello se sacarán nuestras propias conclusiones y valoraciones sobre el trabajo realizado.

Así pues, el proyecto es una indagación empírica, puesto que a pesar de tocar otros temas como históricos y legislativos, el núcleo del mismo es la elaboración de una encuesta a diferentes grupos de edad y ramas de estudio, en la que encontramos preguntas relacionadas no sólo con la Educación Física, sino también con el deporte. Las cuestiones planteadas en el estudio, no sólo valoran la opinión de los encuestados sobre el área, sino que también es importante ahondar en las experiencias con la misma y su sentimiento en la práctica de actividad física, ya que estas están proporcionalmente conectadas. De este modo, el análisis de los resultados de las encuestas y la valoración de los mismos, será el eje sobre el que gire este trabajo de fin de grado.



## **4. ESTUDIOS PREVIOS: EVOLUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA SOCIEDAD**



## 4. ESTUDIOS PREVIOS: EVOLUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA SOCIEDAD

A continuación se presenta cronológicamente la situación de la educación física en el panorama educativo español desde su origen, hasta la actualidad.

Domingo Blázquez Sánchez en su libro “*La educación física*”, narra que para hallar el origen de la educación física tendríamos que remontarnos al SXVIII, cuando empieza a contemplarse el ejercicio físico como algo beneficioso y que contribuye a favorecer la calidad de vida de las personas. A partir de ámbitos bélicos y de supervivencia, se busca desarrollar las capacidades físico-motrices para mejorar en salud, disminuir el sedentarismo, o empleo del tiempo libre.

Fue Nicomedes Pastor, al modificar el plan de estudios de la enseñanza pública, quien incluyó por primera vez en España la gimnasia como materia obligatoria en 1847.

Por su parte, Manuel Becerra fue el impulsor de la Educación Física en el Congreso de los Diputados, incluyendo elementos de carácter militar en la escuela. Por otro lado, la Educación Física Femenina no tendría cabida en todo el Siglo XIX.

En el real decreto de 1901, aparece la Gimnasia como materia obligatoria en los seis cursos de los que consta el nuevo bachiller y se incluye entre la plantilla del profesorado de los institutos el profesor de gimnasia.

Con el régimen franquista en 1938, siguiendo a Granja y Sainz (1998), dicha asignatura se consolida como obligatoria en la enseñanza media. Durante la postguerra recibe el nombre de Educación Física y Formación del Espíritu Nacional, unificando estas dos asignaturas que anteriormente eran independientes.

Más adelante, en el año 1944 se considera la Educación Física obligatoria en las universidades, teniendo una carga horaria de dos horas semanales en cada curso.

Es en la Ley de Educación Primaria de 1945 cuando la importancia de esta asignatura aumenta, ya que se establece como obligatoria en la carrera de Magisterio,



con una carga horaria de cinco horas semanales, teniendo más peso que otras asignaturas.

Es en los años 60 cuando la importancia de la Educación Física comienza a disminuir, y cuando se empiezan a exigir profesores especialistas de la misma.

En el año 1965 la Educación Física sigue manteniéndose como obligatoria en el sistema educativo, y tiene como pilares fundamentales la fuerza, la salud y la disciplina.

La **Ley General de Educación** de 1970 instaura la Educación Física como obligatoria en todos los niveles educativos. Dicha ley, diferenciaba el área de Educación Física según la etapa en que nos encontrábamos. Así, en la primera etapa se incluía dentro de Expresión Dinámica con el área de música, mientras que en la segunda etapa de la Educación General Básica (EGB), se nombraba como Educación Física y Deportes.

Avanzamos cronológicamente hasta llegar a 1981, donde se revaloriza la importancia de la Educación Física en la educación de un niño para su futuro. Además, en 1982 se convalidan los títulos de profesor de Educación Física con el de Licenciados, dándole más importancia al docente que imparte esta área, igualándole con el del resto de docentes.

En la **Ley Orgánica General del Sistema Educativo** (LOGSE), instaurada en el año 1990, sustituyendo a la ley vigente durante la dictadura franquista, en 1970 (Ley General de Educación).

Con la instauración de la **Ley Orgánica de Educación** (LOE) en 2006, se suceden cambios importantes en el área de Educación Física. El más importante es la introducción de las llamadas competencias básicas. Estas, están orientadas a trabajar aprendizajes importantes en la educación del alumno, y destinadas a que el alumno fomente su realización personal, trabajar la ciudadanía y orientación a la vida adulta, desarrollándose a lo largo de la vida del alumno. Así pues, las competencias básicas de dicha ley son ocho y son las siguientes:



- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia matemática.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
- Tratamiento de la información y competencia digital.
- Competencia social y ciudadana.
- Competencia cultural y artística.
- Competencia para aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa personal.

Con la entrada en vigor de la nueva Ley Orgánica 8/2013, el 9 de Diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), se suceden una serie de cambios en el sistema educativo español. El primero de ellos, es la modificación de las competencias básicas instauradas con la Ley Orgánica de la Educación (LOE), suprimiendo una de ellas, y modificando los nombres del resto. De este modo, las nuevas competencias básicas son las siguientes:

- Comunicación lingüística
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- Competencia digital
- Aprender a aprender
- Competencias sociales y cívicas
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
- Conciencia y expresiones culturales

Por otro lado, la Educación Física también ha sufrido una serie de cambios con la instauración de esta nueva ley educativa. El primer cambio es que dicha área pasa de ser una asignatura troncal a una específica. Además, cada Comunidad Autónoma decidirá la distribución y la carga horaria de diversas asignaturas. En la Comunidad de Aragón, es de una reducción de 3,5 horas semanales de Educación Física en la etapa de Educación Primaria.



**5. SITUACIÓN ACTUAL  
CARGA HORARIA  
EDUCACION EN VALORES  
EDUCACION PARA LA SALUD  
CONSECUENCIAS**



## **SITUACIÓN ACTUAL**

### **5.1. CARGA HORARIA**



## 5.1. CARGA HORARIA

En la actualidad, priman los conocimientos teóricos sobre la Educación Física. Demostración de ello, es la instauración de la ley del 9 de Diciembre del año 2013, que vuelve a restar importancia a esta área en el sistema educativo español: La Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE).

Con esta ley, la Educación Física pasa de considerarse una materia troncal a materia específica en todos los niveles educativos, poniéndola al mismo nivel que Religión o Valores Sociales y Cívicos. Además, se ha restado una hora semanal al área de Educación Física en el currículo de Aragón, en todos los niveles educativos, quedando así, dos horas a la semana destinada a esta materia.

Tras esta situación, se crea un colectivo formado por profesores aragoneses llamado “+EF” que se reivindica contra la reducción de la carga horaria de la Educación Física en Aragón.

Algunas de las razones que están esgrimiendo desde este grupo, por las cuales no debe reducirse la carga horaria de esta materia, son las siguientes:

1. La Educación Física está estructurada y sistematizada de acuerdo a las necesidades de cada niño y conoce los mejores momentos en los que éstos aprenden para incidir en ellos.
2. La Educación Física enseña cómo se realizan ejercicios para que éstos sean más saludables.
3. La Educación Física plantea retos diarios que se consiguen mediante la resolución de problemas, mejorando la capacidad cognitiva, la comunicación interneuronal y la integración de los aprendizajes.
4. En las clases de Educación Física se hacen actividades que relacionan todo tipo de inteligencias múltiples (lógico-matemática, lingüística, intra e inter personal, natural, corporal, musical y espacial) y hace al alumno completamente para la vida diaria.

5. En las clases de Educación Física el alumnado se comunica en el mismo lenguaje independientemente de su género, raza, idioma y habilidad física.

Además, de ello, invita a la reflexión de que la Educación Física no sólo se trata de habilidades motrices como saltar, correr o dar volteretas, sino que ayuda al alumno en las relaciones sociales, fomenta la educación para la salud y educa en valores.

Todo ello, se presenta en un tríptico informativo que circula no sólo repartiéndose a pie de calle, sino que ha tenido un gran eco en redes sociales e Internet en su general.

En otras Comunidades Autónomas se llevan a cabo otras reformas educativas respecto a la Educación Física. Es el caso de la Comunidad de Madrid, que decide eliminar los manuales y la parte teórica de la asignatura. Así, bajo nuestro punto de vista, demuestran que simplemente ven la Educación Física como un área de ocio que apenas puede aportar conocimientos teóricos, cuando tiene mucho que enseñar, como reglas de juegos, medidas de prevención de seguridad, atención en emergencias, fisiología humana, entre otras. Es decir, aspectos teóricos difícilmente prescindibles.

En la Comunidad de Castilla-La Mancha adoptan la Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa de la misma manera que en Aragón, es decir, reduciendo la carga horaria de la Educación Física. En este caso, han dejado más autonomía a los centros en caso de que quieran adaptar la Ley al entorno específico del mismo centro.

En la Comunidad de Asturias también se ve afectada la Educación Física, esta vez a costa del área de Primera Lengua Extranjera (Inglés), que aumentaría a más de tres horas semanales por curso, haciendo que la carga horaria de Educación Física se reduzca en media hora semanal en cada curso.

Por su parte, la Comunidad Balear, al igual que la asturiana, reduce en media hora la carga horaria semanal de Educación Física, que como en el resto de Comunidades Autónomas, pasa a ser una materia específica que será elegida por los padres junto con Religión y Valores Sociales y Cívicos.



Todas estas situaciones, plasmadas con anterioridad, han tenido eco en los medios de comunicación de la Comunidad Autónoma de Aragón. Así pues, a continuación se presentan artículos de prensa relacionados con el tema tratado:

En el *Heraldo de Aragón* (15/05/2014), aparece información sobre unas jornadas de puertas abiertas en los organizadas por el colectivo +EF, que tienen como objeto la protesta contra la reducción horaria del área de Educación Física.

Por su parte en *Europa Press* (26/03/2014), el colectivo de docentes informa de información de gran importancia, como que la distribución horaria anual cumple la normativa de la LOMCE, por lo que no sería necesario disminuir la carga horaria ni de Educación Física ni de Educación Plástica.

Por otro lado encontramos una publicación del *Periódico de Aragón* (18/03/2014), que informa de la movilización de docentes especialistas de Educación Física contra la reducción de la carga horaria. En ella, el portavoz del colectivo +EF, Eduardo Nuez, cita la problemática y las consecuencias que traería consigo la medida tomada, entre las que destacan el sedentarismo y la obesidad infantil.

Así pues y como hemos podido comprobar, esta reducción de horas a nivel semanal en la Educación Física está trayendo consecuencias no sólo a pie de calle, sino que es un hecho que está siendo difundido por diversos medios de comunicación.



## **SITUACIÓN ACTUAL**

### **5.2. EDUCACIÓN EN VALORES**

## 5.2. EDUCACIÓN EN VALORES

La educación en valores democráticos es un ámbito de carácter transversal, es por ello que se trabaja de igual medida en todas las áreas y en todos los niveles educativos.

Así pues, se trabaja diariamente en cada sesión desde el área de Educación Física, por educar a nuestros alumnos en valores como tolerancia, igualdad (tanto de sexos como de culturas), educación para la paz y para la convivencia, educación para la salud, educación vial y ambiental, entre otras. Como ya se ha dicho, son temas transversales que se pueden trabajar en todas las unidades didácticas, concienciando a los alumnos de la asunción de normas así como de todos y cada uno de los ítems nombrados en líneas superiores.

Para trabajarlos, poniendo como ejemplo, en algunos centros se realizan pequeños cine fórum con el consiguiente visionado de largometrajes o cortometrajes que trabajan esos valores ya nombrados, para luego hacer un pequeño coloquio o reflexión crítica con los alumnos.

Además, en otros se cuenta con una “sala de mediación”, a la que acuden los afectados en conflictos y un docente a modo de mediador. Allí, se expone el problema sucedido, dando aportaciones todas las partes afectadas, y mediante el diálogo, con su consiguiente turno de palabra, para lograr solucionar el problema estando todos en total de acuerdo. A continuación, todos los participantes del conflicto llenan un contrato en el que se expone el problema sucedido de forma totalmente objetiva, y la consiguiente solución al problema consensuada previamente. Además, se pacta también una tarea que se debería realizar en caso de no cumplir las exigencias de la solución al problema. Con la firma de todas las partes se finalizaría la mediación.

Desde el área de Educación Física, si el problema no ha sido de gran importancia, al final de la clase se reúnen las partes afectadas con el docente para tratar de solucionar el problema mediante el diálogo. Si el problema persistiese, o por otra parte, el conflicto fuese de mayor gravedad, se acudiría a la sala de mediación.



Por otro lado, desde el área de la Educación Física podemos trabajar contenidos que no tengan una ubicación concreta dentro del currículo de Educación Primaria, es decir, contenidos transversales que son importantes para la formación como persona de los alumnos. Son aspectos que se debe trabajar desde todas las áreas, para que de esta forma tenga una repercusión positiva para los niños.

Dentro del área de Educación física los denominados Temas Transversales que más se ajustan a sus contenidos y objetivos son los siguientes:

- **Educación para la igualdad de oportunidades:** es un tema que se debe trabajar a lo largo de toda la programación, debido a que en clase todos los alumnos deben tener las mismas posibilidades en cuanto a practicar las actividades, las mismas oportunidades de progresar a si como en la propia evaluación.

- **Coeducación:** la igualdad entre sexos es algo que debe existir en todas las facetas de la educación con lo cual dentro de las Educación Física será fomentado a lo largo de todo el curso.

- **Educación para la salud:** este tema trasversal se tratará desde diferente contenido ya que uno de los principales objetivos es trasmitir que el ejercicio físico es una herramienta imprescindible para preservar y mejorar la salud corporal.

- **Educación ambiental:** se llevará a cabo sobre todo en las unidades didácticas de *orientación* y *BTT* donde el contacto directo con la naturaleza nos servirá para recalcar aspectos de conservación y respeto al medio ambiente válidos para otros contextos. En un tema que se trabajará antes de comenzar la propia unidad resaltándolo en los contenidos actitudinales y también durante la misma.

- **Educación del consumidor:** dentro de este área la correcta utilización del material debe ser una de las premisas presentes dentro de las clases, es una aspecto que los podemos relacionar con este tema transversal haciendo hincapié en la importancia de su conservación tanto para el desarrollo de las actividades como para el control del consumo y economía escolar.



**- Educación vial:** el contenido claramente relacionado es el contenido de *BTT*, donde es fundamental que los alumnos conozcan nociones básicas de seguridad vial antes de realizar las salidas. Por eso una sesión de la unidad estará dedicada a la propia presentación donde se incluirán aspectos de educación vial y actitudes.



## **SITUACIÓN ACTUAL**

### **5.3. EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## 5.3. EDUCACION PARA LA SALUD

Según Lawrence W. Green (1980), la educación para la salud es “cualquier combinación de oportunidades de aprendizaje encaminadas a facilitar la adopción voluntaria de comportamientos que mejoren o sirvan al sostenimiento de la salud”.

La condición física no se trata de un grado máximo de todas las cualidades físicas, sino de un nivel óptimo que nos permita tener una disponibilidad motriz adecuada a nuestra forma de vivir. Tiene un objetivo intrínseco, dirigido hacia la propia persona, hacia su bienestar.

A partir de estas definiciones se puede afirmar que el acondicionamiento físico tiene una vinculación directa al ámbito general de la salud, ya que presenta propuestas en relación con estilos de vida saludables, lo que a su vez es reflejado en el ámbito educativo al considerarse contenido imprescindible que debe ser tratado desde las primeras edades. Por lo que la educación física tiene una labor muy importante. Esta labor puede establecerse a través de dos formas de actuación: de forma directa, desarrollada en las propuestas de trabajo específico de Actividad Física o integrada en otros contenidos que se desarrollan en la sesión de clase, y una segunda indirecta que se presenta cuando al alumno le llegan sugerencias, refuerzos, indicaciones para que en su tiempo libre organice o participe en actividades que le permitan mantener o mejorar su Condición Física.

Según diversos estudios, se ha demostrado que al realizar un ejercicio físico prolongado, se genera una fatiga y cierto estrés en nuestro cuerpo; a raíz de ello, se generan unas sustancias que aumentan la sensación de euforia llamadas opiáceos endógenos, o más comúnmente, **endorfinas**. Éstas, producen un estado de bienestar y de alegría, actuando como analgésicos inhibidores del dolor. Aunque hay otros modos de provocar la aparición de endorfinas, como con la risa o durmiendo, el más común es haciendo deporte de forma regular, adaptando el esfuerzo y la actividad física a nuestro organismo y tratando que el tiempo dedicado a ello supere los 30 minutos.



Esto es una prueba más de los beneficios del deporte, y por ende, de la Educación Física para las personas, ya que se podría decir que el deporte provoca un estado de felicidad en las personas, o en este caso, en los alumnos/as.

## LA SALUD EN EL CONTEXTO ESCOLAR

### *PARADIGMAS DE RELACIÓN:*

#### *Orientado a la condición física:*

La práctica de Actividad Física, mejora la Condición Física; y a su vez, la mejora de la Condición Física repercuten en la salud de una persona. Muy extendida la idea de que la Condición Física es una prueba de salud.

#### *Orientado a la actividad física:*

La Actividad Física puede mejorar la Condición Física. Pero también hay veces que determinada Actividad Física, sin mejorar la Condición Física repercuten en la mejora de la salud.

Determinados niveles de Actividad Física no sólo mejora la Condición Física, sino que puede llegar a dañar la salud.

Éste paradigma dice que la Actividad Física, la Condición Física y la salud están también determinados por otros aspectos como la herencia, el medio ambiente, diferentes estilos de vida, etc.



## MODELOS QUE EXPLICAN LAS RELACIONES ENTRE EF Y SALUD.

*(Devís y Peiro, 1992)*

### **MODELO MÉDICO**

Plantea las relaciones desde una perspectiva mecanicista. Lo que le preocupa al profesor de Educación Física es que se haga Actividad Física de manera segura. Se fundamenta en las ciencias biomédicas. La enseñanza va dirigida a la adquisición de hábitos y mecánica de movimientos, asumiendo que la información puede producir un cambio de conducta. Visión tradicional de la salud (salud como ausencia de enfermedad). Pedagogía utilitaria.

### **MODELO PSICO-EDUCATIVO**

Se fundamenta en las ciencias psicológicas. En la Educación Física preocupa el estilo personal de vida y bienestar personal. La enseñanza va dirigida a la toma informada de decisiones, pone el énfasis en la motivación y el desarrollo de los autos conceptos para el cambio de conducta. La salud se ve como responsabilidad individual: elección y cambio individual de estilo de vida. Se ubica en la pedagogía liberal.

### **MODELO SOCIO-CRÍTICO**

Se fundamenta en las Ciencias Sociales. La Educación Física se caracteriza por una crítica social e ideológica. La enseñanza va dirigida a la concienciación crítica como punto de partida para la transformación de cambio social y al proceso de capacitación personal y grupal dirigido a la emancipación. La salud se ve como construcción social: acción individual colectiva para crear ambientes saludables.



# **SITUACIÓN ACTUAL**

## **5.4. CONSECUENCIAS**



## 5.4. CONSECUENCIAS

A continuación, se presentan las consecuencias que acarrearía la disminución de la carga horaria al área de Educación Física, en una hora semanalmente en la Comunidad Autónoma de Aragón.

La principal consecuencia atiende a la Educación para la **Salud**. Así pues, disminuir una hora a la semana Educación Física supone restar una hora de actividad física para muchos alumnos/as que sólo la realizan en el aula. Esto es, que muchos alumnos no quieren o no pueden permitirse una actividad extraescolar deportiva, por lo que el único ejercicio físico que llevan a cabo a la semana es el impartido en las aulas de Educación Física. Por ello, en alumnos que están en período de crecimiento no resulta nada positivo dedicar solamente dos horas a la semana a Educación Física. De este modo, la principal consecuencia que traerá consigo esta reducción de carga horaria será el aumento de **obesidad infantil** que en la actualidad se sitúa en un 26% en niños y en un 24% en niñas, según el diario *El mundo*. Estos datos son alarmantes, pero todavía lo es más el saber que estos porcentajes pueden aumentar por momentos después de las medidas tomadas.

Por otro lado, la demanda social de salud, de cuidado del cuerpo, de mejora de la propia imagen y de la condición física debe rehuir el peligroso binomio, tan presente en los medios de comunicación. Esto asocia imagen a éxito, de forma que las acciones educativas permitan reflexionar sobre el sentido y los efectos de la actividad física, promuevan actitudes y comportamientos realmente saludables, doten de las competencias necesarias para que el alumnado pueda gestionar de forma autónoma su actividad física y permitan una utilización constructiva del ocio y del tiempo libre a través de las actividades físicas recreativas y deportivas.

Además, y como ya se ha dicho con anterioridad, la práctica de actividad física genera endorfinas, que provocan un estado de felicidad, además de liberar estrés, positivo para un alumno/a que sale de la rutina de estar dentro del aula. Esta sensación placentera, se transmite no sólo durante las clases de Educación Física, sino que se



transmite a las demás asignaturas. Por ello, si restamos horas semanales a la práctica de esta materia, podría disminuir la atención y el rendimiento del alumno/a en otras áreas.

Dejando a un lado aspectos de salud, se atiende a la **socialización**. Este aspecto es muy importante en niños/as de etapa escolar, ya que es el momento en que comienzan a socializarse, dejan a un lado su egocentrismo y comienzan a formar parte de un grupo, de un colectivo de personas que seguramente mantengan durante un largo plazo. Para fomentar y ayudar al alumno a socializarse, el aula de Educación Física es un ambiente ideal, puesto que los alumnos/as están en constante socialización e interactuación con los demás, ya sea de forma verbal como no verbal.

Si restamos la carga horaria semanal a esta área, disminuiremos también las posibilidades de los alumnos/as para socializarse, para conocer el entorno que les rodea y conocer pautas sociales que les serán útiles a lo largo de su vida. Además, las actividades que se llevan a cabo en un aula de Educación Física hacen que aumente la confianza entre los participantes, llegando a crear unos lazos afectivos importantes. De este modo, alumnos/as que les cueste más relacionarse, serán ayudados por los que les resulte más fácil socializarse y buscar su lugar en un grupo social dentro y fuera del ámbito educativo.

Por otro lado, otra consecuencia que arrastraría la disminución de la carga horaria de Educación Física es la **educación en valores**. Los alumnos/as no tendrían los mismos conocimientos en cuanto a la igualdad de posibilidades en diferentes actividades; de igual modo pasaría en la igualdad entre sexos, en que el alumnado debería ser consciente de que no hay distinción de sexo en el ámbito de la Educación Física. Cabe destacar que el alumno se halla en contacto con el entorno que le rodea en todo momento, por ello, los conocimientos sobre el mismo y su conservación que se imparten desde las aulas de Educación Física serían escasos; de igual modo ocurre con las nociones básicas que adquiere el alumno/a sobre seguridad vial.

Así pues, la **educación en valores** se constituye en un elemento de especial relevancia en la educación de los niños y de las niñas. La educación para la tolerancia, para la paz, la educación para la convivencia, la educación intercultural, para la igualdad entre sexos, la educación ambiental, la educación para la salud, la educación para el



consumo y la educación vial estarán presentes como contenidos transversales en la planificación y la evaluación de todos los ciclos de Primaria. La Educación física debe estar impregnada de tolerancia, de respeto, de igualdad, de libertad, de solidaridad. Estos contenidos transversales deberán integrarse en los objetivos y contenidos curriculares del área, pudiendo constituirse en elementos organizadores de los mismos, establecer relaciones entre los contenidos de distintas áreas de forma globalizada o relacionar dichos contenidos con las experiencias del alumnado y su vida cotidiana.



## **6. INVESTIGACIÓN MUESTRA INSTRUMENTO ANÁLISIS DE RESULTADOS**



# INVESTIGACIÓN

## 6.1. MUESTRA

## 6.1. MUESTRA

Los destinatarios de esta investigación no son un grupo de población concreto. No se busca un nivel social, edad o rama de estudios específica. Al contrario, se busca diversidad, ya que así como el trabajo de fin de grado en su totalidad va dirigido a todo aquel que esté dispuesto a leerlo, la encuesta es destinada a toda persona que decida emplear un momento de su tiempo en contestarla, es decir, no ha habido ningún tipo de selección de personal específico.

De este modo, las personas que participaron disponen un perfil muy diferente entre ellos. Empezando por género y edad, y finalizando por la rama y el nivel de estudios alcanzados.

A continuación, se adjuntan una serie de tablas y gráficos en que se distribuyen tanto de manera cuantitativa como porcentual según diferentes ítems: sexo, margen de edad, mayor nivel de estudios alcanzados y rama de estudios realizada.

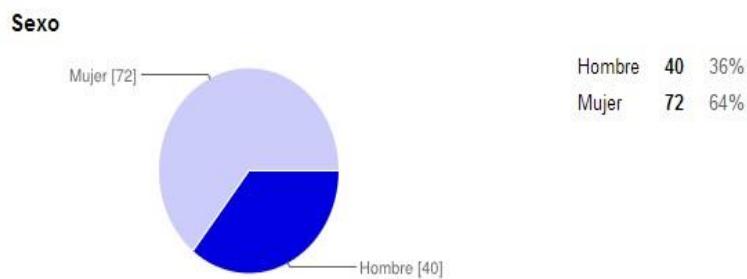


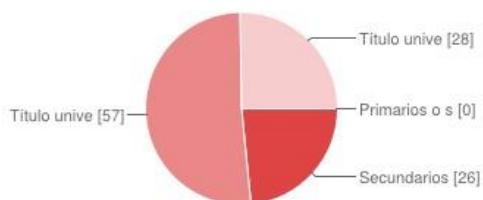
Gráfico 1. Distribución cuantitativa y porcentual según género



Margen de edad	Cantidad
Menores de 25 años	78
Mayores de 25 años	27
40 años en adelante	7
<b>Total</b>	<b>112</b>

**Tabla 1. Distribución cuantitativa según franja de edad.**

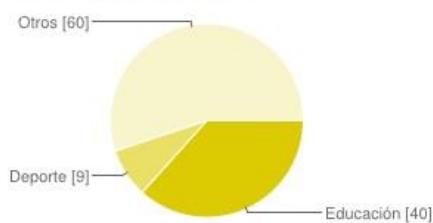
¿Cuál es el mayor nivel de estudios alcanzados?



Primarios o sin estudios	0	0%
Secundarios	26	23%
Título universitario (cursando actualmente)	57	51%
Título universitario (finalizado)	28	25%

**Gráfico 2. Distribución cuantitativa y porcentual según el mayor nivel de estudios alcanzados.**

¿Cuál es la rama de estudios?



Educación	40	37%
Deporte	9	8%
Otros	60	55%

**Gráfico 3. Distribución cuantitativa y porcentual según la rama de estudios cursada.**

Como muestran los gráficos y tablas anteriores, el número total de participantes asciende a la cantidad de 112. Así pues, la participación del género femenino ha sido mayor, de 72 mujeres, que suponen un porcentaje del 64%, frente a 40 hombres, que acarrean el 36% del género masculino; todo ello podemos observarlo en el **Gráfico 1**.



Atendiendo esta vez a la **Tabla 1**, observamos que la franja de edad que ha participado es muy variada. El sector de personas de 40 años en adelante es menor, pero suficiente para representar este margen de edad. Por su parte, el sector más multitudinario es el de menores de 25 años, puesto que dado mi entorno, eran los que forman el grupo más numeroso.

Por consiguiente y atendiendo al **Gráfico 2**, que nos muestra el máximo nivel de estudios alcanzados, salta a la vista que ninguno de los participantes posee estudios mínimos o no los tiene. Ello hace llegar a la conclusión de que todos los participantes han sido escolarizados y por consiguiente, trabajado en el área de Educación Física. Así pues, la contestación al formulario no habrá sido a ciegas, sino en base a su experiencia en su temporada en el ámbito escolar.

Por último y centrándonos en el **Gráfico 3**, la rama de estudios escogida por los participantes es variada. Así, se ha dividido en: Educación, Deportes y Otros. He escogido estos ítems puesto que son los relacionados más estrechamente al proyecto. Los estudios enmarcados en el ámbito educativo se contabilizan en 40 participantes, que suponen el 37%; por su parte, los estudios destinados al deporte cuentan con el menor número de destinatarios, con 9 personas que suponen el 8% del total. Por último, 60 son las personas que optan por otras ramas en sus estudios, lo cual nos amplía el abanico de objetividad de respuestas, al no estar tan vinculados al tema, siendo el porcentaje más elevado con un 55%.



## INVESTIGACIÓN

### 6.2. INSTRUMENTO

## 6.2. INSTRUMENTO

Según la Real Academia Española (RAE), una encuesta es *un conjunto de preguntas tipificadas dirigidas a una muestra representativa, para averiguar estados de opinión o diversas cuestiones de hecho*. Dicho esto, se sobreentiende que el instrumento elegido para este Trabajo de Fin de Grado es una encuesta.

Nuestra elección se ve justificada por la objetividad de la misma, y la facilidad para realizarla. Ya que se trata de una encuesta de múltiple respuesta y que no contiene demasiadas preguntas, se lleva a cabo en poco tiempo.

La metodología que se lleva a cabo es cuantitativa. De este modo, se presenta múltiple respuesta a elegir por el participante.

Atendiendo a la estructura del instrumento utilizado, decir que se divide en unas preguntas iniciales personales que al mismo tiempo poseen diferente respuesta; son las siguientes:

- Sexo
- Edad
- País de residencia. Elegir entre estas dos opciones: España u Otros.
- Mayor nivel de estudios alcanzados.
  - ✓ Primarios o sin estudios
  - ✓ Secundarios
  - ✓ Título universitario (Cursando actualmente)
  - ✓ Título universitario (Finalizado)
- Rama de estudios
  - ✓ Educación
  - ✓ Deporte
  - ✓ Otros



Centrándonos en la rama de estudios, escogí esas en concreto puesto que deportes y educación son las más cercanas al tema tratado en la encuesta. Así, posteriormente en el análisis de datos, veremos si guarda relación los estudios realizados con las respuestas dadas, y si todas las personas están de acuerdo en lo mismo dependiendo de su rama educativa en la etapa universitaria.

Seguidamente, se divide la encuesta en diferentes temas generales, los cuales a su vez poseen diversos ítems. Puntualizar que se trata de introducir ítems que no sean muy abundantes, pero que a su vez engloben todos los puntos de vista que se puedan tratar en dicho tema.

Dicho esto, se presentan a continuación los temas tratados y el número de ítems con los que cuenta cada uno de ellos.

- ¿Cómo me siento en Educación Física?: 10 ítems.
- Mi relación con el deporte: 7 ítems.
- Mi opinión sobre la Educación Física: 9 ítems.

A parte de estos temas generales, se establecen dos preguntas de múltiple respuesta en que se cuestiona el número de horas dedicadas tanto a realizar deporte como a ver actos deportivos, no sólo en medios de comunicación, sino también en vivo.

Atendiendo a la múltiple respuesta, se escoge variedad que pueda representar todas las opiniones y puntos de vista ante la pregunta. Todas ellas son de carácter cuantitativo, y son diferentes según el tema general en que nos encontremos. A continuación se presentan los temas citados anteriormente y las respuestas posibles en cada uno de ellos:



TEMA	RESPUESTAS
<i>¿Cómo me siento en Educación Física?</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Muchísimo <input checked="" type="checkbox"/> Mucho <input checked="" type="checkbox"/> Un poco <input checked="" type="checkbox"/> Nada, Casi Nada
<i>Mi relación con el deporte</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Muy desacuerdo <input checked="" type="checkbox"/> En desacuerdo <input checked="" type="checkbox"/> Ni en desacuerdo ni de acuerdo <input checked="" type="checkbox"/> De acuerdo <input checked="" type="checkbox"/> Muy de acuerdo
<i>Mi opinión sobre la Educación Física</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Muy desacuerdo <input checked="" type="checkbox"/> En desacuerdo <input checked="" type="checkbox"/> Ni en desacuerdo ni de acuerdo <input checked="" type="checkbox"/> De acuerdo <input checked="" type="checkbox"/> Muy de acuerdo
<i>Preguntas horarias</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Menos de 1 hora <input checked="" type="checkbox"/> Entre 1 y 3 horas <input checked="" type="checkbox"/> Entre 3 y 6 horas <input checked="" type="checkbox"/> Más de 6 horas

Tabla 2. Temas generales y respuestas de la encuesta.

Para la realización del instrumento se utiliza una aplicación de Internet llamada *Google Drive*, la cual es totalmente segura puesto que se accede a ella con cuenta de correo electrónico y contraseña. Además, es fácil de confeccionar y da un gran abanico de posibilidades en cuanto al tipo de pregunta y respuesta que queremos establecer.

A partir de ese momento, se decide enviarla vía Internet, ya sea por correo electrónico o mediante diferentes redes sociales, para que la encuesta llegue a un mayor número de destinatarios.



Una vez enviada, todas y cada una de las respuestas llegan a la misma aplicación, ordenándose en una tabla para que resulte más atractivo y sencillo analizar los resultados.



## INVESTIGACIÓN

### 6.3. ANÁLISIS DE RESULTADOS



## 6.3. ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se lleva a cabo un análisis descriptivo de los datos. De este modo, se presentan todas y cada una de las preguntas planteadas en la encuesta, y a modo de gráfica, los datos a nivel cuantitativo y porcentual de las respuestas.

### ¿Cómo me siento en Educación Física?: Interesado.

Interesado/a [¿Como me siento en Educación Física?]

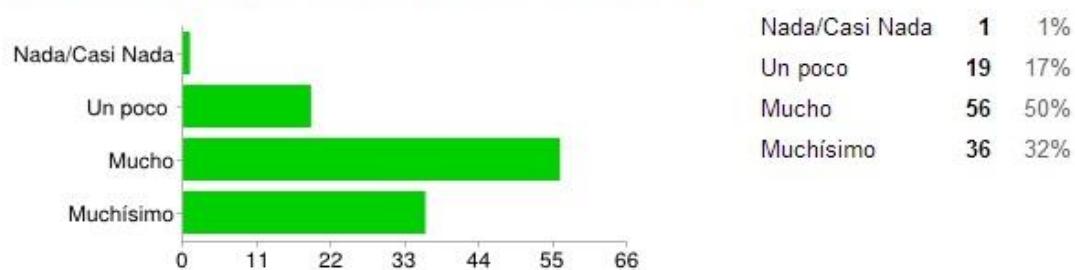


Gráfico 4. Distribución cuantitativa y porcentual del interés hacia la Educación Física.

Del total de respuestas, solamente una persona, que se corresponde a un porcentaje del 1% no se muestra nada interesada en el área de Educación Física. Por otro lado y con un porcentaje algo más elevado, hay 19 personas que suponen el 17% de los participantes que están poco interesados en la materia. El porcentaje más elevado recae sobre interesados con un 50% de las respuestas, seguido de un 32% que suponen las personas más interesadas en el área de Educación Física.

Vistos estos resultados, deducimos que el área de Educación Física muestra contenidos que resultan interesantes para la gran mayoría de los encuestados (82%).

Por contrario, para el 18% de los participantes la Educación Física no es un área interesante, bien sea por contenidos o simplemente por gusto y desvinculación a esta materia.

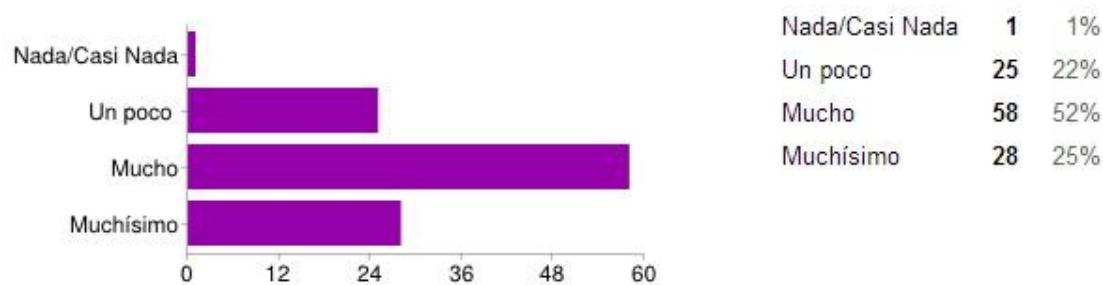


En definitiva, vistos los porcentajes analizados en esta pregunta, concluimos con una buena valoración de más de la mitad de los encuestados del área de Educación Física en cuanto a interesante se refiere.

A pesar de ello, concluimos con una pregunta relativa ya que no sólo depende de los gustos e intereses del propio alumno, sino del interés que sepa transmitir por la materia el docente a los mismos.

### **¿Cómo me siento en Educación Física? Estimulado.**

#### **Estimulado/a [¿Como me siento en Educación Física?]**



**Gráfico 5. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la estimulación en Educación Física.**

En esta ocasión, los encuestados valoran cuánto puede llegar a estimularles el área de Educación Física. Viendo la tabla posterior, vemos los siguientes resultados:

Solamente una persona no se siente nada estimulada con el área, ocupando un 1% del total de respuestas. Por su parte, son 25 las personas que se ven poco estimuladas en Educación Física, lo cual supone un 22% de los encuestados. Mostrando el porcentaje más elevado de respuestas con un 52%, avistamos personas que están interesadas notablemente con el área de Educación Física, ascendiendo a 58. Con un porcentaje más bajo, del 28%, encontramos a las 28 personas que se encuentran totalmente estimuladas con esta materia.

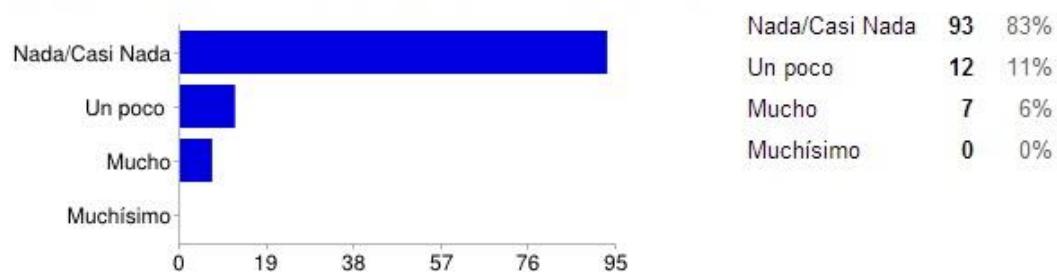
Decir de esta pregunta que es relativa, al igual que la anterior, ya que sentirse estimulado no sólo depende de uno mismo y del gusto por el área de Educación Física, sino que influyen, además, otros factores.

Entre ellos nombrar al mismo profesor que imparte el área y la metodología que lleva a cabo; también nombrar el nivel de exigencia, no sólo por parte del docente sino de la persona en particular. Además, el logro de objetivos está muy ligado a esta pregunta, ya que si el docente marca a todos los alumnos los mismos objetivos, sin tener en cuenta la diversidad de posibilidades que se dan en un aula, encontraremos alumnos poco estimulados en el grupo-clase, ya que pueden encontrar los objetivos fijados tanto inalcanzables como demasiado fáciles de lograr.

Así pues y vistos los resultados de la tabla de respuesta, llegamos a la conclusión de que prácticamente un 77% de los encuestados han tenido docentes que han sabido marcar unos objetivos adaptados a sus posibilidades, así como que han llevado la metodología adecuada en cada momento, además de ellos mismos marcarse unos niveles de exigencia correctos. Por su parte, un 23% de los encuestados han tenido dificultad en lograr los objetivos marcados por el docente y ellos mismos, bien sea por falta de motivación, o por imposibilidad de logro.

### ¿Cómo me siento en Educación Física? Disgustado

**Disgustado/a [¿Como me siento en Educación Física?]**



**Gráfico 6. Representación gráfica cuantitativa y porcentual del disgusto en Educación Física.**

A continuación analizamos lo disgustados que se sienten nuestros encuestados en el área de Educación Física.

La primera impresión al contemplar el gráfico que encontramos con anterioridad, es que ninguno de los 112 encuestados se encuentra muy disgustado en la materia, lo cual nos da impresiones positivas en un inicio. Pero estas todavía son mejores al fijar el porcentaje de encuestados que no se sienten nada disgustados en el área de Educación Física. Este último asciende a 93 personas, es decir, un 83% del total de participantes. Por otro lado, encontramos a una pequeña cantidad de encuestados que ocupan el 11% del total, junto con otro mínimo porcentaje de un 6% que se encuentran disgustados en esta materia.

Como en preguntas analizadas anteriormente, esta también es una pregunta relativa, puesto que la respuesta del encuestado no depende sólo de su opinión acerca de la Educación Física, sino también de su docente de la materia en cuestión. Así pues, si encontramos un profesor que muestre una actitud distante con el grupo-clase, que apenas utilice feedbacks positivos con el alumno y que no muestre su gusto por la asignatura, difícilmente va a transmitir interés a sus alumnos, al contrario, hará que el mismo se sienta disgustado con dicha área. El profesor de Educación Física ideal debe mostrar una actitud asertiva con sus alumnos, interactuando con ellos constantemente mediante feedbacks positivos y de apoyo, así como demostrar que el área es de su gusto en totalidad, para así, contagiar de ese gusto por la materia al alumno.

En conclusión, la gran mayoría de los encuestados han tenido un docente con estas últimas características, dato muy positivo en este Trabajo de Fin de Grado; además, ellos mismos también muestran gusto por la Educación Física, lo cual es de gran importancia para que la relación profesor-alumno sea la ideal (aprender a aprender).



### ¿Cómo me siento en Educación Física? Nervioso.

Nervioso/a [¿Como me siento en Educación Física?]

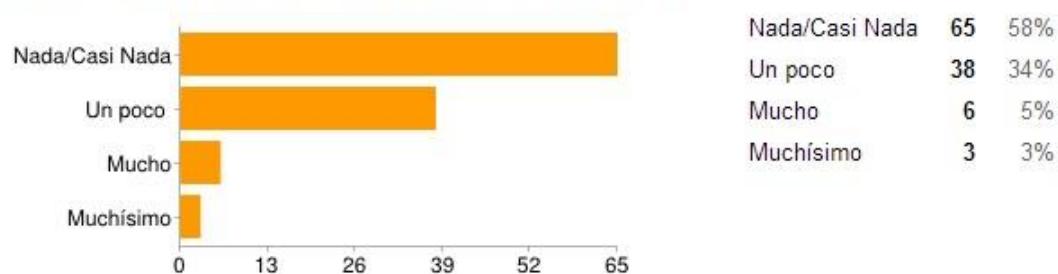


Gráfico 7. Representación gráfica cuantitativa y porcentual del nerviosismo en Educación Física.

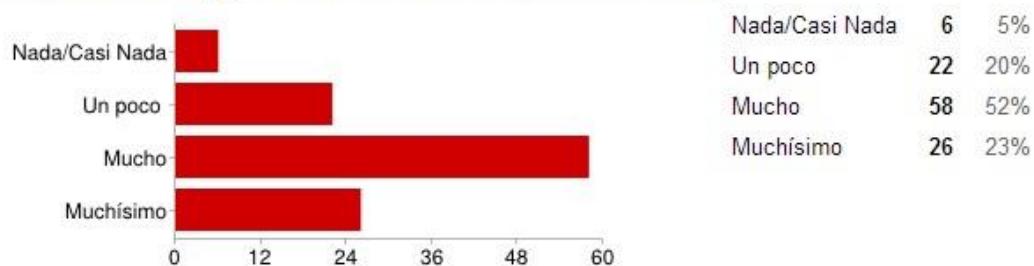
A la hora de analizar el nerviosismo de los encuestados en una sesión de Educación Física, encontramos que 65 de los mismos, es decir, un 58%, no sienten nerviosismo. Por su parte, un 34% del total de participantes se sienten algo nerviosos en Educación Física, mientras que un 6% y un 3% se sienten nerviosos y muy nerviosos respectivamente.

Más de la mitad de participantes no se sienten nerviosos en una sesión de Educación Física, lo cual puede venir dado bien por la actitud del docente o de ellos mismos. Esto es, la confianza que deposita el docente en sus alumnos y la que haga que tengan en ellos mismos. Si un alumno confía en sí mismo y su autoestima es alta, si los objetivos fijados se adaptan a sus necesidades, no hay nerviosismo que valga.

Por su parte, el 42% restante sí que siente nerviosismo, ya sea en menor o en mayor medida. Las causas de este porcentaje pueden venir dadas por motivos similares a los expuestos con anterioridad. Por un lado, por el propio alumno, bien sea porque no tiene confianza en sí mismo en el área de Educación Física o porque su actitud hacia la materia es pasiva. Y por otro lado, por el profesor, porque su actitud no sea la necesaria para transmitir seguridad en sí mismos a los alumnos, o porque no haya logrado adaptar los objetivos curriculares a las aptitudes de todos los alumnos del grupo clase.

### ¿Cómo me siento en Educación Física? Entusiasmado.

#### Entusiasmado/a [¿Como me siento en Educación Física?]



**Gráfico 8. Representación gráfica cuantitativa y porcentual del entusiasmo por la Educación Física.**

En el anterior gráfico se muestran las cantidades y los porcentajes correspondientes al entusiasmo que muestran los encuestados en una sesión de Educación Física o en el área en general.

Así pues, el porcentaje de encuestados que no se muestran nada interesados en la Educación Física es mínimo, ya que supone un 5% con un total de 6 encuestados. El mayor porcentaje lo ocupan aquellos que se sienten entusiasmados, suponiendo un 52% del total, con un número de 58 personas, seguido de un 23% que suponen aquellos que se sienten muy entusiasmados con dicha materia. Por último, son 22 las personas que se sienten poco entusiasmadas con el área de Educación Física, es decir, un porcentaje del 20% total.

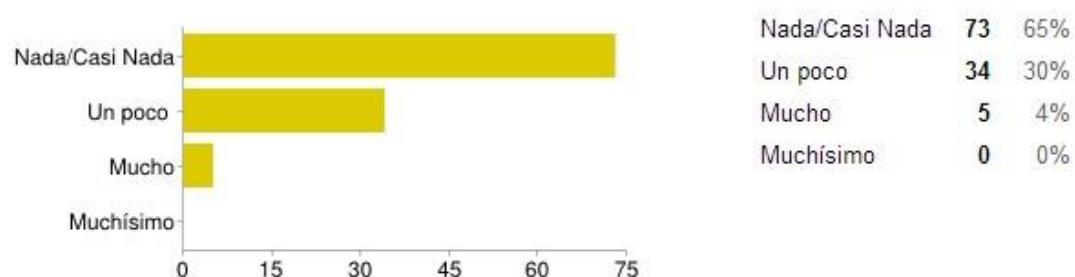
A grosso modo, los resultados en esta pregunta son satisfactorios, ya que la mayoría de los encuestados se sienten entusiasmados con esta materia. Dicho entusiasmo puede venir dado por el propio gusto hacia la asignatura por parte del alumno, o bien porque el docente ha transmitido ese entusiasmo a los educandos. La metodología es un carácter muy importante en esta área, puesto que si la llevamos correctamente, el resultado es un grupo-clase entusiasmado, disfrutando de lo que hace. Por otro lado, si llevamos una metodología autoritaria, en que apenas damos feedbacks a los alumnos, no lograremos atraerles a la Educación Física. Este último, debió ser el caso del 25% de los encuestados que no se sienten entusiasmados en esta materia, aunque también puede ser por causas intrínsecas, es decir, personas que no sienten



atracción por el deporte ni la Educación Física y que tampoco dejan que el propio docente les muestre todo lo que puede aportar.

### ¿Cómo me siento en Educación Física? Miedoso

#### **Miedoso/a [¿Como me siento en Educación Física?]**



**Gráfico 9. Representación gráfica cuantitativa y porcentual del miedo hacia el área de Educación Física.**

En esta gráfica se muestra el sentimiento de miedo que puedan tener nuestros encuestados hacia el área de Educación Física.

Así pues, lo primero que vemos es que ninguno de los 112 participantes muestra mucho miedo al área, y un mínimo 4%, es decir, 5 personas, muestran miedo hacia ella. Este, puede ser explicado por alguna mala experiencia durante la etapa escolar con dicha área, o porque el disgusto hacia esta puede llegar a crear miedo a realizar cualquier actividad de más o menos dificultad.

Por su parte, un 30% del total de encuestados se muestra con miedo hacia la Educación Física. Como he dicho anteriormente, este miedo puede venir de una mala experiencia pasada en una sesión de esta materia, o por la dificultad de alguna actividad. Si el miedo que puedan tener algunas personas a esta área (bien sea a la asignatura en general o a realizar alguna serie de habilidades motrices), se suma a una actitud violenta por parte del docente, que obliga a realizar los ejercicios sin tener en cuenta la actitud del alumno, tiene como resultado un miedo hacia la Educación Física irreversible.

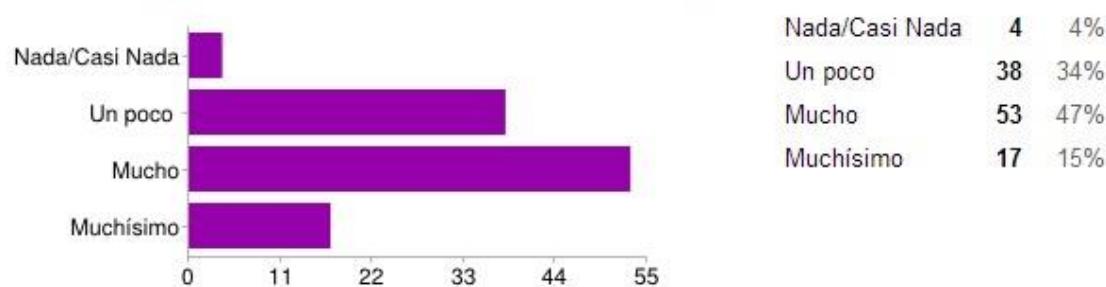
Por último, atendemos al 65% restante. Estas 73 personas no tienen ningún tipo de miedo al área, es decir, han tenido experiencias positivas en su escolaridad y muestran una actitud completamente activa y asertiva.



Impresión muy positiva al contemplar este gráfico, puesto que la gran mayoría de los participantes no muestran miedo a la Educación Física, es decir, sus profesores y su actitud hacia la materia es positiva.

### ¿Cómo me siento en Educación Física? Confiado.

#### **Confiado/a [¿Como me siento en Educación Física?]**



**Gráfico 10. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la confianza hacia el área de Educación Física.**

La primera impresión al observar la gráfica anterior, es el mínimo porcentaje de participantes que no se sienten confiados en Educación Física. Este, cuenta con 4 personas que suponen el 4% del porcentaje total. Esto nos da buenas impresiones, puesto que es positivo sentirse confiado en esta área.

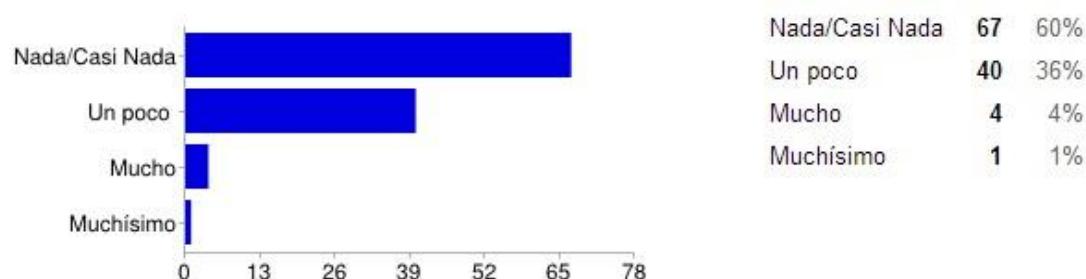
Un porcentaje de personas, el 34% del total, se sienten poco confiadas en Educación Física. Esto, al igual que con el miedo, puede venir dado por una mala experiencia en la escolaridad. Tenemos que tener claro, como docentes, que ningún alumno tiene un perfil si quiera parecido a otro, que sus expectativas, sus limitaciones y sus habilidades motrices serán diferentes. Por ello, los objetivos que debemos plantear para cada uno serán diversos.

Seguimos analizando el gráfico anterior, y encontramos 53 personas, que suponen un porcentaje del 47%, que se sienten confiados y un 15% que se muestran muy confiados en Educación positiva. Un total de un 62% del total que se sienten confiados en mayor o menor medida. Esto es, algo positivo para el área en general, porque se demuestra que con unos buenos objetivos, una buena metodología, y una

buenas actitudes del docente especialista, podemos conseguir mejorar la autoestima del alumno no sólo para esta área, sino para otras, así como para el resto de su vida, fuera del ámbito escolar.

### ¿Cómo me siento en Educación Física? Inseguro.

#### **Inseguro/a [¿Como me siento en Educación Física?]**



**Gráfico 11. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la inseguridad hacia el área de Educación Física.**

Impresiones positivas, una vez más, dado el mínimo porcentaje que se siente insegura en la práctica de Educación Física. En esta ocasión, suponen un 5% del total de encuestados. Al ser un porcentaje tan mínimo, puede ser por casos aislados que no tengan seguridad en sí mismos o que en su escolaridad no se la hayan dado, y por tanto les ocurre en esta área y probablemente les suceda en otras o en situaciones fuera del entorno escolar.

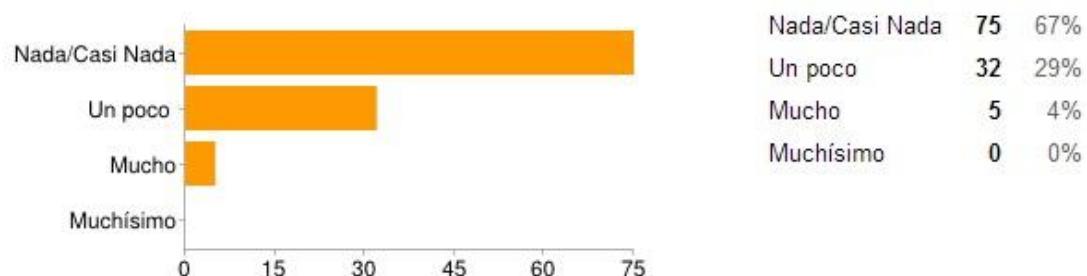
Por su parte, más de la mitad de encuestados, 67 personas que suponen un 60% del total, no se sienten nada inseguros. Esto viene dado por una buena autoestima por parte de ellos mismos, y también, por una buena actuación docente del especialista en Educación Física, que habrá conseguido que confíen en ellos mismos para lograr realizar una serie de habilidades motrices, o para superar un conjunto de retos propuestos por el mismo docente y adaptados a las posibilidades de los alumnos.



Por último, señalar un colectivo que supone el 36% del porcentaje total que se sienten un poco inseguros. Así, tiene que haber diversidad de opiniones y de perfiles. Este grupo de personas pueden sentirse algo inseguras en la práctica de Educación Física o por falta de autoestima, o por una frustración por no lograr los retos planteados por el docente en el aula. También está la hipótesis de que el mismo docente especialista, no haya sido capaz de motivar a los alumnos lo suficiente, o que los retos fueran demasiado elevados en comparación de las posibilidades de los alumnos.

### ¿Cómo me siento en Educación Física? Avergonzado.

#### **Avergonzado/a [¿Como me siento en Educación Física?]**



**Gráfico 12. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de lo avergonzado que se sienta el encuestado en Educación Física.**

En esta ocasión, es un mínimo porcentaje de personas las que se sienten avergonzadas en Educación Física, y nadie los que se sienten muy avergonzados. Como en el gráfico anterior, suponemos que se trata de casos aislados que puedan tener baja autoestima y experiencias negativas durante su etapa escolar.

Por su parte, un porcentaje del 67% suponen las personas que no se sienten nada avergonzadas en esta área. Este es un dato positivo, puesto que demuestra los valores tratados en la Educación Física de respeto y tolerancia a los demás. En esta materia, se exige la adquisición de una serie de habilidades motrices; así, cada persona es diferente, por lo que las logra con mayor o menor rapidez. Si educamos correctamente a nuestros alumnos, estos se dedicarán a ayudar y animar al alumno que le cueste más lograr los



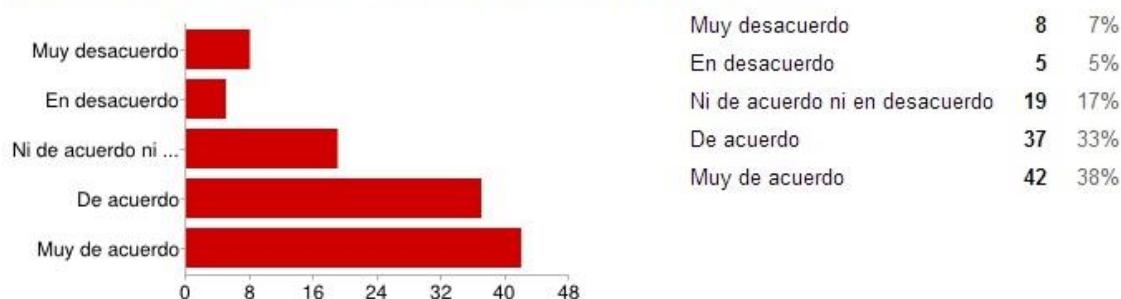
retos y objetivos planteados, en lugar de mofarse de él, haciendo que se sienta avergonzado de sus limitaciones en el área.

Por último señalar al colectivo de encuestados que se encuentran entre una situación y otra; personas que se sienten un poco avergonzadas en las sesiones de Educación Física. Estos, suponen un porcentaje del 29%. Así, estas personas pueden haber tenido situaciones aisladas en su etapa escolar en que se hayan podido sentir avergonzados por razones muy variadas, pero que en otras no ha sido así.

En conclusión, para evitar alumnos avergonzados, tenemos que hacer mella en los valores fundamentales de la Educación Física como son el respeto, y el compañerismo hacia los demás y nosotros mismos. Así pues, aquellas personas con alta autoestima y habilidades motrices notables, deberán motivar, ayudar a los compañeros con más limitaciones para subir su autoestima, y, mediante cooperación, lograr todos los objetivos y retos planteados por el docente en el aula.

### **El deporte es importante en mí día a día.**

**El deporte es importante en mi día a día [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 13. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la importancia del deporte en el día a día.**

En esta gráfica se muestra la importancia del deporte para los encuestados en su vida diaria. Así, lo primero que salta a la vista es la variedad de respuesta. Si que encontramos mayoría hacia un acuerdo que a un desacuerdo, pero las respuestas están muy dispersas.

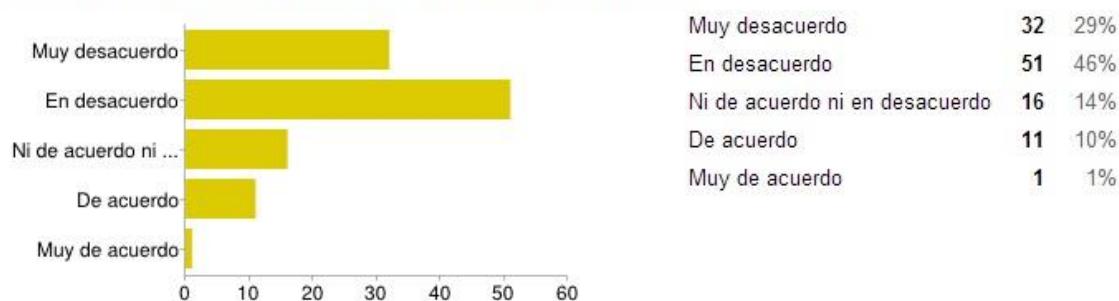
De este modo, el porcentaje mínimo lo suponen las personas para las que el deporte no es nada importante diariamente en sus vidas. Así, suponen el 7% del total, y seguramente serán personas desvinculadas a la práctica deportiva, que seguramente la única actividad física que realicen será la del ámbito educativo, al igual que el otro 5% de encuestados para los que el deporte es menos importante diariamente.

Encontramos un colectivo que supone el 17% del porcentaje total, que se encuentra entre dos aguas, es decir, ni sí ni no. Esto es, una actitud de indiferencia, cabe entender, en cuanto a la práctica deportiva diaria. Así pues serán personas que realicen actividad física fuera del ámbito educativo pero que no será una obligación. Es decir, podrían prescindir en algún momento de ello.

Por último, atender a las personas para las que, en mayor o menor medida, el deporte es importante en su vida diaria. Estos, que ocupan un porcentaje del 71%, realizan deporte diariamente, dentro y fuera del ámbito escolar. Esto es algo que tenemos que fomentar desde la escuela, la importancia de la práctica deportiva diaria para el bienestar y mejora de calidad de vida.

### **Puedo prescindir del deporte**

#### **Puedo prescindir del deporte [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 14. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de prescindir del deporte.**

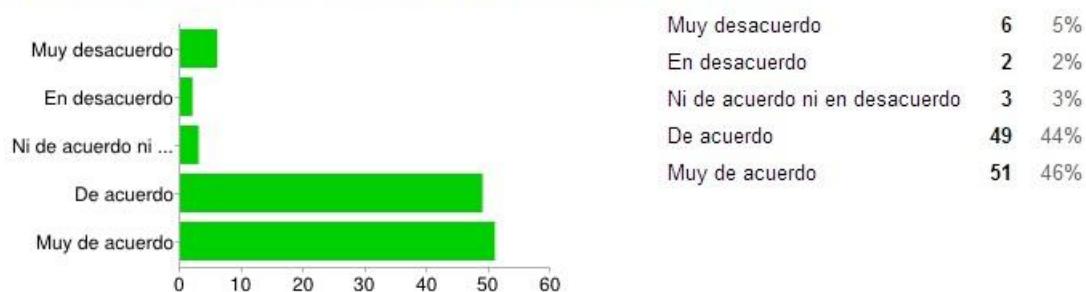
Nuevamente los participantes de la encuesta nos sorprenden gratamente, siendo solamente una persona la que podría prescindir del deporte con toda seguridad, junto con otro pequeño porcentaje de un 10% está de acuerdo con dicha afirmación. Este resultado no es para nada preocupante, puesto que este colectivo lo formarán personas

desvinculadas con la actividad física y con otras inquietudes. A pesar de ello, podemos hacer mella para que comprendan que la actividad física va ligada a tener una vida sana, por lo que la práctica deportiva es totalmente recomendable.

Por su parte, las personas que no podrían prescindir del deporte, ya sea en mayor o en menor medida, suponen el 75% del total de los participantes en la encuesta, por lo que se demuestra la importancia del deporte en la sociedad actual, y a diferentes niveles de edad. Además, en la actualidad, se da mucha importancia a la vida saludable, y para ello es muy importante el deporte. A raíz de esto pues, podemos afirmar que para que nuestros alumnos en un futuro tengan una conciencia de vida saludable, desde el colegio en el área de Educación Física debemos transmitir este mensaje.

### **Encuentro interesante la actividad física**

**Encuentro interesante la actividad física [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 15. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de lo interesante que resulta la actividad física.**

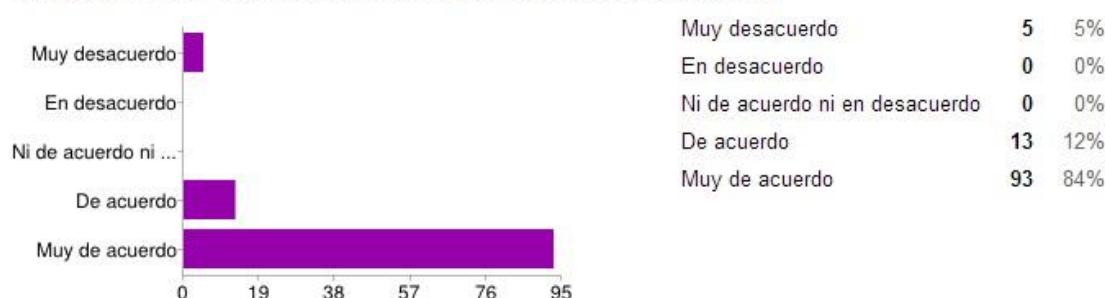
En esta ocasión, es mayor el número de encuestados que encuentran interesante la Educación Física. Esto se explica porque muchas personas la encuentran interesante, y reconocen que es importante en el día a día, aunque no la practiquen. Así pues las personas que están de acuerdo y muy de acuerdo con esta afirmación suponen un 44% y 46% respectivamente, haciendo un total de un 90% total. Esto es un dato muy importante y esperanzador, puesto que entendemos que la gente valora la importancia de la actividad física en la vida de cualquier persona.



Por otro lado, y viendo la otra cara de la moneda, son un 7% el porcentaje de participantes que no encuentran interesante la actividad física, y un 3% que prefieren no decantarse por una respuesta clara. Así pues, y como he dicho anteriormente, no es un dato alarmante, ya que es un porcentaje muy pequeño de personas. Lo realmente importante es que la mayoría de los participantes de la encuesta encuentren la actividad física interesante.

### **El deporte está vinculado con la salud**

**El deporte está vinculado con la salud [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 16. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la vinculación del deporte con la salud.**

Lo primero que nos llama la atención al contemplar este gráfico, es que ninguno de los participantes de la encuesta tienen opiniones neutrales, es decir, nadie ha contestado “ni de acuerdo ni en desacuerdo”, ni “en desacuerdo”. Así pues, sólo encontramos 5 participantes que se muestran muy en desacuerdo con la vinculación del deporte y la salud, es decir, un 5% del total. Es un porcentaje mínimo que, comparado con los datos de personas de acuerdo con la misma, no son alarmantes ni representan a una gran parte de la sociedad actual.

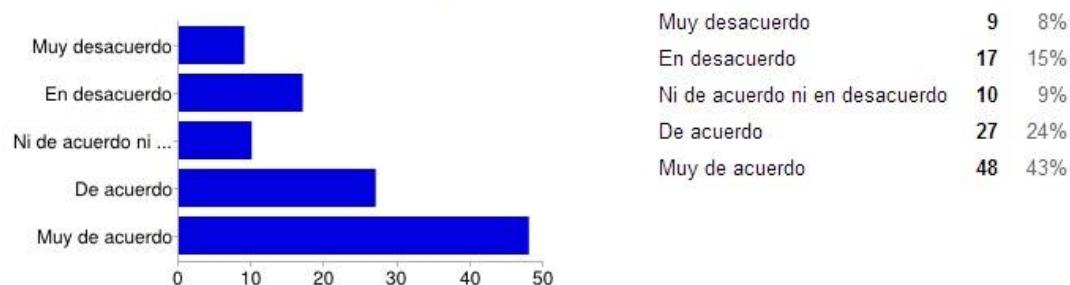
Por consiguiente, el 12% están de acuerdo en la vinculación deporte-salud, mientras que una mayoría del 84% está muy de acuerdo con dicha afirmación. Un total de 106 personas, que suponen el 96%. Así, se valora la educación física, no sólo el deporte, relacionándolo directamente con la salud. De este modo, desde la escuela y



desde dicha materia, debemos transmitir a nuestros alumnos esta importancia del deporte y la actividad física, y su relación con tener una vida saludable.

### **Practica semanal de actividad física**

**Practico actividad física semanalmente [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 17. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la práctica semanal de actividad física.**

En la gráfica que encontramos en la parte superior, vemos una gran diversidad de respuestas. Por la pregunta que se formula, era de esperar que esto iba a suceder, puesto que cada persona posee un perfil diferente, y más todavía si lo relacionamos con actividad física.

Así pues, encontramos el mínimo porcentaje en personas que no llevan a cabo una práctica semanal de actividad física, un 8%. Probablemente, sean personas desvinculadas completamente con la actividad física y el deporte. Por otro lado, encontramos un porcentaje algo más elevado, con un 15% personas que apenas practican semanalmente actividad física.

El colectivo neutral, ocupa un 9%. A este colectivo se le entiende como el que realiza actividad física de forma semanal mínimamente, además de resultarle indiferencia; esto es, que si en alguna ocasión no pudiesen realizar actividad física no les supondría ningún problema.

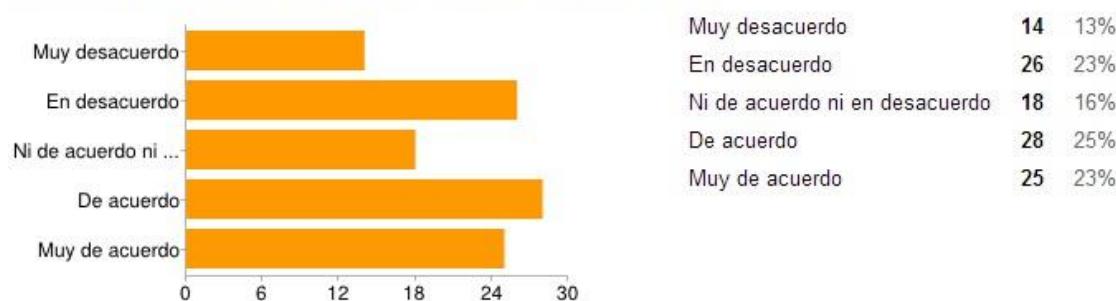
El siguiente porcentaje más elevado es de un 24%, y es ocupado por personas que sí que realizan actividad física de forma semanal. Para este colectivo sí que es importante dedicar parte de su tiempo al deporte y ejercicio físico. Pero para el



colectivo que más importancia tiene la actividad física a la semana es para el siguiente, el cual ocupa un porcentaje del 43%, casi la mitad del total de participantes. Estos, entienden la actividad física como complemento necesario para la vida saludable. Además, no lo ven como una obligación, sino como disfrute.

### **Practico varios tipos de deporte**

**Practico varios tipos de deporte [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 18. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de los tipos de deporte practicados.**

Puede que esta gráfica sea la que ofrece más variedad de respuesta, siendo los resultados más repartidos hasta el momento. Así pues, el 13% y 13% están muy y en desacuerdo con esta afirmación. Esto, se puede interpretar de dos maneras. La primera es que apenas llevan a cabo práctica deportiva de cualquier tipo, o la segunda, que es que se centran en la práctica de un único deporte.

Como en gráficos anteriores, observamos que el colectivo neutral, es decir, encuestados que contestan “ni de acuerdo ni en desacuerdo”, ocupan un 16% del porcentaje total. Estos, probablemente les sea indiferente practicar uno u otro deporte, sin importar la frecuencia. Esto es, que tan pronto pueden estar una temporada practicando un solo deporte, como en otra ocasión variar más entre uno y otro. Pero esto son solo suposiciones, puede que simplemente muestren indiferencia entre variar o no de deporte que practicar.

Y por último pasamos al último grupo de participantes, los que están de acuerdo y muy de acuerdo, con un porcentaje de un 25% y 23% respectivamente. Seguramente

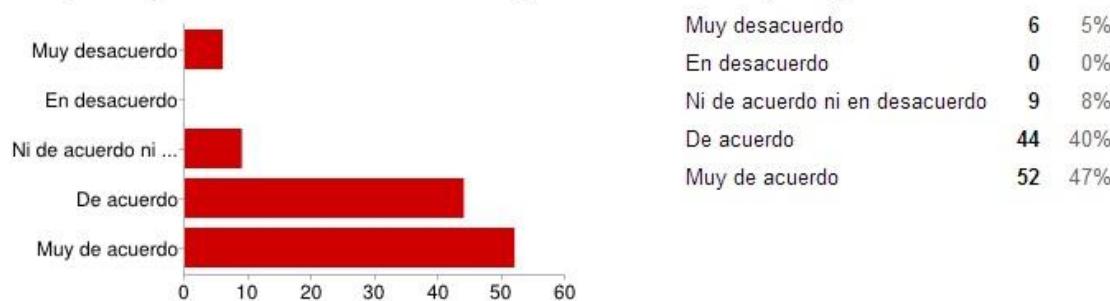


estas personas forman parte del colectivo que más vinculado se encuentra con la actividad física en su general. Como consecuencia de ello, cabe esperar que no sólo dediquen su tiempo en practicar el mismo deporte, sino que les guste probar, experimentar y mejorar en otras ramas deportivas diferentes.

Es esto último lo que debemos fomentar desde la escuela. No sólo la práctica deportiva, sino la variación de actividad física. Cuantos más tipos de deporte practiquemos, más nos alejaremos de la rutina y del posible cansancio. Además, una persona que no le llame la atención el deporte, cuantos más tipos del mismo experimente, al final encontrará aquel que realmente le guste y tenga aptitudes y habilidades motrices para llevarlo a cabo de forma positiva.

### **El deporte ayuda en las relaciones sociales**

**El deporte ayuda en las relaciones sociales [Mi relación con el deporte ]**



**Gráfico 19. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la ayuda del deporte en las relaciones sociales.**

Los resultados de este gráfico son más homogéneos que en el anterior. Así pues, y a excepción de un pequeño porcentaje de participantes, más concretamente un 5%, están en completo desacuerdo con esta afirmación. Es decir, piensan que el deporte y las relaciones sociales no están vinculados de ninguna manera. Como explicación, la única comprensible es que estas personas están desvinculadas completamente del ámbito deportivo.

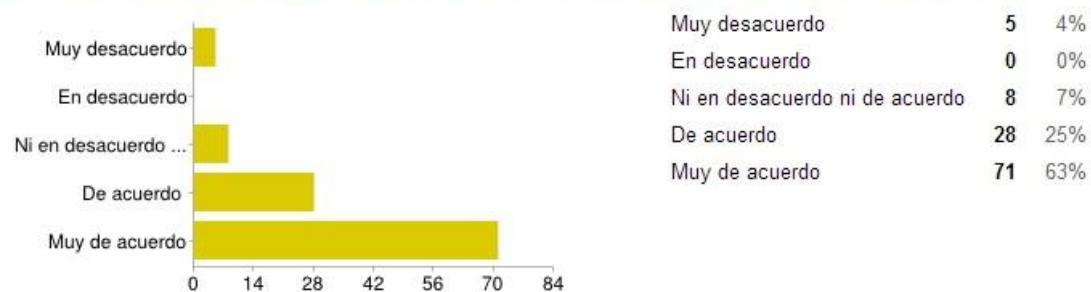
Por otro lado tenemos al colectivo neutral que supone un 8%, que mantienen una posición imparcial ante este tema.



Por último el colectivo en mayoría, que son las personas que están en mayor o menor medida de acuerdo con la relación entre el deporte y el ámbito social. Suponen un 40% y un 47%, es decir, un total de un 87% del porcentaje integral. Así, entendemos que estas personas practican deporte habitualmente, o, aunque no lo practiquen, creen en él como enriquecedor de relaciones sociales. Esto es, que un deporte, por individual que sea, hace relacionarte con los demás, ya sean compañeros o adversarios.

### **La Educación Física es importante en la educación**

**La Educación Física es importante en la educación [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 20. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la importancia de la Educación Física en la educación.**

Al igual que en el gráfico visto con anterioridad, la diversidad de respuesta es bastante escasa, ya que la gran mayoría de los encuestados están de acuerdo con la afirmación. Estos, suponen un porcentaje del 88%. En esta ocasión, no tienen por qué ser personas ligadas a la actividad física, el deporte o la Educación Física como tal, sino que pueden también, ser personas no relacionadas con este ámbito, pero conscientes de la verdadera importancia del área de Educación Física en la educación de todo alumno. Personas que ven más allá de actividad física en esta materia, que creen en la educación en valores y educación para la salud. Por ello, que el porcentaje que representa este colectivo sea tan elevado es un dato muy positivo para esta área.

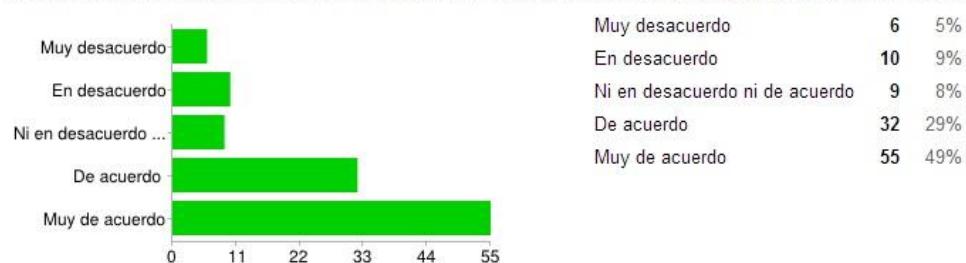
Por su parte encontramos una minoría que se siente en total desacuerdo con la importancia de la Educación Física en la educación de un niño/a. Estos representan un 4% del porcentaje total. Probablemente sean personas que consideran que es un área destinada al ocio del alumno, que no va más allá de práctica y actividad física, y que no tiene ni contenido teórico que aportar, ni siquiera unos valores. Por ello, desde el aula,



debemos demostrar que este colectivo se equivoca, que Educación Física es un área completamente transversal e interdisciplinar, que no es ni más ni menos que las demás, simplemente es importante en la educación de todo alumno/a en el sistema educativo.

### **Mi experiencia con la Educación Física en la escuela ha sido satisfactoria**

**Mi experiencia con la Educación Física en la escuela ha sido satisfactoria [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 21. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la experiencia con la Educación Física.**

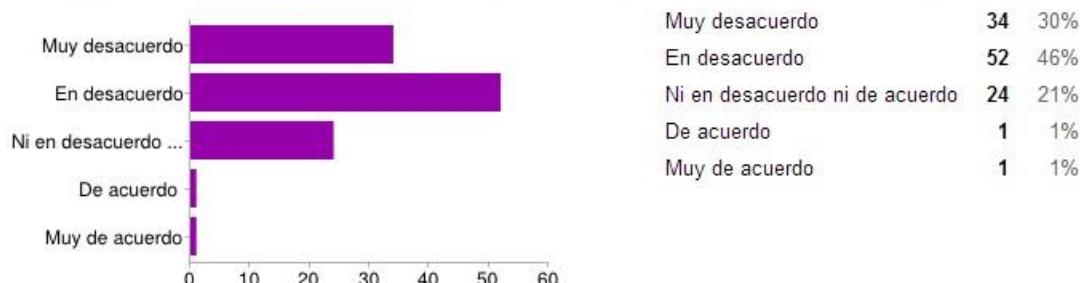
En esta ocasión, encontramos una amplia mayoría que ha tenido una experiencia satisfactoria en mayor o menor grado. Así, el 78% de las personas encuestadas forman parte de este colectivo. Se supone que el grado de satisfacción por la experiencia que se ha tenido en la etapa escolar en Educación Física, viene marcada en su gran parte por el docente que ha impartido dicha área. Por ello, se sobreentiende que el clima creado en clase por parte de los docentes de estas personas ha sido el adecuado, así como lo han sido los retos y objetivos fijados, adaptados a las posibilidades de cada alumno. Por ende, la actitud del propio alumno en su momento también tuvo que ser receptiva y abierta al aprendizaje, sino nada de esto sería viable.

Por el contrario, nos encontramos a las personas que no tuvieron una experiencia satisfactoria en su etapa escolar con el área de Educación Física. En total, suponen un 14% del porcentaje total. La justificación posee los mismos factores citados con anterioridad. Por un lado, que tanto el clima en el aula, como los objetivos y retos, así como la propia actitud del docente no haya sido la adecuada; y por otro lado, la actitud del alumno no haya sido receptiva, sino pasiva. Todo ello, hace que no se haya tenido una experiencia gratificante con esta materia.



### **Cualquier área es más importante que la de Educación Física**

**Cualquier área es más importante que la de Educación Física [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 22. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la importancia de la Educación Física sobre otras áreas.**

Lo primero que percibimos al fijar la mirada en el gráfico, es el escaso porcentaje de personas que no consideran cualquier área más importante que la de Educación Física. Estos, suponen un 2% para nada alarmante en este estudio. Así, el porcentaje restante la consideran igual de importante que las demás, lo cual es notablemente gratificante.

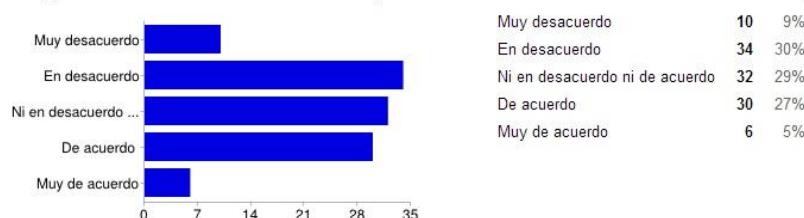
Así, ese colectivo que está de acuerdo o muy de acuerdo con que todas las áreas educativas son igual de importantes, representa un 76% del porcentaje total. Así, pues es un dato cuanto menos positivo, dado que es como tiene que ser. Es decir, lo importante de este estudio es que se vea que las personas valoran la Educación Física de igual manera que las demás materias, y creo que con esta pregunta se refleja a la perfección.

Atendiendo al colectivo que constituye un 21%, son aquellos que mantienen una postura neutral. No hay mucho que decir sobre ellos, simplemente que la consideran, he de suponer, por un lado igual de importante en cuanto a los valores que transmite a los alumnos, y por el otro lado menos, porque, como mucha gente cree, no aporta los mismos conocimientos teóricos que otras áreas.



## **Dos y tres horas semanales son suficientes para dedicarlas a la Educación Física en la escuela**

**Dos y tres horas semanales son suficientes para dedicarlas a la Educación Física en la escuela [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 23. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de si dos y tres horas semanales son suficientes para dedicarlas en la escuela a la Educación Física.**

El planteamiento de esta pregunta viene dado por el tema en discordia con la Educación Física en la actualidad, en que, como ya he dicho con anterioridad, la nueva ley de Educación estima restar horas semanales a esta materia, llegando a ser una a la semana la reducida en la comunidad aragonesa.

Las opiniones de los encuestados ante esta pregunta son variadas. El porcentaje menor, con un 5% lo forman personas que están muy de acuerdo en que dos y tres horas semanales son suficientes. Es un colectivo mínimo, por lo que no hay mucho que puntualizar sobre el mismo.

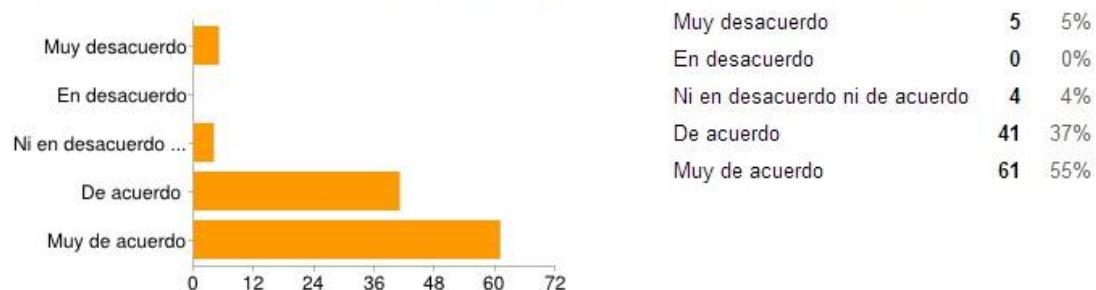
Por otro lado, un gran porcentaje, 27%, están de acuerdo con las horas dedicadas a la semana a Educación Física. Esto hace entrever que están de acuerdo con la ley de Educación plasmada con anterioridad, y que hace que esta materia se vea infravalorada respecto a las demás.

El mayor porcentaje corresponde a personas en desacuerdo con la medida tomada, aunque no sea una cantidad mayor a la de las personas que están de acuerdo con la misma, situándose en un 30%, solamente tres puntos de diferencia con el colectivo anterior. Así pues, son personas dedicadas a la educación y el deporte en su mayoría, por lo que cabía esperar su respuesta, al igual que las que están muy en desacuerdo con la afirmación, suponiendo un porcentaje del 9%.

El resto son personas que se muestran neutrales ante la medida tomada.

### **La Educación Física fomenta los valores**

**La Educación Física fomenta los valores [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 24. Representación gráfica cuantitativa y porcentual del fomento de valores por parte de la Educación Física.**

Los resultados obtenidos en esta gráfica son alentadores, puesto que la mayoría de los encuestados creen en el fomento de educación en valores por parte del área de Educación Física. Este grupo de personas suponen un 37% y un 55% en tanto que están de acuerdo y muy de acuerdo respectivamente con la afirmación presentada. Como ya he justificado anteriormente en un punto dedicado expresamente a esto: Educación en valores, esta materia sustenta su base en ello; esto es, educar a nuestros alumnos sobre unos valores de tolerancia y no discriminación entre otros, que no sólo les son útiles dentro del área en cuestión, sino en otras así como fuera del ámbito educativo en todos los sectores de su vida diaria.

Solamente cuatro personas, que suponen un 4% del porcentaje total se muestran imparciales ante el fomento de educación en valores en Educación Física, junto con un escaso 5% que opinan que esta área no educa en valores a los alumnos. Este sector de personas probablemente estén desvinculadas de la materia, o bien, en su etapa educativa su docente especialista en Educación Física no les transmitió los valores requeridos para la asignatura.

### **La Educación Física se relaciona con otras áreas**



**Gráfico 25. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la relación de la Educación Física con otras áreas.**

Como cabía esperar, la mayoría de los encuestados (77% del porcentaje total), están de acuerdo con la interdisciplinariedad de la Educación Física. Así pues, en esta materia no sólo se tratan aspectos relacionados con la actividad física y habilidades motrices, sino que se tratan contenidos relacionados con otras áreas como Matemáticas, en cuanto a sumas y restas en variaciones de juegos, poder realizar divisiones para confeccionar equipos, entre otros; por otra parte está íntimamente relacionada con el área de Conocimiento del Medio, por la constante interactuación del alumno con el entorno que le rodea; también la podemos relacionar con la lengua extranjera, ya sea Inglés o Francés, en variaciones de juegos y actividades en que se pida al alumno un nivel básico de vocabulario de la lengua en cuestión; también con el área Artística, puesto que en muchas actividades se utilizan recursos musicales o plásticos para llevarlas a cabo; también se relaciona con la Lengua Castellana, ya que los alumnos están en constante comunicación verbal y escrita tanto con el docente como con sus compañeros.

Viendo la otra cara de la moneda, encontramos personas que están en desacuerdo y muy en desacuerdo con esta afirmación. En total son un 8%, un porcentaje mínimo que opina que la Educación Física ciñe sus contenidos a la actividad física, alejándola de las demás materias y los contenidos que estas poseen.

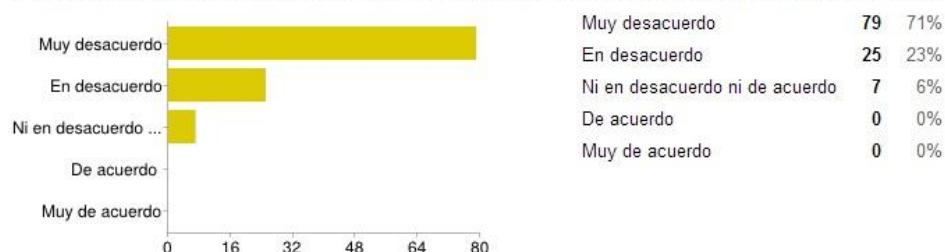
Por último, atendiendo al grupo de personas (15%), que mantienen una postura neutral en esta afirmación, se supone que opinan que la Educación Física está



relacionada con alguna otra materia del sistema educativo, pero no con todas. Por ello, espero que esas personas al leer este proyecto, se den cuenta de que estaban equivocadas, en cuanto a que sí, la Educación Física es un área interdisciplinar, puesto que sus contenidos se relacionan con todas las demás áreas curriculares.

### **Deberían disminuir las horas semanales de Educación Física en la escuela**

**Deberían disminuir las horas semanales de Educación Física en la escuela [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 26. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la disminución de horas semanales de Educación Física.**

Probablemente sea esta la pregunta de la encuesta de más importancia, puesto que, más incluso que la vista con anterioridad, muestra la medida tomada por la última Ley de Educación. Así pues, en ella, los participantes muestran su opinión sobre si esta decisión curricular es o no, apropiada para el sistema educativo.

El punto más interesante es saber que nadie está de acuerdo con la medida, salvo un pequeño colectivo que se muestra imparcial. El resto (94%), se muestran en mayor o menor medida, descontentos. Así pues, consideran que menos horas semanales destinadas al área de Educación Física es una infravaloración para la misma, dejando entrever la importancia para estas personas de la materia en cuestión.



### Gimnasia y Educación Física es lo mismo

Gimnasia y Educación Física es lo mismo [Mi opinión sobre la Educación Física]



**Gráfico 27. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de si Educación Física y Gimnasia es lo mismo.**

Otro de los temas en controversia que tienen que ver con la Educación Física, es que muchas personas piensan que esta y Gimnasia es lo mismo, por lo que la llaman así.

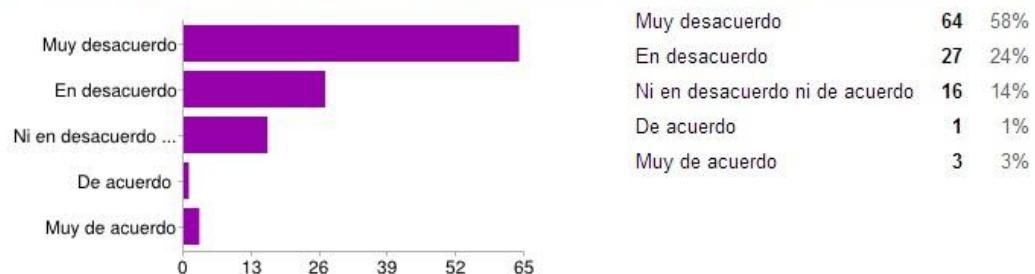
Observando el gráfico podemos comprobar cómo el 55% de los participantes no consideran que sea lo mismo bajo ningún concepto, al igual que el otro 27%. Este pues, resulta ser un dato positivo que demuestra que las personas que llaman Gimnasia al área de Educación Física, realmente no son tantas.

Por su parte, encontramos un 11% de los encuestados que parece no tenerlo claro, mientras que un 8% si que creen, en mayor o menor medida, que Gimnasia y Educación Física es lo mismo. Es a este colectivo de personas a los que habría que hacerles entender, que Gimnasia y Educación Física **no** es lo mismo. La explicación es muy simple y es la siguiente: Gimnasia es un contenido que se trabaja dentro de la Educación Física. Esta última es un área que abarca diferentes contenidos, y Gimnasia es uno de ellos. De este modo, Gimnasia es un deporte que abarca diferentes modalidades: Gimnasia Rítmica, Gimnasia Artística, entre otras. Educación Física, es un área que se trabaja en el aula, dentro de la cual incluimos conceptos y contenidos sobre la Gimnasia, como podemos comprobar en el Boletín Oficial del Estado (BOE).



### **La Educación Física de otras décadas es igual a la de hoy en día**

**La Educación Física de otras décadas es igual a la de hoy en día [Mi opinión sobre la Educación Física]**



**Gráfico 28. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de la similitud entre la Educación Física de otras décadas con la de hoy en día.**

Atendiendo a la gráfica, observamos cómo el 58% y 24% están muy en desacuerdo y en desacuerdo respectivamente con la similitud entre la Educación Física de hoy en día y la de décadas atrás.

Un porcentaje de un 1% y un 3% están de acuerdo y muy de acuerdo con la afirmación planteada. Por último, un 14% es formado por personas que se muestran en una postura neutral ante la cuestión planteada. Probablemente este último colectivo esté formado por personas que desconozcan o bien la Educación Física de hace décadas, o bien que no sepan cómo es la Educación Física actual.

Aclarar, que no, la Educación Física de hace unas décadas no se parece a la de hoy en día. Por ejemplo, durante la época franquista y como se puede ver en las primeras páginas de este proyecto, los objetivos de esta área eran básicamente militares, por la etapa que estaba viviendo el país en el momento. Además, el nombre era diferente, porque entonces sí que se le llamaba Gimnasia. Por su parte, hasta que no se implanta la Ley Orgánica de Educación en el año 2006 no se trabaja en esta materia por Competencias Básicas como conocemos hoy en día. Los contenidos trabajados y las metodologías aplicadas eran totalmente diferentes, así como los objetivos propuestos en el área de Educación Física.

### **Tiempo dedicado semanalmente a realizar actividad física**

**Tiempo que dedico semanalmente a realizar actividad física**



**Gráfico 29. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de las horas dedicadas semanalmente a realizar actividad física.**

En el gráfico circular que se muestra, se distribuye de manera porcentual y cuantitativa de las horas dedicadas a la semana a realizar actividad física. Dado que la pregunta es personal, que ninguna respuesta es correcta por así decirlo, la variedad de respuesta es mayor que en cualquier otra pregunta vista con anterioridad.

De este modo, encontramos 17 personas (15%) que dedican menos de una hora semanal a realizar actividad física. El poco tiempo dedicado a ello puede ser o por falta de tiempo, o por desinterés por ello.

Por otro lado, encontramos uno de los mayores porcentajes con un 34% (37 personas), que dedican de una a tres horas semanales a realizar actividad física. Este es un tiempo relativamente bueno para una persona que está empezando a realizar actividad física de forma regular. Depende también de la edad. Así, un alumno que simplemente realiza la actividad física llevada a cabo en la escuela, pertenecerá a este colectivo.

El colectivo más numeroso es el 36% del porcentaje total, es decir, 40 participantes que dedican de tres a seis horas semanales a actividad física. Estos son personas que están más vinculadas al deporte y la actividad física, y que destinan más horas de su tiempo libre a ello. Así, son personas que no sólo se centran en la actividad física realizada en el ámbito educativo, sino que, bien por actividades extraescolares, o por su propia cuenta, dedican un tiempo a la actividad física.



Por último, encontramos al grupo de 16 personas, es decir, un 15% del porcentaje total, que dedican más de seis horas semanales a la práctica de actividad física. En esta ocasión, hablamos de personas vinculadas en gran medida al deporte y la actividad física. Puede tratarse de personas que se entrenan para competiciones a mayor o menor nivel, o que simplemente lo hacen por disfrute.

Decir que desde el aula, debemos concienciar a los alumnos de realizar actividad física dentro y fuera del aula, por las consecuencias saludables que ello conlleva.

### **Tiempo que dedico a visualizar espectáculos deportivos semanalmente**

#### **Tiempo que dedico a visualizar espectáculos deportivos semanalmente**



**Gráfico 30. Representación gráfica cuantitativa y porcentual de las horas dedicadas semanalmente a visualizar espectáculos deportivos.**

En el gráfico circular que se nos muestra, podemos ver la variedad, al igual que en el gráfico anterior, de respuestas. Esto es, como ya se ha justificado con anterioridad, por el componente personal que trae consigo esta pregunta.

Así pues, 38 personas (35%) dedican menos de una hora a visualizar eventos y espectáculos deportivos a la semana. Esto son personas que no necesariamente tienen que estar desvinculadas al deporte, sino por cuestiones variadas no puedan ver un espectáculo deportivo (ya sea por la televisión o en vivo y en directo), o simplemente que prefieren practicarlo a visualizarlo.

A continuación, mostrar el colectivo que dedica de una a tres horas semanales a la visualización de eventos deportivos (41%). Estos pueden estar repartidos entre



eventos deportivos mostrados en medios de comunicación o en vivo y en directo. Serán personas aficionadas en menor grado a este tipo de espectáculos. Estos, son la mayoría con el porcentaje nombrado. Probablemente, la mayor parte de la población dedique este tiempo a la semana a la visualización de espectáculos deportivos, a no ser que haya excepciones como eventos importantes y de más duración como los Juegos Olímpicos, o Campeonatos a nivel Mundial.

Seguidamente, encontramos un colectivo, que supone un porcentaje del 15% del total, que emplean de tres a seis horas semanales a visualizar espectáculos deportivos. Este conjunto de personas estarán vinculadas en mayor medida al deporte no sólo practicándolo sino también visualizándolo. De este modo, son sujetos que dedican su tiempo a ver espectáculos deportivos a través de los medios de comunicación y en directo.

Por último, el colectivo más pequeño, formado por 10 personas (9%), que dedican más de seis horas semanales a espectáculos deportivos. Cabe esperar que estas personas estén muy arraigadas al deporte en su general. Probablemente muchos de ellos sean también los que más horas dediquen semanalmente a la práctica deportiva. Estas personas dedican gran parte de su tiempo libre al deporte, a ver espectáculos deportivos en directo y en medios de comunicación diversos.



## **7. CONCLUSIONES**

**ENCUESTA**

**PROPUESTAS DE MEJORA**

**TRABAJO DE FIN DE GRADO**



# CONCLUSIONES

## 7.1. ENCUESTA

## 7.1 ENCUESTA

Una vez analizados los resultados de todas y cada una de las afirmaciones y preguntas plasmadas en la encuesta planteada, es turno de sacar conclusiones de todo ello.

De este modo, se mostrarán las conclusiones después del análisis de resultados de la **encuesta** enviada. Así, las primeras impresiones son bastante buenas, puesto que encuentro una buena aceptación y valoración del área de Educación Física en la sociedad, atendiendo a diferentes edades y ramas de estudios. Gracias a la elaboración de esta encuesta, se ha podido observar como no hace falta ser de la rama de educación y el deporte para valorar notablemente a la Educación Física. Los perfiles de las personas encuestadas son muy variados, por lo que las respuestas lo son también. Así pues, aunque no es cuestión de generalizar, guarda relación la vinculación con el deporte, con la rama de estudios. De este modo, las personas cuya rama de estudios es deportiva o de educación, tienen más estima y más valorada a la Educación Física que una persona cuya rama de estudios es totalmente diferente. Pero como ya hemos dicho, esto no es necesario, puesto que muchas personas tienen valorada la Educación Física como una igual con respecto a las demás materias del sistema educativo español.

Encontramos también, perfiles de personas que, dentro de la rama de educación, valoran más cualquier otra área, por encima de la de Educación Física. Esto es, que la consideran más como una materia dedicada al ocio y tiempo libre que a la educación del alumno/a. Decir también, que después de realizar esta encuesta, nos reafirmamos en la idea de que el **docente** especialista de Educación Física, ha de ser una persona con vocación, dispuesto a contagiar y transmitir a los alumnos la importancia de la actividad física. Pero no sólo con transmitir es suficiente, debe de estar dispuesto a plantear una metodología adecuada a todos los niveles educativos; además, su carácter y su forma de tratar a los alumnos debe ser asertiva, que transmita confianza a aquellos alumnos que presenten dificultades con la materia, y que mantenga el autoestima de los que tienen habilidades suficientes en el área.



Constantemente debe dar feedbacks positivos a sus alumnos, y realizar los ejercicios y actividades él mismo en caso de presentarse dudas. En definitiva, ha de ser el ejemplo a seguir por el resto del grupo-clase. Los contenidos que debe tratar en clase serán variados, más allá de habilidades gimnásticas, puesto que en Educación Física se trata un abanico más amplio de contenidos como son la expresión corporal, la psicomotricidad, juegos cooperativos, entre otros.

En definitiva, muchas de las personas que en su etapa escolar no tienen un docente que cumpla todas las características anteriormente citadas, harán que en un futuro la desvinculación por la Educación Física y por consiguiente, por el ámbito deportivo en su general, sea inminente.

Dejando a un lado la figura del docente, nos centramos en la **carga horaria** semanal destinada a la Educación Física. Ciñéndonos a los datos extraídos de las encuestas, se ve claramente como la mayoría de los encuestados están en completo desacuerdo con la reducción de la carga horaria semanal a dos horas en la Comunidad de Aragón. Así pues, consideramos que todas estas personas valoran positivamente la Educación Física, y entienden las consecuencias que puede acarrear la disminución de esta hora semanal, ya explicadas en páginas anteriores. En definitiva, y atendiendo a los resultados obtenidos, se demuestra la idea de que un amplio colectivo de personas conciben el área de Educación Física, no como una materia específica, lugar que ocuparía con la recién entrada en vigor de la Ley Orgánica de Mejora de Calidad Educativa (LOMCE), sino como un área troncal dentro del currículum del sistema educativo español.

Atendiendo a las **competencias básicas**, fueron instauradas como novedad en el sistema educativo español en la Ley Orgánica de Educación (LOE) en 2006, y con posterioridad fueron modificadas en la vigente Ley Orgánica 8/2013, de 9 de Diciembre, de Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). Comentar que cada una de ellas tiene su cometido ya que todas tienen algo interesante y favorecedor para el alumnado. Las competencias básicas bien trabajadas, pueden lograr que el alumno/a tenga un desarrollo integral extraordinario. Por el contrario, la única negativa que cabe comentar es la falta de una competencia básica que abarque el campo de la Educación Física, la cual sería también importante en el desarrollo del alumno/a: la **competencia motriz**.



## CONCLUSIONES

### 7.2. PROPUESTAS DE MEJORA



## 7.2. PROPUESTAS DE MEJORA

Por otra parte, querríamos hacer una pequeña mención a las **estrategias de mejora** que podrían plantearse. Para comenzar, decir que estos cambios serían para instaurarlos en un largo plazo de tiempo, en visión al futuro de la Educación Física. El primer cambio que se debería introducir, como cabe esperar, es devolver a esta materia sus tres horas semanales correspondientes; éste es un tiempo adecuado para dedicar a la misma. Si mantenemos las dos horas que establece la LOMCE, restas tiempo para dar todos los contenidos que refunde el área; esto traería como consecuencia el tener que resumir todos ellos, o eliminar algunos, restándoles la importancia que verdaderamente tienen. Por otro lado, el profesor carecería de tiempo material suficiente para programar y preparar las unidades didácticas; ya por ende, un especialista en Educación Física debe diseñar él mismo las unidades didácticas que planteará durante el curso a sus alumnos, así pues en caso de tener que llevar a cabo alguna modificación, carecerá de tiempo para ello.

En segundo lugar, otro cambio que llevaríamos a cabo es el de realizar unas jornadas optativas a puertas abiertas para padres/madres/tutores. La explicación de esta actividad, es que se considera que muchos padres no valoran la Educación Física debido a que realmente no son conocedores de lo que sus hijos/as realizan en el aula. En otras áreas, saben los contenidos que trabajan puesto que tienen un libro de texto que lo demuestra, pero esto no sucede en Educación Física, ya que si un parent le pregunta a su hijo/a qué ha hecho en esta área la respuesta del alumno/a va a ser: jugar. Por ello ese mismo es el concepto que se tiene de esta materia: juego. De este modo, si invitamos a padres/madres/tutores de los alumnos/as de un grupo clase a unas jornadas de puertas abiertas de Educación Física al final de cada trimestre, en las que se mostrasen todos los contenidos trabajados en ese período de tiempo, sabrían realmente lo trabajado en esta asignatura.

Por otra parte, hacer una pequeña reseña a las **perspectivas de futuro** que, desde nuestra opinión vemos en la Educación Física.

En primer lugar, decir que, gracias a la *encuesta sobre los hábitos deportivos en España*, realizada cada cinco años, hemos podido comprobar el aumento de forma progresiva, del número de personas que dedican tiempo a la práctica deportiva. Así pues, en los últimos 30 años, la práctica deportiva aumenta considerablemente, como podemos observar en la tabla que se muestra a continuación:

1980	1985	1990	1995	2000	2005	2010
25	34	35	39	38	40	45

**Tabla 3. Evolución de la práctica deportiva en España en los últimos 30 años. Población 15-75 años.**

Como se puede comprobar, con respecto a 1980, la práctica deportiva en España en personas con edades comprendidas entre 15 y 75 años, ha aumentado en 20 puntos porcentuales, y es una cantidad mayor que en años anteriores, ya que, como se puede observar, el aumento de práctica deportiva es progresivo a lo largo de este período de tiempo. Para tener datos más recientes de este estudio, tendremos que esperar a 2015. A pesar de ello, y gracias al *anuario de estadísticas del año 2013* publicado por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, sabemos que en una población de 15 años en adelante, el 40% dedica tiempo a la práctica deportiva.

A pesar de ser un porcentaje 5 puntos porcentuales menor que en el año 2010, sigue siendo un dato elevado.

Así pues, y después de hacer reseña a estos estudios sobre práctica deportiva, relacionarlo con la disminución de carga horaria en el área de Educación Física. De este modo, no es comprensible que, si la sociedad española cada vez está más vinculada a la práctica deportiva, desde las aulas restemos tiempo a la misma. Si los niños son el futuro, debemos educarlos en los beneficios de emplear tiempo en actividades físicas, no sólo en el aula sino también fuera de ella. Por ello, si restamos horas semanales a la Educación Física en el entorno educativo, disminuirá también, el porcentaje de población que practica deporte, lo cual no serían datos positivos.



## CONCLUSIONES

### 7.3. TRABAJO DE FIN DE GRADO



## 7.3. TRABAJO DE FIN DE GRADO

A modo de **conclusión** sobre el trabajo realizado, decir que ha ayudado notablemente a conocer más en profundidad no sólo el marco teórico que confluye en torno a la Educación Física, sino la valoración que tienen de ella en el ámbito legislativo, su evolución a lo largo de la historia del sistema educativo español. Además, gracias a este trabajo de investigación, se han adquirido conocimientos más trascendentales sobre contenidos que no se dejan ver por la mayoría de la gente, pero que juegan un papel muy importante en el área de Educación Física; hablamos de la educación en valores y educación para la salud. Muchas personas no se dan cuenta que un docente especialista, desde el aula de esta materia trata de impartir estos valores a sus alumnos/as cada día.

Por otra parte, plasmar la buena experiencia y los buenos resultados obtenidos al trabajar por **encuestas**. Es un método de trabajo en que la persona encuestada puede contestar con toda libertad de expresión, de forma objetiva y además sin mucha carga de trabajo. Además, a la hora de propagarla para que llegue a diferentes sectores, bien sean sociales, de estudios, nacionalidades, género o edad, es muy viable, en vista que las redes sociales e Internet están normalizadas en la sociedad actual. Otra de los puntos a favor que tienen las encuestas es que, para el encuestador, al menos mediante el programa informatizado del que yo he hecho uso, el hecho de que de opción a resumir todas las respuestas y preguntas en gráficos, es muy factible analizar todos los resultados ya que te lo ofrece de forma muy visual. Por todo ello, agradecer en estas líneas a todas aquellas personas que han dedicado una pequeña parte de su tiempo en llevarla a cabo, ya que sin ellos no hubiera sido posible la realización de este trabajo de fin de grado.



Para finalizar, añadir la gran utilidad de este trabajo de investigación. En primer lugar, porque el tema tratado era de nuestro total interés, algo que nos motivaba realmente a invertir el tiempo que fuese necesario para investigar sobre él. En segundo lugar, porque nos ha hecho entrever, más de lo que ya sabía, nuestra verdadera vocación ya no sólo por la docencia, sino por la especialidad de Educación Física; por ello, espero que en un futuro no muy lejano podamos destinar nuestra vida laboral a la docencia, siendo más concretamente especialistas en esta área, pudiendo transmitir a mis alumnos/as no sólo todos los conocimientos que poseemos sobre ella, sino también los valores que trae consigo, además del gusto por la actividad física y el deporte, basando las clases en la tolerancia, la igualdad y el respeto por el compañero, el docente, y la Educación Física en su general.



## 8. REFERENCIAS BILBIOGRÁFICAS



## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Gutiérrez Sanmartín, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de educación*, 335, 105-126.

Blázquez Sánchez, D. La educación física. Biblioteca temática del deporte. INDE.

Ramírez Macías, G. (2007). Evolución de la educación física en el currículum escolar español desde principios del siglo XX hasta la actualidad. *VII Congreso Internacional sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar*. E de <http://www.altorendimiento.com/congresos/educacion-fisica/1111-evolucion-de-la-educacion-fisica-en-el-curriculum-escolar-espanol-desde-principios-del-siglo-xx-hasta-la-actualidad> .

Carlos. Maestros de Aragón. (6 Mayo, 2014). Recuperado el 18 de Junio de 2014, de <http://www.maestrosdearagon.com/triptico-informativo-en-defensa-de-la-educacion-fisica/>

González, M. (2014). *Última hora Noticias*. Los alumnos de primaria tendrán más Inglés y Matemáticas con la LOMCE. Recuperado el 4 de Julio de 2014, de <http://ultimahora.es/mallorca/noticias/local/2014/121749/lomce-anadira-balears-media-hora-ingles-matematicas-semana-primaria.html>

Machargo, S. (2014). *Asturias 24*. Educación incrementa las horas de Inglés a costa de Religión y Arte. Recuperado el 7 de Julio de 2014, de <http://www.asturias24.es/secciones/vivir/noticias/educacion-incrementa-las-horas-de-ingles-a-costa-de-religion-y-arte/1401901455>

Consejería de Educación, Juventud y Deporte (2014). Cambios en Educación Primaria por la implantación de la Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa.

Álvarez, P. (2014). El país. Los alumnos de primaria tendrán un 20% más de horas de Lengua y Matemáticas. Recuperado el 9 de Julio de 2014, de [http://ccaa.elpais.com/ccaa/2014/01/14/madrid/1389711686\\_314911.html](http://ccaa.elpais.com/ccaa/2014/01/14/madrid/1389711686_314911.html)

Real Academia Española, de <http://www.rae.es/>



Europa Press. (2014). El mundo. La crisis agudiza la obesidad en países como España. Recuperado el 17 de Julio de 2014, de  
<http://www.elmundo.es/salud/2014/05/28/5385f43ce2704e181f8b4576.html>

Boletín Oficial del Estado. Recuperado el 26 de Junio de 2014, de  
<http://www.boe.es/>

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, de Mejora de la Calidad Educativa. Publicado en: BOE núm. 295, de 10 de diciembre de 2013, páginas 97858 a 97921.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Publicado en: BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006, páginas 17158 a 17207 (50 págs.)

Prieto, J. (2013). Foro Atletismo. Endorfinas: las hormonas de la felicidad. Recuperado el 3 de Agosto de 2014, de  
<http://www.foroatletismo.com/entrenamiento/endorfinas-las-hormonas-de-la-felicidad/>

Green LW, Kreuter M, Deeds S, Partridge. Health Education Planning: a Diagnostic Approach. Mayfield: Palo Alto; 1980.

Devís y Peiró (1992). Ejercicio físico y salud en el currículum de la educación física. En: J Devís, C. Peiró (edit). Nuevas perspectivas curriculares en EF: la salud y los juegos modificados. Barcelona: INDE, p. 37. (A través de: Delgado, M. y Tercedor, P. Estrategias de intervención en educación para la salud desde la Educación Física. INDE)

Granja, J. y Sainz, R.M. (1992). Evolución histórica de la Educación Física en España y en el País Vasco. *Cuadernos de Sección*. Educación 5, 49-67. Recuperado el 5 de septiembre de 2014 de <http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/ikas/05/05049067.pdf>

La reducción horaria es una medida perjudicial (18 de mayo de 2014). *El periódico de Aragón*. Recuperado el 20 de junio de 2014 de  
[http://www.elperiodicodearagon.com/noticias/aragon/la-reduccion-horaria-es-medida-perjudicial\\_942597.html](http://www.elperiodicodearagon.com/noticias/aragon/la-reduccion-horaria-es-medida-perjudicial_942597.html)



Los docentes de Educación Física se movilizan contra los planes para recortar las horas de esta asignatura (26 de marzo de 2014). *Europa press*. Recuperado el 11 de junio de 2014 de: <http://www.europapress.es/aragon/noticia-docentes-educacion-fisica-movilizan-contra-planes-recortar-horas-asignatura-20140326172953.html>

Pelotas, juegos y valores contra los recortes en Educación Física (15 de mayo de 2014). *Heraldo de Aragón*. Recuperado el 8 de junio de 2014 de:

[http://www.heraldo.es/noticias/aragon/2014/05/15/pelotas\\_juegos\\_valores\\_contra\\_los\\_recortes\\_educacion\\_fisica\\_287705\\_300.html](http://www.heraldo.es/noticias/aragon/2014/05/15/pelotas_juegos_valores_contra_los_recortes_educacion_fisica_287705_300.html)

Pascual Sanz, C. Revisión socio-crítica acerca de la propuesta de reducción horaria de la Educación Física en Educación Primaria en Aragón. (Trabajo de Fin de Grado)

Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Realizada por el Centro de Investigaciones Sociológicas. Recuperado el 16 de septiembre de 2014 de:

<http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/noticias/DOSSIER-ENCUESTA.pdf>

Anuario de estadísticas deportivas (2013). Subdirección General de Estadística y Estudios. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Recuperado el 17 de septiembre de 2014, de: <http://www.mecd.gob.es/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/aed-2013.pdf>