



EXPERIENCIA PRÁCTICA

DÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA CALLE: 28000 PERSONAS POR UN ESTILO DE VIDA ACTIVO PARA TODA LA VIDA

Francisco FLÓREZ DE LA SIERRA¹, Óscar GARCÍA BUSTO²
y Mónica AZNAR CEBAMANOS³

IES Escultor Juan de Villanueva, Pola de Siero, Asturias, España¹

IES Pérez de Ayala, Oviedo, Asturias, España²

Fundación San Valero, Violeta Parra, Zaragoza, España³

RESUMEN

En este artículo se describe la organización y resultados de una actividad altruista para promocionar un Estilo de Vida Activo (EVA) a través de la Educación Física, buscando un alcance en todos los ámbitos sociales. Estudiantes, profesores y voluntarios son los protagonistas que sacan la Educación Física a las calles y plazas de pueblos y ciudades bajo el lema “Estilo de Vida Activo para tod@s y para siempre”. Esta experiencia, impulsada por profesionales de EF con el apoyo del COLEF-Asturias y otros colegios profesionales, centros educativos y ayuntamientos pretende seguir ganando participantes. A lo largo de cinco ediciones, 28000 alumnos de 120 centros educativos de España y otros países, han mostrado y compartido la EF en la vía pública, aumentando su tiempo de práctica física semanal y mejorando la percepción social de la materia.

PALABRAS CLAVES: Estilo de Vida Activo, Educación Física en la Calle, ejercicio físico, centro escolar.

PHYSICAL EDUCATION DAY IN THE STREET: 28000 PEOPLE FOR AN
ACTIVE LIFESTYLE FOR ALL THE LIFE.

ABSTRACT

This article describes the organization and results of an activity to promote an Active LifeStyle (ALIS) among the population throughout Physical Education.

Students, teachers and volunteers take Physical Education out into the streets and squares of towns and cities under the motto “Active LifeStyle for all and forever”. This activity, promoted by PE teachers supported by the Asturian Profesional Association of Physical Education with the help of schools and town halls aims to sum up more participants. After five editions, 28000 participants of 120 schools from Spain and other countries have shared PE on public open spaces increasing their time of practice and improving the social perception of the subject.

KEYWORDS: Physical Education in the Street Day, Active Lifestyle

Correspondencia: Oscar García Busto. **Email:** oscargb@educastur.princast.es

Historia del manuscrito: Recibido el 14 de marzo de 2016. Aceptado el 1 de abril de 2016.

La EF nació y creció en la calle. Allí, jugar era lo habitual hace no tantos años. En esos años la Educación Física era gimnasia, más selectiva que integradora. Y la calle como foro público de encuentro, puede ser un gran lugar para mostrar la EF actual. El Día de la Educación Física en la Calle (DEFC) nació con esa vocación. Pero no es algo nuevo. En varios países europeos y americanos se celebra el día del deporte, en otros, día de la Educación Física. En estados Unidos existe la semana Nacional de la Educación Física y el Deporte. La propuesta que aquí exponemos pretende fusionar el planteamiento de la Educación Física en la vía pública, con una práctica masiva que trascienda las paredes del gimnasio o los límites del patio y alcance con su filosofía educativa, y con la salud como estandarte, a toda la ciudadanía.

El Día Mundial de la Actividad Física se celebra cada año el 6 de abril. Se trata de un día en el que se invita a la población mundial a la realización de ejercicio diario para mejorar su salud. En España, esa fecha acostumbra a caer en Semana Santa.

La Actividad Física en el sistema educativo se llama Educación Física y tiene ese carácter integrador, pedagógico, cooperativo, saludable y en resumen educativo que no siempre se da en el resto de la actividad física extraescolar y competitiva. Además constantemente se mezcla y confunde Educación Física, deporte y actividad física, de ahí la necesidad de este día: aclarar y poner en valor.

En el año 2002, la Organización Mundial de la Salud instó, mediante resolución a los Estados Miembros, a la celebración anual del Día Mundial de la Actividad Física, para promover la actividad física con propósito de salud y bienestar.

La propuesta de actividad física sin especificar, como respuesta a esta iniciativa, ha sido a menudo acaparada por propuestas competitivas o marca comerciales, lo que no parece aprovechar todo su enorme potencial educativo. Sobre lo “poco educativo del deporte base” ha escrito recientemente sus tesis Rolando Díaz Ordoñez: El deporte escolar en Asturias y su papel educativo. Universidad de Oviedo. Junio 2015

Surge entonces en un colectivo de profesores de Educación Física, la idea de emplear las Actividades Físicas Educativas llevadas a cabo por alumnos, para las familias y vecinos. No se trata de cualquier Actividad Física, sino de las que educan a través del cuerpo y el movimiento, es decir, de Educación Física.

Por otro lado, si bien en las últimas décadas la imagen que la sociedad tiene de la Educación Física actual, ha mejorado, aún predomina la percepción de ésta como una asignatura “maría” por su escasa dotación horaria, por abuso de contenidos competitivos, gimnásticos y/o de carrera continua, que produjo su estereotipación y, en ocasiones, por la escasa formación o incluso mala praxis de algunos de sus profesionales en el pasado, pues no se puede obviar que es una asignatura de reciente tradición en el sistema educativo y, en ocasiones, se ha pasado en palabras de Siedentop (1998, p.24) “*de profesor-entrenador a canguro bien pagado*”.

En cuanto a la práctica deportiva, según el MECED (2015), cada vez hay más deportistas que practican con mucha frecuencia Ejercicio Físico de intensidad moderada/alta, pero también se incrementa el número de jóvenes que no hacen más Actividad Física que la obligatoria durante las clases de Educación Física. Lo que

disminuye drásticamente es la cantidad de actividad física diaria TOTAL en personas que hace un par de décadas jugaban en la calle (niños) o tenían trabajos físicamente más exigentes (adultos), con un creciente aumento de enfermedades hipocinéticas (obesidad, diabetes tipo II, hipertensión, hipercolesterolemia...) (Ibáñez, Eserverri, Martín y Gorostiaga, 2000; Terrados, 2012). Globalmente la cifra no deja lugar a dudas: Sólo el 46,2% de la población practica actividad física al menos una vez a la semana. Menos de la mitad de la población.

Además, las 2 horas actuales de Educación Física semanal son claramente insuficientes para cubrir los bloques de contenidos mínimos que marca la LOMCE (Ley Orgánica de Educación), pues entre dichos contenidos, hay una serie de conceptos y actitudes que se deben transmitir al alumno, lo cual reduce el tiempo de práctica física. De los 55 minutos que suele durar una clase, entre traslados al gimnasio/patio, cambios de ropa, tiempo de higiene y explicaciones, lo habitual es que la práctica física ronde, con suerte, la media hora, lo que nos deja una hora semanal de Actividad Física, muy lejos de la hora diaria recomendada por la OMS (2008) y por el Centro de Prevención y Control de enfermedades (CDC, 2012)

Según Terrados (2012), España es la campeona de Europa en sedentarismo: Somos líderes en obesidad infantil en Europa, con un 30% de nuestros jóvenes, ya casi igualamos el porcentaje de Estados Unidos, pero lo más preocupante es que allí se ha estabilizado, y en España está creciendo a gran velocidad. «Los últimos estudios recomiendan a los adultos realizar cinco horas de actividad moderada a la semana y dos horas y media de ejercicio intenso, y a los niños, una hora diaria de ejercicio moderado y que tres veces a la semana sea intenso», Pero además, añade, **“es más saludable un niño gordito y físicamente activo, que uno delgado y sedentario”**.

En 2010, Francisco Flórez profesor interino de Educación Física, ante el escaso tiempo de práctica física de sus alumnos y su abandono temprano del deporte, se planteó la posibilidad de sacar a la calle la EF, para dar a sus alumnos la oportunidad de animar a los vecinos y familias a adoptar un estilo de vida activo y de mostrar lo que aprenden en la asignatura de EF. Enseñar ante un público los aprendizajes parece incrementar el aprovechamiento del tiempo de práctica y la motivación de su alumnado durante las clases, como ya demostró Pérez Pueyo (2010). Además, dar el protagonismo a los alumnos mejora su autoestima, la percepción de la utilidad de su aprendizaje y su vinculación a una situación emocional: actuar ante los demás.

En la asamblea anual del COLEF-Asturias de 2010, Flórez propone la idea de crear una efeméride en la que los centros educativos saquen la EF a las calles para trascender las paredes de los centros y llegar más lejos con su tarea educativa. Que los alumnos muestren lo que saben y que compartan y enseñen a sus mayores. En Junio de 2011 se llevó a cabo una experiencia piloto de un centro, con la participación de 125 alumnos. Al año siguiente se propuso el 25 de abril, fecha próxima al Día Mundial de la Actividad Física fuera del periodo vacacional.

EVOLUCIÓN

En la segunda edición, en 2012 se alcanzó la participación de 16 centros y 3000 alumnos y alumnas.

En 2013 salen a la calle 36 centros con 5000 participantes, en su mayoría asturianos, sumándose algún centro de otras 4 provincias.

2014 supone su consolidación de la participación a nivel regional y la expansión a nivel nacional, con 8000 participantes.

En 2015 se duplica el número de centros participantes en 2014, alcanzándose 101 centros en toda España con más de 12000 alumnos (tabla 1).

Tabla 1. Evolución de participación del DEF en la calle (2011-2015).

Año	Centros	Participantes	Localidades	Provincias	Países
2011	1	125	1	1	1
2012	16	3000	11	4	1
2013	36	5000	20	6	1
2014	55	8000	30	11	2
2015	101	12000	45	20	3
Total	209	28125	60	20	4

Han participado centros públicos, concertados y privados. En el caso de los centros públicos, en muchos casos ha sido impulsado por profesorado interino con el hándicap que supone su cambio de destino año a año.

OBJETIVOS DEL DÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA CALLE (DEFC)

Los objetivos del DEFC según Flores de la Sierra (2010) son:

- 1) Mostrar la importancia de la Educación Física para el desarrollo integral e integrado (sin discriminaciones de ningún tipo) de las personas de todas las edades.
- 2) Fomentar la práctica de actividades física variadas y en compañía, para el bienestar físico, psíquico y social.
- 3) Mostrar a la sociedad parte del trabajo realizado en las clases de Educación Física en la actualidad, muy diferente al de la antigua “gimnasia”, como expresión de las Competencias adquiridas ante un público.
- 4) Promover la difusión de actividades físicas saludables poco conocidas.
- 5) Educar en valores: esfuerzo, autosuperación, cooperación, educación para la paz, consumo responsable, ecología, educación cívica y vial.
- 6) Animar a la sociedad a adoptar un estilo de vida activo (EVA).
- 7) Promover en aumento de horas de Educación Física en el sistema educativo para combatir las enfermedades derivadas del sedentarismo.
- 8) Fomentar el uso de transporte no contaminante.
- 9) Favorecer la posibilidad de que los medios de comunicación utilicen su potencial para educar a la sociedad, además de informar y entretener.
- 10) Mejorar la percepción social de la Educación Física.

Somos conscientes del poco interés que la actividad física no competitiva despierta hasta el momento en los medios. En este sentido la reciente tesis de Roberto Llamedo Álvarez (2016), demuestra que la motivación de los jóvenes, en general, no solo de los que compiten, en contra de los que se piensa está más en la mejora personal que en la competencia directa y el ansia de ganar. En España se consume mucha más prensa deportiva que en otros países, mientras que el porcentaje de practicantes de deporte es muy inferior. Para mejorar estos datos, es fundamental contar con los medios de comunicación de nuestro lado. Y ya se ha arrancado: el DEFC ha contado con cobertura de prensa, radio y televisión a nivel autonómico, y de radio y televisión a nivel nacional. Radio Marca y Antena 3 respectivamente. Esta última en la edición 2014 del DEFC en Las Rozas- Madrid, a través del programa El Estirón que fomenta hábitos saludable entre los jóvenes y no solo eso, le ha otorgado al DEFC el Sello de Objetivo Bienestar Junior.

METODOLOGÍA

A lo largo de estos años se han llevado a cabo diversas actuaciones divulgativas para sumar participantes, como la creación de una base de datos de centros educativos del Principado de Asturias y el posterior envío de circulares informativas a todos ellos y otros profesionales de entre nuestros contactos personales que pudieran estar interesados (profesores, asociaciones, centros de 3ª edad, familiares y vecinos), la promoción mediante notas de prensa y divulgación en prensa, radio y televisión, la creación de pancartas, pegatinas, chapas, carteles y camisetas, y publicaciones en páginas web de información sobre educación física y congresos.

A lo largo de estos 5 años, se realizó una campaña informativa dirigida al profesorado de Educación Física, los actores clave para acercar la Educación Física de los centros educativos a toda la sociedad. Su papel ha sido fundamental a través de la difusión boca a boca y vía redes sociales para sumar participantes.

Se llevó a cabo una intensa labor de coordinación informativa a través de circulares a profesores, y a los centros educativos de la región. Se elaboró un dossier de prensa y para informar a los medios de comunicación para que cubrieran la noticia en las localidades correspondientes.

La metodología didáctica desarrollada por cada centro fue muy variada, siendo frecuentes las metodologías activas como el Aprendizaje Cooperativo, el Modelo de Educación Deportiva, el modelo táctico y la enseñanza Creativa y Emancipativa, y el Estilo Actitudinal.

En los centros educativos, desde el inicio del curso se preparan las actividades en las sesiones de Educación Física. Es de destacar, cómo la preparación del evento supuso a muchos alumnos aumentar la práctica física, trabajando intensamente en recreos y fuera del horario escolar para realizar las tareas.

Los profesores participantes planificaron con sus alumnos las actividades a realizar, el lugar y el momento. Las opciones son muy numerosas: desde dar las clases de EF fuera del aula, hasta sesiones de acondicionamiento físico, primeros auxilios, alimentación, duatlón, carreras solidarias, juegos y deportes convencionales, tradicionales, alternativos y cooperativos, montajes-espectáculo preparados por los alumnos o abiertos a la participación del público, bailes, malabares, combas, tea-

tro de sombras, mimo, flashmobs, patines, bicicletas, carreras benéficas, de orientación, charlas de alimentación, sesiones de masaje gratuito a los viandantes... cualquier actividad que resalte los beneficios de la Educación Física y anime a la población a practicar Ejercicio Físico.

Se elaboró un cuestionario de evaluación que se pasó a parte del profesorado participante para analizar participación, actividades, lesiones e incidencias y valoración de la actividad por parte de los alumnos y público en general.

RESULTADOS

- 1.- **El DEFC aumentó las horas de Actividad Física de los participantes**, y la intensidad de su esfuerzo tanto en las clases, como en recreos y tiempo tardes, en que preparaban sus montajes. Su motivación en las tareas aumenta cuando el alumno ve una aplicación final, como colofón, y más, si ésta es pública. Por ello, puede contribuir a la mejora de las Capacidades Físicas y Habilidades Motrices de los alumnos, lo que hace aumentar la afiliación al deporte y el vínculo con el esfuerzo y la práctica física frecuente, fomentando la adopción de un Estilo de Vida Activo.
- 2.- **La celebración del DEFC mejora las capacidades sociales**: Aumenta la cooperación entre alumnos, que descubren que la interdependencia puede ser muy positiva y refuerza sus lazos de amistad. Los alumnos se animan constantemente, se aplauden incluso ante los errores, y se valoran el esfuerzo, mostrando que la Actividad Física no tiene que ser siempre competitiva o selectiva para ser divertida. Se produce un refuerzo de la autoestima y de la autonomía personal sobre todo en personas con dificultades y/o discapacidad. Además, la cooperación entre docentes puede incidir en la mejora la cooperación del alumnado, como indican Méndez, Fernández-Río, Bolívar, del Valle y Flórez (2014).
- 3.- Desde su concepción, en 2010, el Día de la EF en la Calle integra a todos los niveles educativos. Ya en la 2ª edición participaron **centros con alumnos de infantil, primaria, secundaria y bachiller**.
- 4.- El DEFC resultó ser una de las actividades más valoradas por los alumnos, que hacen horas extra durante el curso para prepararla, e integra aprendizajes de diversas áreas, **desarrolla todas las capacidades** físicas, psíquicas y sociales y muestra en todo su esplendor las competencias adquiridas. Además, **su coste es nulo** para el centro y el alumnado, y los **beneficios sociales**, son **cuantiosos**, pues contribuye a frenar la mayor epidemia del siglo XXI.
- 5.- 8000 participantes haciendo Actividad Física, ninguna lesión de importancia.

ORGANIZAR UN DÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Tras 5 ediciones, se ha visto gran variedad de formas de organizar el DEFC, y la conclusión es que todas son válidas, porque son adaptadas al contexto. Desde la escuela rural de la aldea de Muñas, que saca la EF con 7 alumnos (y sus familias,

muy implicadas) y con su maestro Marcos Sánchez, a hacer esquí alpino sobre patines o “toldo-surf” a los 1200 alumnos de 5 centros que Héctor Buiza organiza en Arévalo. Desde profesores que planifican hasta el último detalle durante meses, hasta otros que se enteran de la actividad un día antes y deciden salir a dar la clase planeada a la plaza mayor de la localidad o a correr con los alumnos por sus calles (figura 1).

El CRA La Ribera de Langa de Duero celebra el Día de la Educación Física al aire libre

La actividad unió a niños y mayores en una jornada de convivencia

ANA HERNANDO

■ En el CRA La Ribera de Langa de Duero demuestran que son un colegio activo y un ejemplo de ello en la celebración, el pasado 29 de abril, del día de la Educación Física al aire libre, en colaboración con la asociación de la tercera edad de la localidad langueña.

La iniciativa surgió de Asturias para promover este tipo de actividades a nivel nacional y Langa de Duero se sumó aprovechando para compaginar el deporte al aire libre con la integración y convivencia intergeneracional, que permitió que niños y mayores aprendieran y enseñaran de manera conjunta.

La actividad se desarrolló en el patio del centro académico y tuvo una duración de dos horas, con intercambio de juegos y actividades. Así las personas mayores enseñaron a los niños a jugar a los bolos, las tabas, la tangülla o chito, la petanca, la preonza, los peñeles, el arri, la melicera, las carreras, la viticia, la rama y el botic, juegos que marcaron su infancia y que compartieron con la generación de sus nietos.



Figura 1. El CRA La Ribera de Langa de Duero celebra el día de la EF al aire libre. (Hernando, 2015)

El Día de la Educación Física en la Calle se trata simple y llanamente de eso: de dar, de impartir nuestra clase en la calle. Son muchos los profesores que utilizan los parques cercanos, playas, instalaciones municipales abiertas cotidianas o esporádicamente, en resumen no es nada nuevo para muchos de nosotros pero ¡claro! en el DEFC nos juntamos muchos por lo que se puede considerar un evento

La organización de un evento deportivo de este tipo en el que nuestros alumnos son los principales actores, a primera vista puede parecer delicado. Como expone E.C. Sari y M.F. Cárdenas (2010) en su trabajo sobre eventos deportivos, si tenemos en cuenta que se trata de actividades que se realizan de manera esporádica y que tienen unas repercusiones positivas en el lugar donde se organizan ya sean, turísticas, económicas, sociales, deportivas, políticas, en muchos casos, podemos decir que el DEFC es un evento deportivo.

Organizar un evento deportivo, no importa de la envergadura que sea, implica considerar una serie de aspectos que hay que planificar de antemano, y plasmar en un programa que marcará el plan a seguir. Los primeros inicios del DEFC fueron

Florez de la Sierra, F., García Busto, O. y Aznar Cebamanos, M. (2016). Día de la educación física en la calle: 28000 personas por un estilo de vida activo para toda la vida. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 109-120

complicados por la dificultad que suponía planificar y programar, ese plan a seguir, entre pocos profesores de Educación Física, siempre surgen dudas al comenzar una nueva actividad y, a veces, son más los miedos que las dificultades pero, en la actualidad, existen modelos de planificación detallados y editables para su aplicación a disposición de cualquier centro que se quiera sumar.

Los pasos que aquí damos son meras recomendaciones, no obligaciones.

En primer lugar, queremos destacar que supone menos trabajo del que parece y una satisfacción para alumnos y profesores que compensa con creces el esfuerzo.

Lo más recomendable desde el punto de vista de responsabilidad civil es incluirla como una actividad complementaria del Departamento de Educación Física, dentro de la programación a principio de curso. Según García-Bacete (2010) *“las actividades complementarias forman parte del proceso formativo desarrollado por las diferentes áreas de conocimiento en los Centros escolares”*.

Cada comunidad autónoma se rige por unas instrucciones publicadas por el organismo que regula en materia de Educación, y que establece las características y requisitos de este tipo de actividades. La planificación, programación, desarrollo y evaluación de las actividades propuestas, normalmente, es responsabilidad de los departamentos implicados y en muchas comunidades, se realiza en coordinación con el Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares.

El equipo directivo y el Consejo escolar, tiene que aprobar su realización y a partir de aquí el trabajo queda en manos del Departamento de Educación física y de sus profesores. Si no se ha reflejado en programación en octubre puede incorporarse fuera de ella, con el permiso del equipo directivo del centro y con información al Consejo escolar.

El segundo paso es contactar con el COLEF autonómico, o con el Consejo General de COLEFs. Ellos podrán echarte una mano con cualquier duda. El COLEF-Asturias y el Consejo General, a través de sus webs, ponen a tu disposición modelos de carteles, pancartas, guiones de trabajo, circulares, permisos y planificación. Te ayudarán a gestionar la información a la prensa, si rellenas un sencillo cuestionario para computar participantes, y te permitirá conocer que los Centros escolares y de otro tipo de tu población que participan en el evento, para compartir experiencia y tareas con ellos. A menudo se trabaja conjuntamente con otros centros próximos y se suman esfuerzos, alumnos, proyectos y actividades, como es el caso de Langa de Duero, que unió a sus escolares y al centro de mayores en una jornada para compartir experiencia y práctica de actividad física y juegos tradicionales en un entrañable intercambio intergeneracional.

Los patronatos deportivos o concejalías de educación y de deportes también se prestan a colaborar en esta efeméride, pues es una de sus funciones la promoción de la Educación Física y el deporte saludable. Se les debe informar al Ayuntamiento y solicitar el uso de la vía pública, pero a cambio suelen ofrecer colaboración logística (transporte de materiales como colchonetas desde el centro), financiación de pancartas, a cambio de incluir su logo, camisetas, y en la gestión de la información en prensa (avisan a los medios de comunicación para dar publicidad al evento). También pueden informarnos de asociaciones, clubes y otras entidades que puedan participar con exhibiciones o talleres para el alumnado dando más variedad, vistosidad o riqueza al evento.

A partir de aquí, el profesorado del departamento del centro escolar, decide qué grupos de alumnos va a sacar (un grupo, un curso o todo el centro) y qué activi-

dades van a hacer, con la ayuda y recomendaciones de profesores de toda España que ya han participado en este evento en ediciones anteriores. La coordinación es inmediata a través de grupos de whatsapp a nivel de España (coordinadores regionales), de cada comunidad autónoma o localidad.

Se elige dónde y cuándo. En muchas localidades se ha utilizado una plaza o calle céntrica, un parque cercano al centro, un espacio natural conocido y se solicita permiso de ocupación en la fecha y horario elegido. El primer día de la EF en la Calle se realizó en la Plaza del Ayuntamiento de Pola de Laviana, Asturias, en Oviedo se hizo en Plaza del Ayuntamiento y en la de la Catedral, en Valladolid se utilizó la Plaza Mayor, en Zaragoza el Parque los Cineastas...

Las actividades que se pueden realizar son de lo más diversas y todas ellas forman parte de los Bloques de contenidos que marca el currículo.

CONCLUSIONES Y APLICACIÓN PRÁCTICA

- 1.- La celebración del DEFC parece mejorar las relaciones intergeneracionales y disminuir la conflictividad** entre alumnado de distintos cursos, de distintos centros que se organizan de manera conjunta, entre alumnos, padres, profesores y vecinos de la localidad.
- 2.- La celebración del DEFC promueve la responsabilidad.** Los alumnos asumen diferentes papeles y responsabilidades, donde la **seguridad y la responsabilidad** son fundamentales: son los propios alumnos los que supervisan la seguridad en el proceso de aprendizaje y en la práctica final de actividades de aparente riesgo, como las acrobacias. También ejercen el rol de profesor en el Aprendizaje Cooperativo y en la gestión de talleres para el público.
- 3.- La celebración del DEFC educa en Valores:** Da pie a potenciar la alimentación saludable, educación vial y transporte sostenible, cooperación internacional y sensibilización medioambiental y conciencia ecológica. Los alumnos han desarrollado labores sociales, como la **integración** de compañeros con **discapacidad** en las actividades, el entretenimiento de mayores, la obtención de dinero con fines benéficos, como el cross solidario que recaudó 1300 € destinados a ONGs de cooperación, con la Educación Física como motor educativo.
- 4.- A nivel social,** parece evidente que esta actividad **mejora la imagen que la sociedad tiene de la EF.** Las familias comparten y disfrutan con el trabajo de sus hijos, que habitualmente se “quedan” en las paredes del gimnasio y empiezan a comprender el valor real de la Actividad Física Educativa para la formación Integral.
- 5.- La celebración del DEFC desarrolla una educación en Competencias.** Se consolidan aprendizajes de las sesiones de clase y se integran con los adquiridos en otras materias, dando lugar a un auténtico entorno interdisciplinar de aprendizaje. A modo de ejemplo, los alumnos han construido objetos para EF reciclando materiales con técnicas de plástica, han aplicado conocimientos musicales a los bailes, han utilizado emplean el Inglés en

juegos físicos cooperativos, y han desarrollado su **creatividad y responsabilidad** diseñando sus espectáculos. Además han dirigido talleres, impartido masajes y explicaciones sobre juegos y deportes a adultos. En palabras de Carlos Suárez Calleja (2016), “en este marco competencial debemos promover un trabajo en forma de situaciones, de propuestas didácticas globales en las que el alumnado movilice todos sus recursos para resolver ese problema en un contexto social que le es propio (tarea).” En definitiva, son capaces de aplicar conocimiento para resolver tareas complejas en situaciones reales.

- 6.- Las posibilidades de **generalización de este evento trabajo a otros niveles y contextos educativos** son patentes, como está demostrando su expansión a otras regiones y países.
- 7.- Quizás lo más destacable de este proyecto son las emociones que los profesores participantes y nuestros alumnos hemos vivido: El proceso, los preparativos para celebrar al Día de la Educación Física en la Calle es más importante que el Día en sí mismo. Ver cómo las discusiones iniciales entre alumnos impacientes por superar un reto cooperativo se van sustituyendo por susurros de ánimo a un alumno menos hábil y culminan en un estruendoso aplauso cuando lo consigue. Ver cómo un alumno con discapacidad psíquica tranquiliza un compañero (sin discapacidad), momentos antes de su actuación y cómo, después de su espectáculo, se funden en un abrazo, no tiene precio.

Por todo lo anterior, y aún con diferencias en nuestra concepción de la Educación Física, los más de 600 profesores que han hecho posible el DEFC creemos en una Educación Física integral e integradora, para todos y para toda la vida, como base para instaurar unos hábitos saludables y un Estilo de Vida Activo.

REFERENCIAS

- CDC -Centres for Disease Control and Prevention (2012). *Disponible en: <http://www.cdc.gov/physicalactivity/everyone/guidelines/children.html>*
- Flórez de la Sierra, F. (2010). (coord.) *II Día de la Educación Física en la Calle: 3000 alumnos, 16 centros, 11 localidades. ¿Te atreves? ¡Únete en 2013!* Actas del VII Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Valladolid.
- García-Bacete, F. J. (2003). Las relaciones escuela-familia: un reto educativo. *Infancia y aprendizaje*, 26(4), 425-437.
- Hernando, A. (6 de mayo de 2015). El CRA La Ribera de Langa de Duero celebra el día de la EF al aire libre. *Heraldo de Soria*. Disponible en http://cra-laribera.centros.educa.jcyl.es/sitio/upload/cole_langa_educacion_fisica.pdf
- Ibáñez, J., Eserverri, C., Martín, E., Gorostiaga, E. (2000). *Ejercicio Físico en la prevención y tratamiento de la Obesidad*. Navarra: Instituto Navarro de Deporte y Juventud.
- Llamedo Álvarez, R. (2016). *Repercusión del clima motivacional generado por el profesor de Educación Física sobre los medidores psicológicos, la motivación autodeterminada y las actitudes de los alumnos en el aula* (Tesis doctoral). Universidad de Oviedo, Oviedo.
- MECD (2015). *Encuesta de Hábitos Deportivos 2015: Síntesis de resultados*. Disponible en <http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/encuesta-de-habitos-deportivos/encuesta-de-habitos-deportivos-espana-2015/>
- Méndez, A., Fernández-Río, J., Bolívar, J. A., del Valle, P. y Flórez, F. (2014). *De cómo la cooperación entre docentes fortaleció el desarrollo de competencias básicas en una unidad de educación deportiva*. Actas del VIII Congreso de Actividades Físicas Cooperativas. Villanueva de la Serena.

- OMS (2008). *Plan de acción para la prevención y el control de enfermedades no transmisibles*, 2008. Disponible en http://www.who.int/nmh/publications/ncd_action_plan_en.pdf
- Pérez Pueyo, Á. (2010). Fiestas, escenarios y espectáculos en la calle: nosotros trabajamos, ellos disfrutan. *Tandem: Didáctica de la educación física*, 32, 25-35.
- Sari Vanegas, E. C., y Cárdenas Orellana, M. F. (2010). *Como organizar un evento deportivo* (Tesis de pregrado). Universidad de Cuenca. Cuenca. Disponible en <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/1916>
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la Educación Física*. Madrid: INDE.
- Suárez Calleja, C. (2016). *Propuesta ejemplificada para el desarrollo de las Programaciones de Centro*. Disponible en http://www.anpe-asturias.com/noticias/images/docs/noticias/oposiciones/20160201_Propuesta_ejemplificada_para_el_desarrollo_de_las_Programaciones/index.html
- Terrados Cepeda, N. (1 de abril 2012). En sedentarismo, los españoles somos los campeones de Europa. *La Nueva España*. Disponible en <http://www.lne.es/centro/2012/04/01/nicolas-terrados-sedentarismo-espanoles-campeones-europa/1222375.html>