

Mi visión de la Educación Física

Este es una pequeña reseña de lo que a mi parecer debiera ser la Educación Física ya que la sociedad actual plantea la necesidad de incorporar a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades relacionados con el cuerpo y su actividad motriz que contribuyen al desarrollo integral de la persona y a la mejora de su calidad de vida.

Existe una demanda social de educación en el cuidado del cuerpo y de la salud, en la mejora de la imagen corporal y la forma física, así como en la utilización constructiva de actividades recreativas y deportivas.

El área de Educación Física se orienta hacia la profundización del conocimiento de la conducta motriz y el fomento de actitudes y valores en relación con el cuerpo. El área de Educación Física, como las restantes, contribuye al logro de los diversos fines educativos de la Educación Pre Escolar y Básica

El cuerpo y el movimiento se constituyen en ejes básicos de la acción educativa en esta área, y hay que destacar también el papel de la salud y el juego, este último fundamental en la Educación Básica como recurso metodológico.

El área de Educación Física puede contribuir de forma fundamental a la consecución del objetivo "conocer el valor del propio cuerpo, el de la higiene y la salud y la práctica del deporte como medios más idóneos para el desarrollo personal y social."

Contribuye también a la consecución de aquellos objetivos que hacen referencia a las normas y valores de convivencia, respeto por los demás, desarrollo de hábitos de esfuerzo, desarrollo de la iniciativa individual y trabajo en equipo.

Las actividades en esta etapa tendrán un carácter eminentemente recreativo. En este sentido, el área de Educación Física se ofrece como alternativa frente al sedentarismo de la actividad cotidiana en general. Se integra el uso de las nuevas.

Tecnologías de la Información y la Comunicación para establecer relaciones con alumnos de otros centros, compartir experiencias motrices y planificar otras nuevas.

La enseñanza de la Educación Física ha de promover y facilitar que cada alumno llegue a comprender su propio cuerpo y sus posibilidades y a conocer y dominar un número significativo de ejercicios corporales y actividades deportivas de modo que, en el futuro, pueda escoger las más convenientes para su desarrollo personal.

El área de Educación Física debe contribuir a la formación de valores tales como la capacidad de relacionarse con los demás a través del respeto, la resolución de conflictos mediante el diálogo y el respeto a las reglas establecidas, evitando comportamientos agresivos y de rivalidad, la colaboración y el trabajo en equipo y la formación de personas responsables.

El área de Educación Física ha de integrarse con las restantes áreas y configurar un espacio singular de interdisciplinariedad. Favorece el aprendizaje de la lectura mediante el desarrollo de las nociones asociadas a relaciones espaciales y temporales como el sentido y la dirección, la orientación espacial, nociones topológicas básicas y secuencia; todos estos constituyen aspectos fundamentales que influirán en el adecuado desarrollo de la lecto-escritura.