



Les activitats físiques i esportives en l'escola primària: un mitjà educatiu

Xavier Comas i Guixé



Bon dia. Gràcies, Putxi.

Només un petit incís, no sóc llicenciat en educació física. Sóc llicenciat en CAFE, ciències de l'activitat física i de l'esport, com podeu veure aquí a la tassetta de cafè. Vaig ser de la primera promoció del nou pla d'estudis físics.

Us vinc a presentar la meva experiència com a mestre docent en el sistema educatiu andorrà i sobretot en el que és la part de primària, dels 2 anys fins als 12.

Començaré parlant primer del que són dels **2 als 5 anys**, que és la part de maternal, i del que per a mi és el concepte de desenvolupament global en les activitats físiques i esportives.

Després entrarem en la segona part, que seria la primera ensenyança, que és dels 6 als 12, i vull fer èmfasi en la importància dels projectes. Ja us en parlaré després.

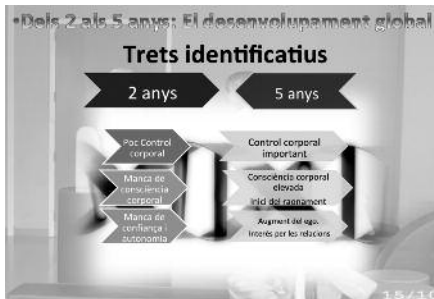
I un tercer bloc, del que és l'apropament a les activitats físiques i esportives de l'escola en relació amb el seu entorn, els clubs, la família i tot el que va lligat a l'escola.

Totes les ponències que he estat escoltant fins ara, totes, tenen petites pinzellades del que s'està fent a l'escola i això em gratifica perquè vol dir que totes les feines que fem tampoc no van tan desencaminades al que després troben els nens i els adolescents fora de l'escola.

En primer lloc començaré parlant del que és l'etapa dels 2 als 5 anys. I per posar-ho en context, veiem que dins dels 2 als 5 hi ha una evolució gran. Podem trobar tres aspectes molt importants, com són el control corporal, la manca de consciència corporal i la manca de confiança i autonomia. I això durant aquests tres anys es va desenvolupant per adquirir més control corporal. Els nens són més capaços de controlar el seu cos quant al desplaçament, a l'equilibri i també pel que fa a una consciència corporal més elevada, i sobretot el que és inici del raonament. A partir dels 5 anys els nens ja

comencen a raonar, ja tenen una consciència més primària. També hi ha altres aspectes, com l'augment de l'ego, els valors, l'interès per relacionar-se amb altres alumnes, amb ells mateixos, amb els objectes, amb l'entorn.

Bé, això serviria per posar-nos una mica en context.



Des de la meua pràctica, entenc l'activitat física i esportiva com un mètode global per arribar a crear un enfocament global i general de l'alumne o de l'infant.

Diferenciació de tres àmbits. L'àmbit **afectiu**, en què l'alumne desenvolupa les relacions amb els altres, les relacions amb ell mateix, tot el que són les relacions amb l'adult, amb el mestre, amb els altres adults de l'escola, que són relacions de freqüència de diferents tipus. Després tenim l'**àmbit més social** i sobretot l'**àmbit motriu**; de vegades es té tendència a donar més importància únicament, exclusivament, a aquest àmbit, quan és la suma dels tres, que serveixen per ajudar en el desenvolupament global de l'alumne.

L'**àmbit motriu**, potser, és per als que vénen del món de l'educació el més fàcil d'implantar. És el que tenim més a l'abast per treballar les capacitats motrius, les

capacitats físiques, treballar l'equilibri dels desplaçaments i infinitat de coses.

Però llavors, dins del que és aquesta etapa, és molt important que aquests tres àmbits estiguin junts i tot el que es faci es faci de manera global. Sobretot perquè estan en un moment de creixement en què no són conscients que estan aprenent. I d'aquesta manera la integració té l'avantatge que és molt més significativa.

El joc és l'eina bàsica i gairebé única per ensenyar aquests nens en aquesta etapa. És una *tonteria* entrar en activitats massa específiques, que ja les trobes més endavant, en altres etapes.

En aquesta etapa el joc és l'eina més important. Dins aquest joc evidentment hi ha moltes variants. Pot ser joc lliure, pot ser dirigit, pot ser un joc lliure però amb consignes, pot ser un joc simbòlic. Els nens juguen però també els fas descansar, els fas agafar rols. Des d'aquest punt de vista els nens es desenvolupen en aquests tres àmbits de manera conjunta, de manera global, és a dir adoptant rols. Hi ha qui sempre es vol disfressar de superheroi, o de princesa, o del que sigui. Al mateix temps juga, es mou,

es desplaça, salta, coordina moviments amb objectes, es relaciona amb un altre noi que s'ha disfressat d'un altre heroi o d'un altre personatge. I tot això és un conjunt de coses que fa que aquest desenvolupament sigui global. I no tant erràtic com es podria donar a partir de la secundària, en què és té més tendència a fer aprenentatges molt més específics perquè són àrees molt més tancades, molt més parcel·lades.

Altres tipus de jocs en aquesta etapa és la psicomotricitat. Aquest és un element gairebé indispensable per al treball de les activitats físiques i esportives en aquesta franja, perquè és on els nens treballen també de manera global. Perquè són circuits en què hi ha de tot: hi ha salts, hi ha girs, hi ha desplaçaments, reptacions, verticals, horitzontals, túnels, per treballar la superació, els valors. Quan realitzen aquests circuits estan treballant també aquests tres àmbits. Sí que hi ha moments en què haurà de valorar si és capaç de fer aquest salt de mig metre, d'un metre...; si és capaç de passar per sota aquest túnel que és fosc, si li fa por, si no li fa por... I està desenvolupant tècniques per poder afrontar això de manera inconscient i de manera espontània. Aquests circuits són molt lliures.

Un altre repte important dins d'aquesta etapa és el fet de no sempre treballar igual per edats. Treballem molt amb barreja d'edats, fins i tot molt heterogènies. Faig treball amb nens de 2 anys, al mateix temps que 5 i fan les mateixes activitats nens de 2 anys i nens de 5 anys. Això també fa que els nens aprenguin coses noves, valors com els de la responsabilitat de què parlava també el Jaume en la seva ponència. La responsabilitat dels petits, perquè hi ha molta diferència entre el procés maduratiu d'un nen de 2 anys i un nen de 5. Els grans agafen consciència, agafen responsabilitat, agafen respecte perquè comparteixen àrea de joc. També els serveix per anar més enllà per esforçar-se més perquè tenen el referent dels nens de 5 anys, que tenen una evolució motriu molt més avançada, una consciència corporal més gran i els serveix per anar una mica més enllà. En aquest sentit, hi ha evidentment pros i contres. S'ha d'anar en compte a no fer activitats massa fàcils, perquè llavors tindríem un problema amb els nens més grans: potser ja no ho trobarien engrescador, divertit; i a l'inrevés: potser activitats, jocs i circuits massa complicats podrien comportar valors que no ens interessin educar a l'escola que serien la frustració o el sentiment que no podem realitzar. En aquest sentit es una mica complicat. No m'hi estenc més.

Ara entrem en el que és la segona part, els **nens de 6 a 12 anys**. El que és l'etapa dels 2 als 5 anys ja ve molt donat: a maternal es treballa molt des de la globalitat amb els altres mestres. És molt important

✓ **Dels 6 als 12: L'importància dels projectes**



sobretot vincular no solament les activitats físiques i esportives amb l'àrea d'educació física sinó també que estiguin vinculades amb altres àrees, com potser ciències, llengua, etc. Quan un mestre a maternal està treballant les figures geomètriques, doncs per què no incloure-ho a educació física amb activitats mitjançant les quals desplaçar-se sota o per sobre de figures geomètriques i després explicar quines eren? És una integració dels aprenentatges que farà que l'aprenentatge sigui més sòlid. Això a maternal ja es dona per fet que serà així però en canvi a partir dels 6 anys i quan entres en primera ensenyança ja és més difícil. Ja són àrees més tancades. Per això la importància dels projectes. A primària tenim les activitats esportives i evidentment la iniciació esportiva, que pot ser des del punt de vista individual en esports més concrets, esports de raqueta, o esports col·lectius, o tot tipus d'iniciació esportiva. Després tenim el treball de les qualitats físiques, que és molt important: les habilitats motrius, salt, desplaçament, equilibris, les qualitats físiques, la força, la flexibilitat, l'aerositat. I tot i això, també hi ha altres aspectes que hi entren, com l'expressió corporal com a element aïllat, que també es comença a treballar a partir dels 6 anys, i després evidentment els treballs dels valors i les normes de relació que segueixen estant presents. Però en aquesta etapa aquest treball és molt més complicat i per això la seva importància.

Sempre que es pugui cal buscar projectes. Perquè un projecte té un component molt important, en què pots englobar moltes àrees; si a maternal ja ve donat, aquí ho has d'anar a buscar perquè els alumnes tinguin més consciència del que estan fent. És a dir, si coordines un projecte amb ciències, els nens podran veure la importància de saber conceptes quan estan fent a la classe de ciències i que després es poden aplicar a la classe que farà el mestre d'educació física. Per exemple, podria ser el tema de la situació de l'espai, de l'orientació, o altres temes o àrees que puguin vincular quan estiguis treballant l'expressió corporal, perquè vegin la importància dels aprenentatges de l'àrea de música que es poden aplicar a la meua àrea o al revés: el que faci a la meua àrea també és aplicable o és transferible a l'àrea de música o de plàstica, o fins i tot en les llengües es podria arribar a trobar també projectes d'aquests.

Dins d'aquests projectes seguim trobant els mateixos àmbits. En l'àmbit motriu, des d'un punt de vista més evolucionat ja vas a buscar coses més importants, equilibris més difícils, equilibris dinàmics potser, d'altres són més estàtics. L'àmbit afectiu i social també. Han de continuar treballant aquest aspecte perquè és molt important en aquesta edat, perquè és

✓ **Dels 6 als 12: L'importància dels projectes**



quan pateixen canvis bastant més importants, sobretot a partir dels 8 o 9 anys és molt important incidir en aquests aspectes, en l'aspecte psicològic, l'autosuperació, la confiança, l'acceptació de la derrota, molt important, i de la victòria. No sempre es treballa. Sobretot, cal buscar projectes que aportin aquests components.

Hi ha activitats com l'escalada, com el bàsquet, jocs col·lectius en què de per si ja treballen molt les normes del respecte als altres, l'acceptació de l'altre, de les diferències entre nens, que aprenguin que hi ha diferents tipologies de nens, de grans, de petits, àgils, més aviat grassonets i aprendre a acceptar totes aquestes variables. Hi ha activitats que es presten a poder treballar tot això. Hi ha activitats que van més encaminades a això. Com el treball de l'orientació: és una activitat molt educativa, serveix per treballar molt tots aquests aspectes junts.

L'escalada, esports col·lectius com el rugbi, el bàsquet, són activitats molt pròpies per treballar-ho. Si teniu alguna pregunta o dubte ho podeu dir.

I ja per acabar volia entrar en el que és l'entorn i l'activitat física a l'escola, la importància de vincular tots aquests aspectes. Perquè sí que aquí hi ha molts representants de clubs i federacions i no em vull posar en terreny pantanós, però sé que a l'escola aquest treball global o metodologia global d'ensenyament des de diferents àmbits està molt present i és molt palpable, però després quan vas a clubs t'adones que hi ha un àmbit que agafa una importància molt gran i els altres es queden una mica relegats. Evidentment entenem tots que l'àmbit que agafa importància és el motriu, propi de la disciplina que hagi triat l'infant. Si és l'esquí es treballa molt l'aspecte motriu; de l'esquí en tots els seus vessants, o el bàsquet, o si vas a fer escalada, tota la part tècnica, però a vegades es deixa a banda la part més social, la part més psicològica. Per això crec que des dels clubs, i sobretot el treball conjunt amb l'escola, sobretot amb l'especialista de les escoles, s'hauria de fer un treball de més col·laboració perquè es pugui arribar a mantenir aquests tres àmbits de desenvolupament també en els clubs i en les activitats que no són tan docents o escolars.

Una altra relació important del que és l'activitat física i esportiva a l'escola seria també en l'àmbit lliure, quan els nens van a fer coses pel seu compte a parcs, al carrer, en tots aquests parcs que hi ha a totes les parròquies... Això també forma part del seu desenvolupament mitjançant les activitats físiques, des d'un punt de vista molt lliure, molt més anàrquic, parlant d'alguna manera a *la seva bola*, però també és una part important en què es pot també incidir i que pot arribar a portar matisos i coses a l'escola.



I un tercer bloc, molt important, amb les famílies i sobretot amb les federacions, que va molt lligat amb la ponència de l'Elvira. És molt important que el que s'imparteix a l'escola també se'n faci un seguiment a casa, amb els amics..., quan vas a fer activitats físiques amb els pares, amb els tiets, amb els germans, que també hi hagi una coordinació en aquest sentit per afavorir el desenvolupament global en tots els seus aspectes, cognitiu, motriu, afectiu, social..., tots aquests.

Si teniu alguna pregunta o algun dubte sobre això... Només diré que no vull entrar tampoc en la segona etapa, que seria la secundària, perquè tampoc no hi he treballat mai, però sí que és veritat que encara és més difícil trobar aquest desenvolupament global a secundària, perquè les àrees són més diferenciades, parcel·lades i separades, i és molt difícil poder treballar en coordinació les altres àrees. Però seria l'ideal per arribar a mantenir aquesta coherència amb el que seria l'escola primària.

Conclusions

La pràctica esportiva a l'escola té una importància molt gran, ja que permet el desenvolupament global de l'alumne al mateix temps que li procura unes vivències més enriquidores i motivadores. Aquesta pràctica continuada generarà uns mecanismes que han de facilitar conductes adaptatives als alumnes per afrontar situacions futures amb més confiança i seguretat.

Fora de l'entorn escolar també existeix la pràctica esportiva, ja sigui en un entorn més informal (pares, família, amics...) o més reglamentat (clubs, federacions, associacions...) però la seva importància és cabdal per anar a l'uníson amb aquest desenvolupament global que fomenta l'escola.

És per aquesta raó que en aquest tipus d'entorns calen uns educadors formats no solament en un vessant tècnic sinó també amb coneixements pedagògics i psicològics per poder donar resposta a aquesta idea d'eina global i transversal de la pràctica esportiva.

Moltes gràcies.

Xavier Comas i Guixé,

llicenciat en ciències de l'activitat física i de l'esport
i professor a primer cicle de l'Escola andorrana al Pas de la Casa