

## **Paradigmas de la actividad física, un giro copernicano**

### **El distanciamiento de la cosmovisión educativa**

Autor: Leiva Benegas, Samuel J.<sup>1</sup>  
Universidad Nacional de Tucumán  
Mail: leivabenegassamuel@yahoo.com.ar

#### **Resumen**

A lo largo de la formación de cada profesional de la Educación Física existe una inculcación teórica que parte de diversas áreas o disciplinas de conocimientos. Una de las influencias más notorias, es la que remite a lo educativo debido más que nada a la característica de profesorado, como también por considerar a nuestra disciplina inherente a lo educativo. Sin embargo, la Educación Física como área de conocimiento excede esas premisas, en la medida que no solamente se aboca a lo educativo sino también a diversas expresiones de la movilidad que se hallan alejadas de este marco. En este sentido, nos disponemos a cuestionar los paradigmas vigentes, que desde nuestro enfoque, únicamente expresan una característica en cuanto a la enseñanza de la actividad física, relegada a este ámbito. Además, entendemos que estas cosmovisiones, por su carácter reduccionista no dimensionan la intencionalidad de la actividad física como expresión concomitante de la especie humana. Y justamente, es partir de la intencionalidad y finalidad, que se desprenden las razones de ser de la actividad física que reflejan contenidos inherentes a la misma y legitimados a nivel social. Y precisamente son estos contenidos los que hacen intromisión en el sistema educativo, y no al revés, lo que en gran medida respalda la tesis de que los contenidos y por ende, los paradigmas, no tienen un correlato necesariamente educativo.

**Palabras claves:** Paradigmas de la Actividad Física, Nuevo Enfoque, Distanciamiento de la Cosmovisión Educativa

---

<sup>1</sup> Leiva Benegas Samuel J. es Doctor en Humanidades, área Educación Física (UNT), Magíster en Metodología de la Investigación Científica (UNLa), Magíster en Educación (UNQ), Especialista en Educación con Orientación en Investigación Educativa, (UNLa), Licenciado en Gestión Educativa (UNSE), Licenciado y Profesor en Ciencias de la Educación (UNT) y Licenciado y Profesor en Educación Física (UNT). Se desempeña laboralmente en diferentes niveles y modalidades de la educación. ORCID 0000-0002-2893-1515

## **Introducción**

Los paradigmas consisten en formas de ver, entender, comprender, investigar e intervenir en lo referente a determinada zona de conocimiento que pertenece a una específica disciplina o ciencia. En este sentido los paradigmas vigentes de la Educación Física se quedan a mitad de camino debido a que conforman un arbitrio indisoluble de acuerdo al ámbito exclusivo de la escolaridad y la enseñanza. Parecerían que en su gestación, han olvidado lo intrínseco de la actividad física al ser humano y consecuentemente, todo lo correspondiente al ámbito extraescolar. Si tenemos en cuenta que el surgimiento de la Educación Física provino de la regulación de prácticas existentes por fuera de la institución escolar y que sus mismos docentes venían de otra área, entendemos que la esencia de la Educación Física es externa al ámbito escolar. En otras palabras, la razón de ser de la actividad física viene de la sociedad y cultura y no de la escuela. La escuela sólo se limita a reproducir conocimientos válidos para una determinada sociedad y cultura y no es ella necesariamente su progenitora.

Lo construido hasta el momento desconoce que la actividad física es externa a la institución escolar y que existió y existirá por fuera de ésta con los sentidos sociales y culturales que se les dé. Es más, lo que se ambiciona como paradigmas no son más que concepciones del cuerpo en pos de intervenciones sobre este, dando por correspondencia lógica una suerte de metodología de trabajo en un marco de escolarización masiva. Esto no quita su injerencia y su compromiso en que las actividades físicas sirvan para mejorar el desarrollo integral y emancipatorio del educando. Solo quita su correlato de paradigma y agudiza una visión sesgada y reduccionista de las actividades físicas. La actividad física florece en cada rincón y sobrepasa la educación formal, ergo la motivación impera la existencia de las visiones sobre las mismas, es decir sus paradigmas. En este artículo nos disponemos a poner en dudas los paradigmas vigentes, analizarlos con su correspondencia al campo de la Educación Física, como también esgrimir una nueva cosmovisión en torno a los fines de la actividad física y su legitimación social.

## **Sobre los paradigmas vigentes y la necesidad de un cambio**

Los paradigmas son formas de entender y comprender determinado ámbito o área de conocimiento, conformando modelos de explicación y apropiación. El término paradigma, proviene del griego *παράδειγμα*, formado por ‘*παρα*’ (cerca o aproximado) y ‘*δειγμα*’ (muestra

o demostración) significando ejemplo, o bien, modelo para otros casos de lo mismo. Para Kuhn (2010) el significado de paradigma se orienta en dos sentidos

Por una parte, significa toda la constelación de creencias, valores, técnicas, etc., que comparten los miembros de una comunidad dada. Por otra parte, denota una especie de elemento de tal constelación, las concretas soluciones de problemas que, empleadas como modelos o ejemplos, pueden reemplazar reglas explícitas como base de la solución de los restantes problemas de la ciencia normal. (Kuhn, 2010, pp. 302-303)

A partir de esto podemos entender que los paradigmas configuran y circunscriben el campo disciplinar de una determinada área de conocimiento, en nuestro caso la Educación Física. Y estos paradigmas refieren al campo disciplinar y científico, demarcando que es lo inherentemente propio de lo que no es. En otras palabras, “Todo cuanto en la actualidad podemos hacer para definir una ciencia es, casi, describir un círculo alrededor de aquel sector de la ciencia natural, que reclamamos de nuestro dominio” (Watson, 1947, p.9). Entonces, definir los paradigmas de la Educación Física, es esencial para delimitar la injerencia, como también la constelación de creencias, valores, técnicas y procedimientos. Paradigmas desacertados, o que no concuerdan necesariamente con la disciplina, condicionarán el marco de atención y creará una falsa dependencia de otras áreas de conocimiento.

Actualmente, y con diversos matices, encontramos una disyunción de las concepciones paradigmáticas, por un lado, podemos encontrar una concepción teñida por lo pedagógico que dispone los siguientes paradigmas, Biomotriz, Psicomotriz, Expresivo, Praxeología Motriz y Sociomotricidad (Vázquez Gómez, 2001; Zagalaz Sánchez, 2001). Por otro lado, y en torno a la manifestación sociohistórica-evolutiva podemos encontrar tres corrientes deportiva, higiénica-militar<sup>2</sup> y pedagógica (Blázquez Sánchez, 2006). Estas últimas corrientes, tienen su equivalencia con los anteriores paradigmas, centrándose en gran medida en lo que sucede en el ámbito escolar, como si fuera una expresión sine qua non de la Educación Física. Además, se omite en los paradigmas, los antecedentes históricos de las prácticas físicas como expresión inherente de la especie humana, circunscribiéndose únicamente a características actuales –como es el caso de

---

<sup>2</sup> Estas etapas remiten al fundamento de base para las prácticas físicas. El marco ideológico es el que incentiva determinada práctica, desde el marco higienista se fundamenta los beneficios de la actividad física para la salud; y desde el marco militar, se fundamenta en cuerpos habidos para la protección del Estado-Nación.

Zagalaz Sánchez (2001)–. Esto nos lleva a conjeturar que los paradigmas carecen de un tratamiento de completitud de lo motor, produciendo una concepción solapada y reduccionista. Y respectivamente esto se debe a la injerencia de lo educativo y la mirada etnocéntrica de la actividad física.

La injerencia de lo educativo en cuanto a la consecución de los paradigmas se debe principalmente a la influencia etimológica. Es decir que, por denominarse Educación Física, se cree que la misma es meramente educación y que su centralidad se basa en torno a la esfera educativa formal y colateralmente, no formal (Leiva Benegas, 2017). El problema de esta concepción estriba en que se anula lo externo a lo educativo, y justamente, por un lado, no todo lo inherente a la Educación Física se corresponde con educación, y por otro lado, el contenido no lo dispone la educación sino, la sociedad y cultura. La Educación Física no dispone del contenido de manera a priori, sino que le es dado por la sociedad. La práctica de un deporte como de una actividad no deportiva, surge inherentemente de una necesidad (ya sea recreativa o de acondicionamiento físico) y a posteriori, por su aceptación y legitimación, y es en este momento cuando el contenido es catalizado por la Educación Física para insertarlo en el ámbito educativo<sup>3</sup>. Si este no fuese el caso, el contenido no trasciende a la esfera educativa, pero si al campo disciplinar como es el caso del boxeo o deportes de combates (si bien estas actividades adquieren un asidero en la Educación Física, su contenido no se legitima escolarmente).

Y justamente esto nos lleva a que no todo lo inherente a la Educación Física se corresponde con lo educativo. Además de una gama variada de deportes, que están muy lejos de insertarse en el sistema educativo, existen actividades que por su direccionalidad o meta no tienen correlato para la educación, como lo referido al alto rendimiento y lo castrense. Sin embargo, es notoria la intromisión que tienen las nuevas expresiones de actividad física en los contenidos dictados por la Educación Física escolar, como también la demanda social de cambiar o mutar los contenidos dictados históricamente. En nuestra misma línea argumentativa, esta intromisión, da cuenta de que el contenido lo da la sociedad y la Educación Física los canaliza.

Como los paradigmas dispuestos hasta el momento parten de la educación, se podría pensar que los mismos refieren a la didáctica de la enseñanza de las actividades físicas en el ámbito formal

---

<sup>3</sup> Si bien esto es lo ideal, en muchas ocasiones los modismos en torno a la actividad física se entrometen en el ámbito educativo no consignando las adaptaciones o transformaciones necesarias o bien trasposición didáctica, representando un riesgo latente.

de la educación y su proyección en alguna medida al ámbito no formal. No obstante, el ámbito no formal e informal, por su naturaleza ajena a la educación, persigue otros fines que no necesariamente son los educativos. Un salón de sobrecarga tiene poco de educativo si nos concentramos en la definición de lo educativo, pero aún más el alto rendimiento, puede asociarse exclusivamente a fundamentos biológicos, lejos de concepciones pedagógicas. Y justamente esto nos lleva a la verdadera naturaleza del movimiento, y es que, para administrar, enseñar e inculcar, no se puede desconocer que el cuerpo está atravesado por lo orgánico. Es por este motivo que para no lesionar y cuidar la integridad física, es preciso tener en cuenta los principios a los que se encuentra sometido. Las estrategias de enseñanza se emplean en función del contenido pudiendo o no tener posibilidades de variación. Destrezas físicas de gimnasia, requieren altos estándares de imitación y reproducción para la apropiación del gesto motor asociados al conductismo y la educación tradicional, como muchos de los principios técnicos de los deportes. En contraposición, en una exposición o bien en una competencia, prima una libre expresión, asociada al constructivismo. Pero aún más, cualquier clase de Educación Física, se halla interpelada por la relación fisiológica, en la medida que su entrada en calor debe perseguir objetivos orgánicos (liberación de líquido sinovial, reclutamiento de fibras, aumento del ritmo cardiaco, liberación del glucógeno, entre otros) y de cuidados a la integridad física. Así también, la vuelta a la calma –cuando finaliza la actividad–, con su estiramiento y baja del ritmo cardiaco, también persigue principios orgánicos. En este sentido no puede primar arbitrariamente una corriente de enseñanza, es lo orgánico lo que prima.

Pero aún más, considerar los paradigmas dispuestos por la educación, representaría estar atados a la misma teóricamente en una relación de dependencia teórica, que si bien puede contener un correlato en la educación escolar, no hace más que circunscribirnos a una innecesaria dependencia. Los aportes brindados en torno a lo educativo, nos sirve para esgrimir paralelismos en lo referente a la enseñanza cognitiva de la Educación Física a nivel escolar y académico, como un telón de fondo. No obstante, la actividad física siempre estuvo y estará por fuera de la educación, como unas de las expresiones del movimiento, en cambio lo cognitivo, se encuentra mayormente como emprendimiento de la educación formal.

Además de la injerencia educativa sobre los paradigmas, prima una mirada etnocéntrica de la actividad física, que se corresponde con dejar de lado la verdadera naturaleza social e inherente a la especie humana de la actividad física. Como los colonizadores o los primeros antropólogos

clasificaron lo otro a partir de lo suyo (mirada etnocéntrica), en estas circunscripciones –con base en lo actual– existe una suerte de etnocentrismo disciplinar. No dimensionan que la actividad física por esencia, es ajena a la Educación Física, y surge de una necesidad de la sociedad o un determinado grupo de esta. Las actividades castrenses son un claro ejemplo como también, las actividades relacionadas al aire libre. Así también, muchos de los deportes que conocemos en la actualidad surgieron por fuera de la esfera de la Educación Física como el tenis, que tiene sus raíces en un juego francés que se llamaba “jeu de paume” (juego de la palma). Otro ejemplo de esto, es el hockey, que tiene sus orígenes en culturas antiguas provenientes de Grecia, Egipto e Irán (obviamente, no como lo conocemos en nuestros días).

Estos son algunos de los variados ejemplos que podemos citar en función de correspondencia de la tesis que la actividad física surge primero por fuera de la Educación Física. Ahora bien, también existe antecedentes de profesores de Educación Física, que crearon deportes, como el basquetbol<sup>4</sup> y el voleibol<sup>5</sup>, sin embargo, esto no implica que la Educación Física sea la propietaria o la creadora. Estos deportes no surgen por una injerencia de la Educación Física, sino por una determinada demanda y necesidad, en el caso de básquet, de un deporte de interiores ante las inclemencias climáticas. En el caso de vóley, por un deporte de menor incumbencia física y reducidas posibilidades de contacto o golpes. Que dos profesores de Educación Física sean sus creadores, no es necesariamente conciencia, ya que en gran medida somos los más capacitados para poder crear un deporte. Pero el hecho de posibilidad de inventiva no es lo que hace un contenido relevante, sino su aceptación por la sociedad. Es así que, la mayoría de los profesores de Educación Física, que cuentan con escasos recursos de infraestructura o materiales, inventan diversas actividades que no trascienden más que en su clase. Deportes como básquet y vóley trascendieron la clase y la institución, conformando una expresión de la motricidad, inicialmente recreativa. Posteriormente se crea una federación que regula la actividad deportiva, sometiéndola a normas específicas de la actividad (que en muchos casos trasciende lo meramente deportivo, como es el caso de lo comportamental). Ulteriormente se convierte en un objeto y contenido de la Educación Física en torno al tratamiento de sus conocimientos.

---

<sup>4</sup> El basquetbol fue inventado por el Profesor de Educación Física, James Naismith en Springfield, Massachusetts, Estados Unidos.

<sup>5</sup> La creación del voleibol proviene de William G. Morgan, un director de Educación Física de la YMCA en Holyoke, Massachusetts, Estados Unidos

La práctica física, ya sea de acondicionamiento físico, destreza o divertimento no surge de la Educación Física, como área de conocimiento, surge de la sociedad por una determinada necesidad. El contenido primario de la Educación Física proviene de prácticas sociales que le dan una dotación de valor. Al ser tomadas, mutan en un contenido estratificado, sistemático y fundamentado desde la esfera orgánica, social y psíquica. Pasa de un contenido apriorista de sentido común y mítico a un contenido con principios científicos. En otros términos, podemos decir que la Educación Física depura el contenido en torno a su conocimiento. Entonces, es necesario reconocer una dependencia ontológica que tiene la Educación Física con el contenido, es decir, que el contenido puede existir sin la necesidad de la Educación Física, pero ella necesita de este contenido como insumo. De esta manera, la dependencia ontológica nos remite a alejarnos de la mirada etnocéntrica y comprender que la materia prima de la Educación Física proviene de la necesidad social y de la legitimación de una determinada práctica.

Por los motivos esgrimidos, es que consideramos que los paradigmas de la Educación Física deben tener un correlato en torno al valor de la actividad física en correspondencia con su intencionalidad, tanto del sujeto como de la sociedad. De esta manera, cada paradigma tendría un fundamento cultural que explica la finalidad de la actividad física, dotando del verdadero sentido adquirido y no meramente impuesto, desde una concepción etnocéntrica. Y justamente este contenido sería el tomado por la Educación Física para reproducir y producir sus prácticas y dar cuenta de la razón de ser de la mismas bajo un análisis crítico, derogando lo mítico y especulativo, e investigando sobre lo mismo y las mutaciones al respecto.

### **Un giro copernicano, nueva concepción de paradigmas**

La actividad física en su sentido más amplio es inherente a cada ser humano y es la fuente exclusiva de la subsistencia y de la apropiación de la realidad y el contexto. No se puede pensar un ser vivo sin movimientos que le permitan intercambios de sustancias y/o experiencias con el contexto. En este sentido, el movimiento le sirvió históricamente al ser humano para conseguir recursos, para alimentarse y guarecerse. Entonces, lo más proclive a pensar, sobre las concepciones iniciales de la actividad física, remite a la dependencia en la consecución de satisfacer las necesidades biológicas. Es decir, que después del surgimiento humano como especie o derivado de una evolución, sus actividades físicas estuvieron ligadas a necesidades de

supervivencia (Leiva Benegas, 2022). Estas actividades pueden corresponderse con la recolección de alimentos, la caza y la pesca como también en la confección de refugios y herramientas. Pero concebir únicamente esto como parte de la supervivencia sería ser incauto, ya que no se reconocería que los recursos no siempre están presentes y que existen lugares que cuentan mayores recursos que otros. A su vez, porque hacer el esfuerzo de conseguir recursos, si otro puede hacerlo. Hobbes (2011) nos dice que en estado natural el hombre tiene causas de riña, señalando que las mismas son “competencia, inseguridad y gloria” (p.129). Estas mismas causas de riña, que las podemos entender como conflicto, conforman parte inherente del ser humano en su estado natural.

Dado esto, podemos asociar actividades del orden castrense y bélico al surgimiento de la especie, en torno a lo que la supervivencia refiere. Entonces, un primer paradigma de la actividad física –de acuerdo a su finalidad– puede concebirse en relación a un valor utilitarista de la misma. Es decir, que la actividad física se concibe en función de lo que se quiere lograr, de la meta propuesta, es el medio por el que se obtendrá lo que se quiere. Su práctica no tiene valor en sí, más que lo que la misma pueda gestar en la consecución de lo que se espera.

Pero la supervivencia no basta para entender la complejidad de la actividad física y su concepción paradigmática. La cultura física de supervivencia evolucionó dejando atrás aspectos rudimentarios constituyéndose como una identidad particular y exclusiva de cada sociedad; “los hombres no se limitan a sobrevivir. Sobreviven en una forma definida. Se reproducen a sí mismos como determinados tipos de hombres y mujeres, clases y grupos sociales, no como organismos biológicos” (Sahlins, 2006, p.168). En este sentido, las prácticas iniciales del ser humano son agentes que evolucionan en fuentes creadoras de cultura o en palabras de Marx “La «producción y reproducción de la vida» es una exigencia dictada por las necesidades biológicas del organismo humano y a la vez, lo que es más importante, la fuente creadora de nuevas necesidades y capacidades” (citado por Giddens, 1994, p.81).

Entonces, el hombre no se limita a sobrevivir, y como le es inherente la supervivencia, también le es el divertimento y la ocupación del tiempo de ocio. Pero, aunque puede pensarse que el divertimento es el fin de la actividad física, esto no es así, en la medida que la actividad da la consecución de divertimento. En otras palabras, no da lo mismo una actividad que otra, es la práctica de una determinada actividad la que dota de placer. En planos lógicos, existe una



relación de condición necesaria y suficiente. Así también, existe un acto de investimento<sup>6</sup> sobre determinada actividad física, es decir, un movimiento libidinal, una dotación de valor y estima sobre esta. Ejemplificando esta cuestión, podemos decir que alguien que gusta de jugar fútbol los fines de semana, no encontraría en otro deporte la misma pasión y entrega; jugar al fútbol es la condición del placer, y no el placer la condición de practicar fútbol. De esta manera, el segundo paradigma de la actividad física –en torno a la finalidad– sería el motivacional, es decir, por el placer de la práctica misma, sin esperar nada a cambio más que la consecución de su práctica.

Hasta el momento y de acuerdo a la finalidad de la actividad física, encontramos claramente dos paradigmas, por un lado, uno que justifica por medio de lo que se puede obtener de la actividad física (utilitarista), y por otro lado, un segundo que se justifica en la misma actividad (motivacional). Este último paradigma, se funda en una determinada práctica que da placer, pudiendo consignar cualquier actividad, como las al aire libre, las deportivas (grupales, individuales y con vehículos motorizados), las rítmicas y coreográficas y las de sobrecarga.

A diferencia de las actividades físicas que se direccionan al placer que causan, las actividades utilitaristas cuentan con legitimaciones culturales, como también de toda una publicidad que alimenta su práctica. De esta manera, las prácticas físicas se encuentran custodiadas y delimitadas por los ideales sociales y culturales que concatenan una representación (Leiva Benegas, 2018). Y justamente estas representaciones son las que pueden darnos la materia prima para realizar una clasificación de las concepciones, pertenecientes al paradigma utilitarista de la actividad física. Esta clasificación nos ayuda a entender la razón de ser de la actividad física y su correspondiente marco cultural y social que las fundamenta, y así también, nos ayuda a circunscribir todo lo que remite a este paradigma. Estas concepciones, no remiten a una especificidad de práctica física, sino al marco ideológico que las interpela y que consigna el objetivo. Enfatizando, es el marco de ideas, doctrinas, creencias y principios que sustentan la práctica física, que se dan tanto explícita como implícitamente. Y justamente esto nos lleva a entender que, dentro del paradigma utilitarista, se aloja subsecuentemente las concepciones de legitimación de la práctica física. Estas concepciones, son de calidad de vida, salud (orgánica y psíquica), estética, encauzamiento de los comportamientos, recreación y de rendimiento.

---

<sup>6</sup> El acto de investimento, representado desde el comportamiento manifiesto a través del interés y/o la habilidad que el sujeto tiene para operar con determinados objetos y no con otros, es la actualización y la expresión de un movimiento libidinal cuya motivación básica es la búsqueda de placer (Schlemenson, 1996, p.13)

La concepción de calidad de vida remite a que la actividad física coadyuve en la independencia motora y mejore el acervo motor en función de las actividades del quehacer diario. Su finalidad es la independencia, poder hacer lo que antes se podía o bien, llegar a concretar gestos o actividades que no se pueden hacer. Esta forma de ver la actividad física se halla en personas de la tercera edad o personas con discapacidad. Los precursores de esta corriente en lo que refiere a personas de la tercera edad, provienen de la educación no formal, y de muchos organismos gubernamentales como no gubernamentales, que entienden que la actividad física ayuda en el aparato locomotor como en la socialización de estas personas. Un ejemplo de esto remite a los programas que implementa PAMI en nuestras latitudes, como las clases destinadas a esta población, de los Centros de Educación Física, entre otros ejemplos. Sin embargo, es importante aclarar que esta concepción es relativamente nueva, y con anterioridad no existían estos espacios relegando a su suerte a cada individuo. En lo que concierne a personas con discapacidad, históricamente podemos encontrar los antecedentes en el paradigma médico-rehabilitación de la discapacidad, que consistía en reacondicionar a la persona para su inserción social. La concepción paradigmática de la discapacidad muta paulatinamente a la rehabilitación y a la inclusión sentando las bases de una atención integral a la discapacidad que permita una verdadera inserción social.

La concepción de salud estriba en reconocer los beneficios orgánicos que tiene la actividad física en el funcionamiento del organismo y la prevención de enfermedades. De hecho, es reconocida por la Organización Mundial de la Salud como una de las estrategias principales para contrarrestar los perjuicios del sedentarismo y la obesidad. La actividad física coadyuva en el funcionamiento del organismo, mejorando la calcificación ósea, la absorción de la glucosa en sangre, la excreción de sodio, la irrigación sanguínea, entre muchas otras cosas. La concepción de salud se diferencia de la calidad de vida, en la medida que ella busca los beneficios fisiológicos y la otra, los motores, en relación a la independencia. Además, su intencionalidad no ronda en el mejoramiento de las capacidades condicionales de manera exhaustiva, sino más bien colateral, lo que la diferencia de la concepción de rendimiento. La gama de sujetos que adhieren a esta concepción es muy variada en cuanto al rango etario, recurriendo a la actividad física por una necesidad en torno a su salud. Así también, muchos las practican en función de revertir los antecedentes familiares, por acompañar a un ser querido o bien porque se sienten mejor después de las ejercitaciones. Y justamente este último punto nos lleva al valor agregado que tiene la

actividad física para canalizar lo agobiante de las exigencias diarias, es por este motivo que muchos la consideran como una forma de canalizar (Leiva Benegas, 2023). Ahora bien, esta forma de entender la actividad física tiene sus orígenes más notorios en la modernidad, ya que los avances de la ciencia hicieron dar cuenta de los beneficios de la actividad física. Específicamente podemos centrarnos en dos corrientes de pensamiento que promovieron una actividad física acérrima, estas son el higienismo y la eugenesia. Las dos corrientes de pensamiento hallan sus principios en los postulados de Lamarck (1971), quien creía que las características adquiridas por la interacción con el ambiente en una determinada especie son heredadas por su progenie, influyendo estas en sus características morfológicas como funcionales<sup>7</sup>.

La concepción estética se funda en que por medio de la actividad física se conseguirá el cuerpo estimado socialmente (Leiva Benegas, 2023). La meta es sobredimensionar lo morfológico, dando cuenta de un cuerpo musculado y definido. Generalmente esta concepción se encuentra a partir de la adolescencia y llega hasta la mediana edad, en las personas que le dan un sentido de estatus a la belleza corporal. La intencionalidad es la admiración de un otro u otros, que encuentran en lo físico la atracción. En la posmodernidad, la actividad física se transformó paulatinamente en una estrategia anti edad, para salvaguardar lo máspreciado, la apariencia. Pero además de la actividad física, se extendió todo un mercado que se ocupa de “los liftings, el colágeno, las tinturas, el botox, las prótesis y además tecnologías al servicio de la eterna juventud” (Díaz, 2014, p.23). En la actualidad, son los medios de comunicación masivos los que diseminan una concepción estética del cuerpo, con una clara trastienda comercial y mercantilista. Aunque pueda asociarse el surgimiento de esta concepción con la época de oro del fisicoculturismo (1960-1970), esto fue el reflejo de los avances en medicina en torno a sustancias anabólicas, producidos durante la segunda guerra mundial y la guerra fría. Los avances producidos en torno a los derivados de la testosterona y la hormona de crecimiento, sirvieron para perfeccionar el performance de los que querían poseer una envidiable musculatura. Además de todo lo que implica el dopaje, se comenzó a confeccionar y vender diversos productos dietarios en función de mejorar de manera natural el rendimiento y la musculatura (creatina, aminoácidos, aumentadores de peso, entre otros). Con todos estos productos, más el auge de los gimnasios y

---

<sup>7</sup> Uno de los ejemplos propuesto por Lamarck (1971) era el de modificación del cuello de la jirafa. El planteaba que la especie heredaba de su progenitor, el estiramiento del cuello para llegar al follaje más alto. En este sentido, los cambios ontogenéticos producen cambios filogenéticos. Su teoría, aunque pertenece al ámbito de la biología fue usada en diferentes áreas, siendo precursora en señalar al ambiente como condicionante y conformador.

los profesionales al respecto (Leiva Benegas, 2018) se produce una suerte de culto a lo estético, donde los gimnasios, son considerados sus templos.

La concepción de encauzamiento de los comportamientos, trata la actividad física como un mecanismo regulador de la conducta en torno a normas y valores, estimados socialmente. En otras palabras, se cree que por medio de la actividad física, se alejará a los sujetos de los malos hábitos. Esta forma de legitimar la actividad física, se corresponde con variados padres y autoridades, y es inherente a los que se desempeñan profesionalmente en los barrios carenciados de los conurbanos, como también, de quienes se desempeñan en lo referente a las adicciones. El surgimiento de esta concepción se puede albergar en los materialistas franceses y los socialistas utópicos, quienes creían que se inculcaba gran parte de los valores por medio de la actividad física, por este motivo, la práctica asidua haría mejorar la sociedad (Konstantinov et al, 1984). El problema del uso de las sustancias psicoactivas también abre un parangón sobre esta concepción, mostrándose habitualmente en muchos de los discursos políticos en torno a la confección de espacios deportivos. La sociedad por su parte también da cabida a esta forma de ver la actividad física, como se evidencia en el artículo de Mario Canessa, titulado *El deporte contra el flagelo de la drogadicción*<sup>8</sup>. La actividad física se concibe como la escaramuza que hará frente al avance de las adicciones entre los jóvenes, como también de los comportamientos desviados, para contrarrestar el malestar social que generan. Pero aún más, es la responsable de inculcar normas y valores hegemónicos a la nueva generación, que mejorarán la cohesión, convivencia y cooperación.

La concepción de recreación, comprende a la actividad física como mecanismo de esparcimiento. A diferencia del paradigma que justifica la actividad en sí misma, en este la actividad es un mero vehículo del placer, no siendo específica la actividad. Es la compañía o bien las ganas de quien la ejecuta que hace que sea placentera la actividad, de esta manera, se disfruta de una caminata como de jugar a la pelota en el parque. Estamos ante un grupo muy heterogéneo de personas, que van variando su práctica física o bien, cuentan en su haber con diferentes prácticas en su rutina mensual. Por lo general estas prácticas son colectivas y parte esencial es la posibilidad de socialización que tienen los sujetos, siendo esta una de las características necesarias para legitimar la actividad. Los orígenes de esta concepción pueden encontrarse desde el surgimiento

---

<sup>8</sup>Extraído de <https://www.eluniverso.com/deportes/2019/08/17/nota/7474077/final-tunel/>

de la especie humana, pero posteriormente a todo lo que atañe a la supervivencia. Una vez que el ser humano cumple sus necesidades de supervivencia, tiende a buscar actividades que ocupen su tiempo de ocio y que representen su divertimento, fuera de las actividades inherentes a su supervivencia. La actividad física como estamento de recreación conlleva la canalización del estrés de la vida diaria y es al respecto que puede concebirse como una válvula de escape. Aún más, las actividades físicas se conciben desde el divertimento, del ser de otra manera que la realidad, entendiendo la actividad física como un juego, en el sentido de Huizinga (2010). La actividad física permite desestructurarse, convirtiéndose no sólo en un aspecto lúdico, sino social, donde se convive y se relaciona con los pares.

La concepción de rendimiento consiste en considerar al cuerpo como una máquina, provista de una estructura de sostén, palancas, motores y conexiones de transmisión que posibilitan el movimiento, en su máxima expresión. Y justamente, es la actividad física la encargada de facilitar el mejor rendimiento del aparato motor, en función de uno o variados gestos físicos, como también del incremento de las capacidades condicionales<sup>9</sup>. Generalmente esta concepción se encuentra en personas que practican el alto rendimiento deportivo y actividades castrenses. El alto rendimiento tiene sus orígenes en las competencias deportivas, las olimpiadas de la Antigua Grecia son un claro ejemplo. Como este, existen muchos otros ejemplos, sólo que son menos populares, como son los Juegos de las Highlands en Escocia. El fin es la gloria, el ser mejor que otro, o bien, de todos y en gran medida alzarse sobre el rival que ha sido despojado de lo más precioso, el triunfo (Huizinga, 2010). Lo castrense tiene sus orígenes en la gestación de la especie humana misma, entendiéndose como una actividad necesaria para la supervivencia. Además, se proyecta en el tiempo con el surgimiento de los imperios y más aún, con la conformación de los Estados-Nación, donde el reclutamiento no sólo era voluntario, sino que muchas veces forzoso. Ejemplos de este forzamiento lo encontramos en la conquista del desierto como en la guerra contra Paraguay que llevó a cabo Argentina (Oszlak, 2015).

---

<sup>9</sup> Aunque las estas puedan variar según la bibliografía, las mismas pueden encasillarse en fuerza, velocidad, potencia, resistencia y flexibilidad. A nuestro entender, también se aloja en las capacidades condicionales la coordinación ya que sin esta las anteriormente nombradas adolecen en la medida que la coordinación es necesaria.

## **A manera de cierre**

Los paradigmas de la Educación Física deben consistir en formas de ver, entender, comprender, investigar e intervenir en lo referente a su área de conocimiento. Por este motivo los paradigmas deben tener completitud en lo referente a su campo, y hasta el momento los existentes carecen de esto, produciendo una concepción solapada y reduccionista de la actividad física. El tratamiento paradigmático vigente –con un claro dejo etnocéntrico–, no reconoce que la actividad física deviene de la sociedad y su cultura, y no de la educación, ni de la Educación Física. La actividad física le es inherente al ser humano y como tal, se explica en su intencionalidad o fin, y no por medio de la interpelación de la Educación Física. Y justamente esto último es una consecución ulterior de la creación y legitimación de determinada expresión de actividad física, es decir que es a posteriori. Lo a priori es entonces la intencionalidad o la meta que persigue la actividad física como expresión intrínseca del ser humano.

Desde este posicionamiento, la actividad física puede consignar dos paradigmas, uno con finalidad en sí misma o motivacional, y otro, como vía de una finalidad o utilitarista. Es decir, que por un lado la actividad física se realiza por el placer que ella consigna, no buscando ningún aspecto colateral más que la práctica específica de una actividad. Por otro lado –desde una perspectiva utilitaria–, la actividad física se direcciona a su mero resultante, es decir no con un fin en sí misma, sino como un medio para la consecución de un determinado fin, que se encuentra custodiado y delimitado por los ideales sociales y culturales que concatenan una legitimación. El paradigma motivacional, se funda en la preferencia de una práctica física específica que genera un placer único, pudiendo consignar cualquier actividad. Por ende, no acepta mayor distinción que los caracteres generales que pueden albergar la misma, pudiendo agruparse en actividades al aire libre, deportivas (grupales, individuales y con vehículos motorizados), rítmicas y coreográficas y de sobrecarga.

En contraposición, el paradigma utilitarista cuenta con una direccionalidad, insumida en su intencionalidad, que como tal, tiene una suerte de correlato social que le da su razón de ser. De esta manera, se concibe una legitimación, que involucran varias concepciones, que no remiten a una especificidad de práctica física, sino al marco ideológico que las fundamenta y consigna el objetivo de las mismas. Acentuando, es el marco de ideas, doctrinas, creencias y principios que sustentan la práctica física, y que se brindan de manera tácita y explícitamente. Y como la

sociedad no es homogénea en su ideología, las concepciones tampoco lo son, coexistiendo en la sociedad. Estas concepciones son la de calidad de vida, salud (orgánica y psíquica), estética, encauzamiento de los comportamientos, recreación y de rendimiento.

Para finalizar, es importante señalar que concebir nuestra propuesta paradigmática conlleva aceptar nuestros supuestos, debido a que “No hay ciencia que pueda privarse de supuestos previos, y ninguna ciencia puede demostrar su propio valor a quienes no aceptan esos supuestos” (Weber, 2010, p.474).

### Referencias bibliográficas

- Blázquez Sánchez, D. (2006). *La Educación Física*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Díaz, E. (2014). *La sexualidad y el poder*. Buenos Aires: Prometeo Libros.
- Giddens, A. (1994). Cap. III: Las relaciones de producción y la estructura clasista, en *El capitalismo y la moderna teoría social*. Pp. 81-96., V edición, Barcelona: Labor.
- Hobbes, T. (2011). *Leviatán*. Buenos Aires: Losada.
- Huizinga, J. (2010). *Homo ludens*. España: Alianza Editorial.
- Konstantinov, N. A., Medinski, E. N. y Shabaeva, M. F. (1984). *Historia de la Pedagogía*. Buenos Aires: Editorial Cartago.
- Kuhn, T. S. (2010). *La Estructura de las Revoluciones Científicas*. México: Fondo de la Cultura Económica.
- Leiva Benegas, S. (2017). Acercamiento reflexivo del signo y significante de la Educación Física. 12º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 13 al 17 de noviembre 2017, Ensenada, Argentina. EN: *Actas* (2017). Ensenada: Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física. En Memoria Académica.
- Leiva Benegas, S. (2018). *La Sobrecarga, fundamentos sociales y culturales para la teoría de una de las manifestaciones actuales de la actividad física, utilizada en la construcción de una identidad corporal* (Tesis de maestría). Maestría en Metodología de la Investigación Científica, Departamento de Humanidades y Artes, Universidad Nacional de Lanús.

- Leiva Benegas, S. J. (2022). *Construcciones simbólicas de la actividad física en adolescentes escolarizados* (Tesis de Doctorado). Facultad de Filosofías y Letras de la Universidad Nacional de Tucumán. San Miguel de Tucumán, Provincia de Tucumán.
- Leiva, Benegas, S. J. (2023). *Repercusiones de la pandemia por COVID-19 en la educación física. Condicionamientos, contenidos y representaciones en el nivel primario*. (Tesis de Maestría). Maestría en Educación, Universidad Nacional de Quilmes, Bernal, Argentina.
- Oszlak, O. (2015). *La formación del Estado argentino: orden, progreso y organización nacional*. Buenos Aires: Ariel.
- Sahlins, M. (2006). *Cultura y razón práctica. Contra el utilitarismo en la teoría antropológica*. Barcelona: Gedisa.
- Schlemenson, S. (1996). *El aprendizaje: un encuentro de sentidos*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Vázquez Gómez, B. (2001). Los fundamentos de la Educación Física en Vázquez Gómez, B. (coordinadora) Camerino O., González M., Del Villar F., Devís J. y Sosa P. (2001). *Bases educativas de la actividad física y el deporte*. Madrid: Editorial Síntesis S. A.
- Watson, J. B. (1947). *El conductismo*. Buenos Aires: Paidós.
- Weber, M. (2010). *Obras selectas*. Buenos Aires: Distal.
- Zagalaz Sánchez, L. (2001). *Corrientes y tendencias de la Educación Física*. Barcelona: INDE Publicaciones.