

LA PEDAGOGÍA DE LAS CONDUCTAS MOTRICES APLICADA EFICAZMENTE CON EL MÉTODO MOVITRANSFER

Alberto Masciano, director gimnasio Olimpia de Chivilcoy (Buenos Aires, Argentina) <albertomasciano@hotmail.com>

Bernardo Masciano, entrenador personal gimnasio DIR (Barcelona, España) <bernardomasciano@hotmail.com>

Francisco Lagardera, catedrático de sociología del deporte del INEFC (universidad de Lleida, España) <flagardera@inefc.es>

RESUMEN

Mucho se ha hablado y escrito en torno al cambio de paradigma en la educación física, así como al protagonismo que la conducta motriz ostenta en este proceso para modernizar esta disciplina pedagógica que sigue aplicando los métodos de producción industrial que heredó en el siglo XVIII.

En el gimnasio Olimpia de la ciudad argentina de Chivilcoy se está llevando a cabo esta importante y necesaria transformación de un modo eficaz y exitoso.

Las clases de educación física que allí se imparten, se llevan a cabo mediante un método singular e innovador que aplica la pedagogía de las conductas motrices (Parlebas), con propuestas pedagógicas basadas en procesos de exploración motriz (Feldenkrais) y generando dinámicas pedagógicas mediante puestas en común y circuitos con situaciones psicomotrices y sociomotrices.

En una reciente investigación cualitativa en torno a “qué es lo que se aprende en las clases con Movitransfer”, una muestra significativa de alumnos del gimnasio dicen que han aprendido a sentirse libres, puesto que su autoconfianza ha ido acrecentándose con las clases; que su calidad de vida ha mejorado porque las situaciones pedagógicas planteadas en clase son competencias para la vida; que al desanudarse están descubriendo lo mejor de sí mismos; que cada vez se sienten mejor capacitados para evaluar y optimizar sus propias conductas motrices y que el gimnasio se ha convertido en una escuela para la vida en donde los alumnos ponen en práctica un modo de vivir que les hace sentirse cada vez más felices.

PALABRAS CLAVE

Conducta motriz, desanudarse, exploración motriz, Movitransfer

1) Recuperar la motricidad inteligente mediante la exploración motriz

Los seres humanos al nacer aparecemos en el mundo con un repertorio motor sumamente rico producto de la evolución filogenética de la especie, que se madura en los primeros tres años de vida, pero con el transcurrir de los años parece reducirse drásticamente.

Cualquiera que pueda tener a un bebé entre sus brazos podrá vivir la bella experiencia de sentir su apacible y rítmica respiración diafragmática. Pero millones de personas adultas tienen grandes dificultades para mantener una respiración profunda como hace un bebé recién nacido.

Lo mismo ocurre con los estiramientos espontáneos y naturales que llevan a cabo los bebés cuando se despiertan estando sanos, satisfechos y limpios; al igual que los cachorros de gatos y perros a quienes nadie ha enseñado a estirarse, pero a diferencia de los humanos siguen estirándose de adultos.

Así mismo, un niño de tres años es capaz de adoptar una postura sedente sobre una silla de su medida, de un modo justo y equilibrado, manteniendo el espinazo alineado. Actitud muy extraña en una persona adulta.

El soporte de nuestras facultades operatorias se encuentran en la motricidad inteligente (Parlebas, 2001:341) que empuja a la exploración del mundo en los primeros tres años de vida. Pero el proceso de indagación y exploración motriz (Feldenkrais, 1988:103) no puede detenerse después de los tres años porque necesitamos descubrir la sabiduría filogenética de la especie grabada en todas nuestras células, que espera ser activada por la luz de la conciencia.

A esta tarea dedica el método Movitransfer, creado por Alberto Masciano, la primera parte de las sesiones de educación física, con el objetivo de que las personas, siguiendo cada cual su propio proceso, sean capaces de redescubrir este maravilloso y rico legado a través de una situación motriz denominada desanudarse. Una modo práctico y eficaz de conectarse sensitivamente con el estado del cuerpo en el momento presente.

2) El lado oculto de la educación física: la conducta motriz

La educación física actual sigue anclada en el paradigma mecanicista del movimiento humano tratando a los alumnos como sujetos propios de una producción industrial en serie.

No son las personas con sus singularidades lo que importa sino la acción motriz a reproducir, un modelo a imitar al que todos los alumnos tratan de

aproximarse, tal y como ocurre con la enseñanza de las destrezas deportivas. Pueden darse planteamientos didácticos más abiertos y globalizados y otros más cerrados y estandarizados, pero lo que tiene significación es el modo en cómo se realiza la tarea motriz en unos casos o simplemente la performance, el resultado que es capaz de alcanzar cada persona en la reproducción.

La persona, con sus características singulares y únicas, sigue siendo el punto ciego o el lado oculto de la educación física. Por más esfuerzos que han hecho multitud de autores para centrar la educación física en la persona, esta disciplina pedagógica sigue aferrada a las habilidades y destrezas que conforman sus objetivos, al margen de los rasgos de cada ser humano, que siempre se manifiestan de manera unitaria mediante conductas motrices. Aunque últimamente estos modos de obrar se disfracen como competencias. ¿Existe una competencia procedimental más útil que aquella que optimiza la conducta motriz de una persona orientada en la dirección de sus propios intereses y necesidades?

El método Movitransfer desarrollado por Alberto Masciano, ha tomado el concepto de conducta motriz (Parlebas, 2001:85) y lo ha aplicado en la dinámica de sus clases de educación física de un modo cotidiano y eficaz, logrando iluminar ese lado oculto de la educación física, observando de modo constante y sistemático los comportamientos motores de sus alumnos, las emociones que los alientan y conociendo la biografía de cada cual, interpretándolos como conductas motrices. De esta manera ha logrado levantar el telón que cubría la singularidad de cada persona y tratar a cada cual según sus necesidades.

3) Un nuevo modo de obrar pedagógico

La aplicación de la pedagogía de las conductas motrices (Lagardera y Lavega, 2005) en el gimnasio Olimpia de la ciudad de Chivilcoy, en la provincia de Buenos Aires, ha supuesto la reorientación de la educación física en varias direcciones:

a) En la focalización del centro de interés pedagógico que se traslada a la persona con sus singularidades, sea la edad, género, condición física y cualquier otra, lo que supone poder acoger en una misma clase a personas muy diferentes: una anciana, otra con dificultades motoras y también deportistas que compiten habitualmente a buen nivel.

b) En el rol del profesor que ya no es aquel que lo sabe hacer todo o sabe cómo hacerlo, quien describe la competencia eficaz y única a lograr, sino que se convierte en aprendiz de sus alumnos de quienes cada día va descubriendo nuevos modos de hacer, en observador constante de su comportamiento motor y en un sagaz intérprete de sus conductas motrices.

c) En la necesidad de iniciar las clases de educación física a través de un proceso íntimo y singular de introyección motriz conocido como desanudarse en el que cada persona logra centrarse en sí misma para percibirse con claridad y relacionarse con los demás, con el espacio y con los recursos materiales con mayor eficacia.

d) En el modo de evaluar y de evaluarse, puesto que la intervención del profesor y de los alumnos en el discurrir de la clase, mediante puestas en común, breves y sistemáticas, logran que las personas implicadas puedan ser conscientes, semana a semana, de los procesos de optimización de sus conductas motrices y de las consecuencias que tiene este proceso en el devenir de su vida cotidiana.

e) Fomentando la motivación e interés de los participantes en las clases mediante la organización de circuitos, tanto psicomotores como sociomotores, que al mantenerse durante varias semanas, sirven de pauta referencial para cada alumno, que siempre se encuentra aceptado e integrado en un grupo heterogéneo y diverso, que va cambiando en cada clase, lo que supone un proceso interactivo de gran impacto, puesto que incluso cuando se trata de tareas psicomotrices se forman grupos y equipos de trabajo.

4) Lo que dicen aprender los alumnos con el método Movitransfer

Bernardo Masciano ha presentado en la UFO de Buenos Aires su tesina de graduación, que consiste en una investigación cualitativa sobre ¿Qué dicen aprender los alumnos con Movitransfer?

Se eligió una muestra estándar proporcional en torno a tres grupos de edad: jóvenes, adultos y ancianos, de entre todas los alumnos del gimnasio que contestaron por escrito a esta pregunta en el tiempo indicado. Se eligieron diez testimonios por grupo ya que este fue el número menor de textos recibidos en uno de ellos, eligiendo a los diez de los otros dos grupos al azar entre todos los recibidos.

Se aplicó a los textos un análisis de contenido inductivo del que han surgido

cinco unidades de significación que se comentan brevemente, ilustrándolo con tres ejemplos para cada una, entre más de un centenar de textos seleccionados de los treinta testimonios analizados:

a) La persona es el centro del proceso pedagógico cualquiera que sea su condición física, edad o estado emocional.

La inmensa mayoría de los testimonios manifiestan la confianza en sí mismo y la motivación que genera el método, al considerar a cada persona como un caso único que requiere un tratamiento pedagógico singular:

- *“No importa que seas un superatleta o una persona anciana, todos compartimos el mismo espacio en común y logramos nuestros objetivos, siendo seres humanos más felices”* (Pablo).

- *“El hecho de compartir las clases personas con edades tan dispares y diferentes historias deportivas, aún lo hace más interesante y difícil ya que cada uno le imprime su propio ritmo e interactuamos, tanto con el que va a mil como con el que quiere relajarse, y lo logramos”* (Luján).

- *“Aprendí que el punto de partida soy yo misma con mis capacidades, historias y limitaciones”* (Lucrecia).

b) La unidad del ser: Conducta motriz y globalidad.

Los alumnos hacen referencia constante a la idea de globalidad y a los modos singulares y únicos de llevar a cabo las tareas propuestas:

- *“En Olimpia aprendí a entender que cuerpo, mente y emoción son una misma cosa”* (Lucrecia).

- *“Es el método lo que deja salir el toque característico de cada persona, la personalidad de cada uno queda expuesta al instante”* (Diego).

- *“Es importante que realicemos un trabajo global del cuerpo, esto hace la diferencia entre poner una pelotita de tenis sobre la línea de la cancha o tirarla fuera de la misma ya que los movimientos se realizan con todas las partes del cuerpo, es decir, son una sucesión de ellos”* (Diego).

c) Desanudarse: Exploración motriz y percepción de sí mismo.

¿Cómo está el cuerpo en el día de hoy? ¿Cuáles son las sensaciones más acusadas y precisas? ¿Cómo me siento ahora mismo...? Son las preguntas que tratan de responder los testimonios de los alumnos:

- *“Aprendí a percibir los dolores de mi cuerpo cuando algo andaba mal y hasta sentir si estoy cansado o no y qué intensidad de trabajo hacer ese día en particular, ya que aprendemos a detectar el cuerpo del día de hoy, lo llamamos*

así porque no todos los días estamos de la misma forma por distintas cuestiones externas o internas a nosotros” (Diego).

- “Aprendí a respirar mejor, pude concentrarme más en mi cuerpo, aprendí a relajar las partes de mi cuerpo contracturadas, ya que puedo detectar mejor donde estoy anudada” (M. Clara).

- “Aprendí a conocer mi cuerpo, a llevarlo a la experiencia de sentir sus nudos y dolores musculares, podía percibirlos, desanudarlos y trabajarlos hasta sacarlos” (Ricardo).

d) Las situaciones motrices planteadas en clase son de la vida cotidiana.

Cada persona experimenta en el gimnasio situaciones motrices que ayudan a optimizar sus conductas motrices que no solo se transfieren a la vida diaria sino que constituyen parte de la vida misma:

- “Todo lo aprendido nos sirve para la vida, todo lo que aprendemos en el Gimnasio es inconscientemente adaptado a lo cotidiano, es aprender día a día algo nuevo, una experiencia inexplicable” (Cintia).

- “En lo cotidiano me desenvolvía con torpeza chocándome con cosas y gente, tropezándome, tirando objetos involuntariamente, mientras que tras comenzar a practicar el método, suprimí este manejo ilógico y lo reemplacé por uno más cuidadoso e incluso más espontáneo” (Candela).

- “...Aplicarlo en cualquier circunstancia de la vida ya sea en lo cotidiano o en el deporte que practico” (Fernando).

e) Movitransfer es para sus alumnos una filosofía de vida.

Todos parecen coincidir en que el Gimnasio y lo que allí se practica excede con mucho una sesión clásica de educación física, para convertirse en una escuela de vida, puesto que ayuda a vivir mucho mejor:

- “Al poco tiempo de haber empezado me di cuenta que es el lugar en donde me quiero quedar, me voy a quedar haciendo actividad física hasta..., tal vez hasta siempre” (Guillermo).

- “A nivel general siento que son todos los ámbitos de mi vida los que han cambiado positivamente desde que concurro al gimnasio, considero que hay un antes y un después, ha sido una gran herramienta para llevar de una manera más amena los problemas de la vida” (M. Clara).

- “Para mí dejó de ser un gimnasio para convertirse hoy en el disparador de un estilo de vida” (Fernando).

5) Consecuencias de esta investigación

Esta investigación muestra lo que ya se viene experimentando en el gimnasio Olimpia desde hace décadas, que existen otros modos de impartir educación

física teniendo en cuenta las necesidades y características de cada persona. Es posible personalizar la educación física aplicando eficazmente la pedagogía de las conductas motrices mediante Movitransfer.

Un nuevo paradigma en educación física es posible llevarlo a la práctica, aquel que tiene a la conducta motriz como objeto central de su acción pedagógica. No se trata de un utópico planteamiento teórico o de un sofisticado proceso investigador, sino de una realidad incontestable puesto que la unidad del ser es hoy un paradigma científico plenamente aceptado, por esto la pedagogía tiene el deber moral de dar satisfacción a esta realidad.

Esta investigación supone un primer paso para divulgar una nueva educación física centrada en la persona, que pueda enriquecerse con otras aportaciones, estudios y experiencias, de modo que los profesores de educación física puedan actuar de manera congruente con las necesidades de las sociedades humanas del siglo XXI.

Referencias bibliográficas:

Feldenkrais, M. (1980) *Autoconciencia por el movimiento. Ejercicios para el desarrollo personal*. Buenos Aires, Paidós.

Lagardera, F. y Lavega, P. (2005) "La pedagogía de las conductas motrices", *Revista Tándem*, nº 18, Barcelona.

Parlebas, P. (2001) *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona, Paidotribo.