

ACTIVIDAD FÍSICA Y EDUCACIÓN EN LA GRECIA CLÁSICA I PHYSICAL ACTIVITY AND EDUCATION OF CLASSICAL GREECE I

Autores:

Cachón Zagalaz, J ⁽¹⁾; Castro López, R ⁽²⁾; Valdivia, P ⁽³⁾; Zurita Ortega, F ⁽⁴⁾

Institución:

⁽¹⁾Universidad de Jaén: jcachon@ujaen.es

⁽²⁾Grupo de Investigación HUM653: charicl10@hotmail.com

⁽³⁾Universidad de Cádiz: pedro.valdivia@uca.es

⁽⁴⁾ Universidad de Granada: felixzo@ugr.es

Resumen:

Este artículo es el primero de los dos que hemos elaborado para profundizar en el estudio del desarrollo de la actividad física y su relación con la educación en la Grecia clásica, incidiendo en los aspectos disciplinares en los que se recoge el deporte como elemento educativo de primer orden. El planteamiento se apoya en la investigación histórica y consiste en una amplia revisión bibliográfica de tesis doctorales, investigaciones previas, revistas y manuales específicos y su correspondiente análisis, así como las aportaciones orales del profesorado de Educación Física y los alumnos de magisterio de varias universidades andaluzas.

Palabras Clave:

Historia de la Educación Física, Grecia clásica, Educación, Actividad Física, Deporte.

Abstract:

This article is the first of the two that we have developed to deepen the study of the development of physical activity and its relationship with education in classical Greece, influencing aspects disciplinary in collecting the sport as an educational element of the first order. The approach relies on historical research and consists of a broad literature review of doctoral theses, research previous, magazines and specific manuals and its corresponding analysis, as well as oral contributions of teachers in physical education and various Andalusian universities teaching students.

Key Words:

Physical education story, Classical Greece, Education, Physical Activity, Sport.

1. INTRODUCCIÓN

Este artículo es un estudio histórico descriptivo del desarrollo de la Educación Física (EF) en la Grecia clásica, cuna de nuestra civilización occidental, basado en la bibliografía existente y en los escasos trabajos de investigación realizados hasta el momento sobre un tema de gran interés para los profesionales de la materia que han de conocer y asumir su historia, inmersa en la historia de la educación, al objeto de avanzar hacia los resultados deseados que demanda la sociedad. Pretendemos que sea el inicio de una serie de artículos históricos alrededor de la actividad física (AF), en los que se evidencie el tratamiento que ha tenido la materia en culturas posteriores a la griega y anteriores a la nuestra. Siendo este el primero de los dos que analizan la AF y la educación en Grecia que trata el tema de forma más general, recogiendo el segundo todo lo relacionado con el deporte.

Antes de llegar a Grecia, en la evolución del hombre, la AF, ha jugado un papel fundamental y se ha adaptado a las necesidades humanas y a su entorno, siendo la base de su supervivencia cuando la utilizaba para desplazarse, cazar, pescar o defenderse, hasta, llegar a formar parte de la educación, hecho que acontece por primera vez en la Grecia Clásica, donde además de formar parte de la preparación bélica también integró la educación de los jóvenes, se convirtió en la base de juegos y deportes, especialmente a través de los Juegos Olímpicos e hizo sus primeras incursiones sistematizadas relacionándola con la salud.

2. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

La investigación ha estado apoyada en abundante documentación histórica y bibliográfica, como fuentes de información, documentales y bibliográficas, bases de datos Teseo y Ariadna, así como la transmisión oral de profesorado y alumnado de EF de distintas universidades andaluzas (Jaén, Cádiz, Córdoba, Granada, Sevilla), como fuentes de información historiográficas. Hemos contado con la opinión de un profesor por universidad

citada y cinco alumnos de 2º del grado de educación primaria en la asignatura de didáctica de la Educación Física, a quienes se les ha preguntado su interés por este tema y se les ha solicitado un breve resumen de su conocimiento sobre el mismo.

El método de investigación seguido ha sido el histórico. Como población de datos, los que han sobrevivido hasta el presente y como muestra potencial, los conocidos en cualquier momento histórico. Como complemento a la investigación histórica, hemos utilizado la investigación descriptiva, más concretamente la aproximación descriptiva.

3. LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA EDUCACIÓN EN LA GRECIA CLÁSICA

En Grecia se sitúa el origen de muchos de los usos y tópicos que actualmente perduran en EF. La palabra gimnasia, procede del griego y significa desnudo, por la forma en que, al parecer, se realizaban los ejercicios gimnásticos en aquella época. Del mismo modo, se considera a Grecia, la cuna de la cultura occidental, lugar del que se toman algunas de las primeras referencias del conocimiento filosófico, médico, militar o matemático, entre otros. Grecia nos legó esa creación magnífica que se denomina Cultura Helénica o Clásica.

Durante los siglos que duró el apogeo de la sociedad griega se observa una notable evolución en cuanto al concepto de cuerpo y a los valores que se le asignan, desde la Grecia Arcaica hasta la Helenística, siglos VIII al I a.C. aproximadamente (Finley, 1966). Sin embargo, siempre supieron diferenciar la gimnasia utilizada como educación, de la agonística que concebía los ejercicios físicos con fines competitivos. Agonística es la palabra griega cuyo sentido se parece más a nuestra idea del deporte, comprendía las especialidades de atletismo y lucha; el genio de agón presidía estas competiciones. Especialmente mediante Juegos, llamados en griego *agónes* ἀγῶνες: Juegos Panhelénicos de la Antigüedad. Agón es una palabra en griego antiguo que significa originariamente contienda, desafío, disputa que, llevada al teatro, se

realiza mediante un debate. El personaje que habla en segundo lugar siempre gana el agón, puesto que le corresponde la última palabra. También significa el momento que el ser humano va a expirar (agonía).

En Esparta no se hacía una distinción clara entre cuerpo y alma. Por tratarse de una sociedad guerrera inmersa en continuas disputas, los valores que se otorgan al cuerpo son los de un instrumento al que hay que cuidar y fortalecer para la lucha. Las prácticas físicas poseían un carácter muy severo y estricta disciplina militar. Para entender esta cuestión en Atenas, hay que hacer referencia a los principales filósofos postsocráticos, concretamente a su pensamiento sobre el hombre y la relación entre cuerpo y alma, destacando Platón (competidor en los juegos ístmicos), discípulo de Sócrates, que recoge en su literatura el pensamiento y el método socrático y, en su obra, muestra la evolución de la idea del cuerpo, desde su inclusión en la educación para la defensa de la República, hasta un posterior posicionamiento dualista en el que concede al alma la capacidad de desarrollar toda la potencialidad y la virtud del cuerpo (Aguilera, 1996:19).

En principio, la gimnasia estaba conceptuada como necesidad natural, tal como ilustran las palabras de Platón, citadas por Garrido Troncoso (1985):

Todo ser viviente tiene necesidad de saltar, brincar, y es portador de un ritmo que produce la danza y el canto... La Educación no es más que no cesar de esculpir cada uno su propia estatua. Para Platón: lo más parecido a la agilidad mental, es la agilidad corporal y, precisamente, quienes estuvieron llamados a solucionar grandes problemas de pensamientos, deberían practicar, al mismo tiempo, la gimnasia, siempre ejercitando, conjuntamente, el cuerpo y el alma (dualismo), y nunca, el uno sin la otra.

Aristóteles acentúa las ideas dualistas de su maestro Platón con consecuencias que, debidamente ampliadas en épocas posteriores, perduran en la actualidad, pero a diferencia de éste, incluye el tratamiento del cuerpo en la educación con un sentido médico-higienista, alejándose de las prácticas "gymnicas", ya profesionales, a las que considera excesivas y poco saludables (Vázquez, 1989:60). En este sentido y con respecto a los ejercicios físicos, su

dirección era para los griegos, por primera vez en la historia de la Gimnasia, un problema científico, afirmando Aristóteles que: “la ciencia de la gimnasia debe investigar qué ejercicios son más útiles al cuerpo y cuál es el mejor de ellos”.

En esta línea hay que mencionar también a Hipócrates y a Galeno, este último, consolida definitivamente la asociación EF-Salud, que permanece intacta en nuestros días, afirmando que “el objeto de la Gimnástica era la *Euexia* o buen estado corporal”... y que, “la Gimnástica era la ciencia de todos los ejercicios”. Para Álvarez de Palacio (1996), Galeno sienta las bases de algunos aspectos de la EF sobre los que siglos después se han apoyado otros autores; destaquemos aquí la idea de que la AF debe producir gozo y deleite en el alma, puesto que ésta posee todas las potencialidades del ser humano. El autor ve en ello los antecedentes de lo que hoy llamamos actividades de ocio y recreación. No olvidemos que para los griegos, la palabra escuela quería decir ocio.

Porque cuando el movimiento se combina con el instinto humano hacia el movimiento, a través del juego, el resultado conforma uno de los más poderosos medios de desarrollo. De ahí que la AF forme parte integral del espectro formativo del hombre. Esta fue la esencia del ideal educativo platónico, en el que al lado de “lo musical” se erigía, como la otra mitad de la *paideia*, “lo corporal”; aunque la gimnasia no tuviera como misión especial la exclusiva educación de lo corporal, ni la música de lo espiritual, sino que ambas se dirigieran al alma, es decir, al hombre integral en cuerpo y espíritu, entendido como unidad psicosomática (Zagalaz, 2011a, b). De ahí que la *gimnasia* y la *música* fuesen, en el sistema educativo platónico, los principales contenidos de la educación durante la infancia, a los que se uniría el *eros*, entendido como el amor del maestro hacia sus alumnos, y motor principal de todo el proceso (Zagalaz, 2001).

Para los griegos, la gimnasia era una obligación moral, en cuanto a formación del cuerpo, dirigida a conseguir la belleza y la fuerza. Su máxima era, “*Gimnasia para el cuerpo, Música para el alma*”. El descuido de esta obligación era una vergüenza, según la doctrina de Sócrates. En esta época

tuvieron gran importancia los juegos infantiles, los niños griegos jugaban con la pelota, la soga, la lanza y a “ser reyes” lo que para Huizinga (1972:47), puede considerarse como la utilización por primera vez de juegos de imitación.

La gimnástica estaba compuesta por Paléstrica y Saltatoria, y Galeno la subdivide en tres grupos: Militar, Viciosa o Atlética y Médica o Verdadera. Subdividiendo además esta última en: Cubística, Esferística y Orquística.

Tal fue la importancia que le dieron a la AF, que sus escuelas se denominaron Gimnasios, siendo las más importantes “La Academia”, en la que impartió sus clases Platón y “El Liceo”, centro de la docencia de Aristóteles. En estos centros, a la vez que se instruían en las ciencias, la cultura, la política y las relaciones sociales, se dedicaba un gran tiempo a la AF. De ahí surgieron conceptos como: “un alma de oro y un cuerpo de hierro”, “educación integral, física, intelectual y moral”. De esta forma, con el propósito de que sus ciudadanos alcanzaran la belleza y la perfección de cuerpo y alma, la escuela griega dejaba la educación en manos de los maestros en gramática, en música y en gimnasia. Esa era la relevancia de las prácticas físicas en el contexto del pensamiento filosófico de la época. Tan arraigado quedó que hoy ha trascendido a modo de marketing deportivo en la marca ASICS (quinta marca de calzado deportivo en el mundo, es un acrónimo de esta frase en Latín “Anima Sana in Corpore Sano” que es una variación de “Mens Sana In Corpore Sano”).

Sin embargo, las prácticas físicas más importantes y que más han trascendido de la cultura helénica fueron las que se realizaron fuera de la escuela: los juegos competitivos y deportes a los que llegaron a acceder personas de todos los estamentos y debido a sus cotas de sofisticación tomaron un carácter profesional de elite.

No obstante, lo más significativo para los intereses que tratamos de transmitir en este artículo, es que la sociedad griega distinguió perfectamente entre la gimnasia en la escuela y la gimnasia de rendimiento, competitiva o profesional. Mientras que a la primera actividad se dedicaba el paidotribo

(maestro), la segunda la atendía el gimniasarca (médico deportivo-entrenador). Por tanto, para ellos estaba absolutamente claro -incluso en sus expresiones- que la paidotribia consistía en la enseñanza de la gimnasia, mientras que la gimnástica se centraba en el entrenamiento y en los cuidados médicos necesarios para la realización de la gimnasia competitiva y de rendimiento (Cachón y Zagalaz, 2012).

El paidotriba dirigía a su alumnado armado con una varita, que terminaba en forma de horca, con la que lo castigaba si realizaba mal los ejercicios o infringía las normas. En ocasiones era ayudado por los alumnos mayores que dirigían a sus compañeros, en lo que creemos ver por primera vez la aparición de un método de enseñanza alejado del mando directo que se aproxima a la microenseñanza.

El niño frecuentaba la escuela desde los siete hasta los catorce años, pasando con esta edad y hasta los dieciocho, a completar su educación en la Palestra, establecimiento privado dirigido por un paidotribo, sin recursos económicos como para rivalizar con los gimnasios, en el que la enseñanza se limitaba casi exclusivamente a los ejercicios físicos, iniciando a los adolescentes en las competiciones deportivas y en la agonística. Los juegos de pelota formaban también parte del programa, que se completaba con ejercicios de acrobacia y danzas, una de las cuales denominada *gimnopedias*, era una evocación de los movimientos de la lucha.

El joven ateniense, al cumplir dieciocho años pasaba al colegio de los efebos, en el que el Estado se encargaba de completar su educación, cuyo objetivo era formar ciudadanos capaces de contribuir a la prosperidad y defensa del Estado.

Sin embargo, aunque los griegos sientan las bases de la importancia de la EF y el deporte dentro del currículum escolar, es necesario insistir en la carencia de homogeneidad en lo referente al contenido y al significado de la gimnasia en la educación entre la época arcaica, la clásica y la helenística. Estas oscilaciones van desde la globalidad y el militarismo, pasando por el

dualismo con alta consideración hacia el cuerpo, hasta el dualismo intelectualista respectivamente. La cita de Mehl (1962:169), recogida por Vaca (2002), puede ilustrar parte del anterior comentario:

La gimnástica se convirtió en parte de la gimnasia, cuando toda la preparación e higiene se subyugó en beneficio de los resultados gímnicos; otras veces, siguieron caminos separados, dando al papel del gimnasta sólo un sentido curativo, o como se atribuye a Hipócrates, la gimnástica extendía su objeto a los ejercicios de los sentidos (vista, oído) y a los ejercicios de la voz (hablar, leer en voz alta, contar).

4. CONCLUSIONES

La AF, tras su desarrollo inicial en épocas prehistóricas como actividades utilitarias para la supervivencia, sin ningún tipo de sistematización, evoluciona hasta la Grecia clásica donde es incluida en la educación a modo de gimnástica, como agente educativo y elemento socializador que integrará la historia de la humanidad, según el pensamiento filosófico de la época y la cultura dominante en cada momento histórico, comenzando el desarrollo del deporte, actividad recreativa y competitiva por excelencia.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilera, A. (1996). La EF en Platón y Aristóteles. *Revista española de Educación Física y Deportes*, 3(1), 17-22, enero.
- Álvarez de Palacio, E. (1996). *Cristóbal Méndez, libro del ejercicio corporal y sus provechos*. León: Lancia.
- Finley, M.I. (1966). *Los griegos de la antigüedad*. Barcelona: Labor.
- Garrido Troncoso, V. (1985). *Temario desarrollado a Oposiciones de Licenciados EF*. Madrid: Augusto Pila Teleña.
- Huizinga, J. (1972). *Homo ludens*, Madrid, Alianza editorial.

- Vaca Escribano, M.J. (2002). *Relatos y Reflexiones sobre el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal en Educación Primaria*. Palencia: Asociación Cultural Cuerpo, Educación y Motricidad.
- Vázquez, B. (1989). *La Educación Física en la Educación Básica*. Madrid: Gymnos.
- Zagalaz, M.L. (2001). *Bases teóricas de la Educación Física y el Deporte*. Jaén: Universidad de Jaén.
- Cachón Zagalaz, J. y Zagalaz Sánchez, M.L. (2012). Deporte y educación en la Era Gimnástica de la Integración. En A. Díaz, A. Martínez-Moreno, V. Morales y J.M. López (2011) *Aportaciones a las Ciencias del Deporte desde la Red Universitaria Euroamericana*. INGESPOR: Murcia, 15-25.
- Zagalaz, M.L. (2011a). *Los valores sociales, culturales y educativos en la evolución de la AF. Hacia un paradigma integrador*. Lección inaugural de la Universidad de Jaén. Año académico 2011-12. Universidad de Jaén.
- Zagalaz, M.L. (2011b). Pensando en cómo ha cambiado el concepto de AF (Editorial). En *Journal of Sport and Health Research*, 3 (3), 165-168.