

# ANTECEDENTES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y VIDA SALUDABLE.

**Por: Angel Santiago Villalobos. 22/10/2020**

Recientemente se presentaron con mucho entusiasmo los detalles de la nueva materia vida saludable en conferencia de prensa a nivel nacional por parte de Simón Barquera Cervera, director del Centro de Investigación en Nutrición y Salud del Instituto Nacional de Salud Pública.

Mencionó que es una materia única, que marcará un “hito en la historia de México”, ya que en la presentación de los antecedentes afirman saber que no había una materia que unificara los aspectos referentes a la salud y estilos de vida saludables (ausencia de asignatura obligatoria de educación para la salud, se podía leer en la proyección); para llegar a esta nueva asignatura se conformó un grupo de expertos de diversas instituciones, quienes revisaron documentos de diferentes países, concluyendo en tres temas o ejes para la vida saludable; actividad física, higiene y limpieza y alimentación.

Me permito ahora recordarles un poco sobre los programas de educación física en México, que quizás sería bueno también revisar y mencionar como antecedentes nacionales del tema vida saludable, pudiendo darle ese verdadero valor a la asignatura en nuestro país.

En el año de 1994 se implementó el PROGRAMA MOTRIZ DE INTEGRACIÓN DINÁMICA, el cual estaba estructurado por cinco ejes, cada uno con sus respectivos componentes y elementos, en el eje número IV llamado ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD, en su componente NOCIONES Y CONCEPTOS PARA LA PRACTICA DEL EJERCICIO FÍSICO se desarrollaban los siguientes elementos; HIGIENE, ALIMENTACIÓN, DESCANSO, CONSERVACIÓN DEL MEDIO, agregando el componente EFECTOS DEL EJERCICIO FÍSICO SOBRE EL ORGANISMO.

Ya en el programa de estudios del año 2011 se mencionan los propósitos del estudio de la educación física para la educación básica, encontrando en uno de sus puntos el siguiente; que los alumnos “participen en acciones de fomento a la salud en todo su trayecto por la educación básica, compartiendo y reconociendo su

importancia como un elemento primordial de vida, a partir de prácticas básicas como la higiene personal, la actividad física, el descanso y una alimentación correcta”. En otro punto menciona lo siguiente “cuiden su salud a partir de la toma informada de decisiones sobre medidas de higiene, el fomento de hábitos y el reconocimiento de los posibles riesgos al realizar acciones motrices para prevenir accidentes en su vida diaria”.

Este programa destacaba tres ámbitos, el segundo de ellos es PROMOCIÓN DE LA SALUD, que “considera la escuela y sus prácticas de enseñanza como el espacio propicio para crear y desarrollar estilos de vida saludable”. Por último menciona también ACTIVIDADES PARA EL FOMENTO DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE; actividades de promoción y cuidado de la salud, actividades para el disfrute del tiempo libre, actividades deportivas escolares y extraescolares, actividades pedagógicas con padres de familia y otros miembros de la comunidad escolar.

Este análisis no es con el afán de defender todo lo contenido en los anteriores programas de educación física, pero sí como referencia y antecedente de nuestra asignatura como promotora de la salud, ya que los educadores físicos conocemos el contexto de nuestra disciplina, tenemos memoria histórica, pensamiento crítico y amor a la EDUCACIÓN FÍSICA.

**Nombre. *Angel Santiago Villalobos***

*Correo. Asantiagovillalobos@gmail.com*

*Twitter. @Asantiagovilla1*

*Licenciado en Educación Física*

*Maestro en didáctica de la Educación Física*

*Docente. Escuela Primaria Amado Nervo*

*Tonalá, Chiapas.*

**Fecha de creación**

2020/10/22