



COLEF CASTILLA Y LEÓN

Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Castilla y León

Castilla y León, 7 de junio de 2022

El Colegio de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Castilla y León (en adelante, «COLEF Castilla y León») es una corporación de derecho público de carácter representativo que tiene entre sus funciones la colaboración con los poderes públicos en el ámbito de su competencia.

Una vez abierto el procedimiento de consulta pública previa para la elaboración de un Decreto por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la Comunidad de Castilla y León en el portal de participación de la Junta de Castilla y León, COLEF Castilla y León realiza las siguientes consideraciones que, posteriormente, se detallan en el Anexo del presente documento:

1ª TRES HORAS DE EDUCACIÓN FÍSICA A LA SEMANA EN 1º DE BACHILLERATO

2ª EDUCACIÓN FÍSICA COMO MATERIA OPTATIVA EN 2º BACHILLERATO

La Educación Física en Bachillerato debería contemplarse como una oportunidad para hacer descender la tasa de abandono de la práctica físico-deportiva, así como para convertirse en una materia para la orientación académica de los estudiantes.

Asimismo, debe disponerse que los centros repartan las horas establecidas en varias sesiones semanales, dado que organizar todas las horas de la materia en una única sesión semanal, como está sucediendo en diferentes centros, no contribuye a la mejora de la adherencia a la práctica físico-deportiva y, además, puede ser contraproducente para la distribución de la carga física en relación con la frecuencia, la intensidad, el tiempo dedicado y el tipo de ejercicio.



ANEXO

1. Evitar la tasa de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva

En primer lugar, debe tenerse en cuenta que la tasa de abandono de la práctica físico-deportiva durante la adolescencia es preocupante, especialmente en Bachillerato, cifrándola algunos autores en el 35,5% y aludiendo como motivo principal la falta de tiempo ([Macarro Moreno, Romero Cerezo y Torres Guerrero, 2010](#)). El drástico descenso de los niveles de actividad física en el final de la etapa adolescente debería ser un problema de primer orden a solucionar y la Educación Física escolar en 2º de Bachillerato podría tener como objetivo ofrecer al alumnado las estrategias adecuadas para seguir manteniendo estilos de vida activos a pesar de las barreras, como la ya citada “falta de tiempo”. Es decir, la ausencia de horas lectivas dedicadas a la materia de Educación Física en el segundo curso de Bachillerato agrava el problema de salud pública que supone el abandono de la práctica físico-deportiva, más aún en un momento crucial de la vida, donde se debería enseñar a gestionar y compatibilizar los estilos de vida saludable cuando se suceden acontecimientos de gran estrés, como el que supone para este alumnado la Prueba de Acceso a la Universidad.

Por otra parte, la etapa educativa de Bachillerato se distingue por su carácter propedéutico y voluntario, como estudios preparatorios para los de Formación Profesional o universitarios. En este sentido, la materia de Educación Física es fundamental para el alumnado cuya orientación formativa en Ciclos Formativos de Grado Superior se dirige a la familia de las actividades físicas y deportivas, para quienes deciden estudiar el grado universitario en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (en 2019 lo impartían 51 facultades, con un total de 5.157 plazas), o incluso para quienes estudiarán carreras de Ciencias de la Salud en las que, cada vez más, se integran contenidos sobre ejercicio físico.

Por último, debe destacarse la capacidad de desarrollo cognitivo que tiene la Educación Física. Especialmente en un curso académicamente complejo como el de segundo de Bachillerato la práctica de actividad físico-deportiva contribuye positivamente a un mejor rendimiento académico y una mejora de los procesos de aprendizaje y memoria (aumentando el número de neuronas, capilares sanguíneos y conexiones neuronales), así como también a la salud mental ([Coe et al., 2006](#); [Ratey, 2008](#); [Trudeau y Shephard, 2008](#); [Chomitz et al., 2009](#)).

2. La carga horaria de Educación Física es una cuestión de salud pública.

Solo con un mínimo de tres horas semanales de Educación Física escolar se podrá garantizar la equidad para alcanzar los niveles mínimos de actividad física que recomienda la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El estudio global más extenso realizado sobre Educación Física escolar confirma la importancia de aumentar el tiempo dedicado a la asignatura a un mínimo de 3 clases semanales, para contribuir favorablemente a la adquisición de hábitos de vida saludables en el alumnado y, en concreto, que aumenten sus niveles de actividad física suficientemente para alcanzar las recomendaciones de la OMS ([Uddin et al., 2020](#)).

Además, los autores de dicho estudio, atendiendo a la variable sobre el nivel socioeconómico, comprobaron que «*adolescentes de vecindarios de alta pobreza pueden tener menos oportunidades de realizar actividad física fuera de la escuela en muchos países de ingresos altos*».



Ésta es una de las razones por las que se insiste en la importancia de la Educación Física escolar, pues tiene la capacidad de que sus beneficios lleguen a todo el alumnado, independientemente de su procedencia o sus características. Es decir, *«las oportunidades para una Educación Física de Calidad deben ser equitativas e inclusivas y estar disponibles para todos/as los/as menores independientemente de su género, condición de discapacidad, posición socioeconómica y antecedentes culturales o religiosos»*.

Los resultados de esta investigación confirman las evidencias previas que ya estaban señalando la necesidad de aumentar el tiempo dedicado a la Educación Física en la escuela con el fin de disminuir la inactividad física y el comportamiento sedentario ([UNESCO, 2014](#); [Chen, Kim y Gao, 2014](#); [Sigmund et al., 2014](#); [da Costa et al., 2017](#); [Mooses et al., 2017](#); [Silva et al., 2018](#); [Silva, Chaput y Tremblay, 2019](#)). La evidencia científica es contundente al respecto, ya que la inactividad física es una de las principales causas de, al menos, 35 enfermedades crónicas ([Booth, Roberts y Laye, 2012](#)).

Además de todo esto, las alarmantes cifras de obesidad y sobrepeso requieren acciones contundentes de los poderes públicos. En nuestro país, según el Estudio PASOS, realizado en población de 8 a 16 años, un 34,9% presenta sobrepeso u obesidad, según IMC, y un 23,8% obesidad abdominal, según ICC ([Gasol Foundation, 2019](#)). La Educación Física escolar tiene un tremendo potencial para poder paliar esta pandemia, pero solo si se cumple con los estándares de carga horaria recomendados por todas las organizaciones internacionales y se insta a alcanzar los estándares de Calidad ([Kahan y McKenzie, 2015](#)). Es más, se ha demostrado que al menos tres sesiones semanales de Educación Física escolar redujeron la probabilidad de padecer sobrepeso u obesidad ([Kühr et al., 2019](#)).

La Educación Física es la única oportunidad que provee equidad e inclusión para toda la población infantil y adolescente, y así se puede extraer del Informe Eurydice cuando dice que *«hasta un 80% de los alumnos en edad escolar realizan actividades físicas exclusivamente en su centro educativo»* ([Comisión Europea, 2013](#)). Este dato es especialmente grave si tenemos en cuenta que en España el porcentaje de escolares de Primaria (8-11 años) que incumple las recomendaciones de la OMS sobre actividad física alcanza el 55%, y aún se eleva hasta el 72,4% entre adolescentes de 12-16 años ([Gasol Foundation, 2019](#)).

Aumentar la Educación Física escolar es una cuestión de salud pública. De hecho, la [Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública](#) materializa en su preámbulo, de forma explícita, el ejercicio físico como constructo determinante de la salud. Es más, el impacto del aumento de la carga lectiva de Educación Física como medida equitativa para que la población infantil y adolescente alcance los niveles mínimos de actividad física recomendados por la OMS, tendría su reflejo también en el gasto sanitario, con un sustancial ahorro para las arcas públicas ([Pérez Pueyo et al., 2021](#)).

La ciencia viene demostrando la efectividad en términos de coste de las políticas dirigidas a que la población adquiera estilos de vida activos. Desde hace más de 30 años sabemos que *«el ejercicio produce ahorros económicos netos y reduce la morbilidad»* ([Hatziandreu et al., 1988](#)).

En la prevención, donde estaría enmarcada la Educación Física en el ámbito escolar, está claro que el ahorro económico es grande, ya que los altos niveles de inactividad física en muchos países están suponiendo una carga considerable para los presupuestos de atención médica. *«Las estimaciones específicas por país de los costos económicos atribuibles a la inactividad física oscilan entre el 1,2% y el 2,5% del gasto total anual en salud»* ([Katzmarzyk, 2011](#)). Además de esto, los países de la OCDE



gastamos aproximadamente un 8,4% de nuestro presupuesto sanitario en proporcionar tratamiento para las enfermedades relacionadas con el sobrepeso ([OECD, 2019](#)), cuya relación con el gasto calórico, y en concreto con los niveles de actividad física, ha sido evidenciada.

El informe 'Actividad física y prevalencia de patologías en la población española' ([AEPSAD, 2016](#)) sentenciaba que «*el coste de la inactividad física relacionado con la productividad laboral, turismo, crimen, educación, o problemas de salud mental, se ha estimado en unos 5.000 millones de € en España y algunos estudios calculan en 2.500 millones de € anuales las pérdidas solo en el ámbito laboral*». En palabras del Equipo académico del International Research Center on Organizations, ([IRCO, 2014](#)), «*1 euro invertido de forma exclusiva en promoción deportiva produce un ahorro aproximado de 50 euros en gastos sanitarios acumulados durante 15 años*».

En este sentido, diversos autores están hablando no solo de la Educación Física en el ámbito escolar como una parte importante de la salud pública, sino del propio personal docente de la materia como un agente de esta ([McKenzie y Lounsbery, 2013](#); [McKenzie y Lounsbery, 2014](#)). Incluso, como reseñan Ara Royo y Martín García ([2016](#)), los datos sobre la condición física del alumnado que recoge habitualmente en su práctica docente el profesorado de Educación Física son «*algunos de los mejores indicadores del estado de salud de los niños y niñas durante todo su crecimiento*», «*podrían formar parte del estudio epidemiológico más potente sobre salud en la edad infantil del que podrían disponer las autoridades sanitarias y educativas del país*» y además, tanto de forma individual como colectiva, sería información relevante para las y los pediatras.

3. La educación física contribuye al desarrollo integral del alumnado en todos sus ámbitos: motor, cognitivo y socioafectivo.

La Educación Física escolar es la única asignatura que contribuye de manera directa en la consecución de todos los objetivos generales de educación secundaria obligatoria propuestos en el artículo 32, letra m, de la [Ley Orgánica de Educación](#) cuando dice que contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan:

«Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social».

Pero, además, dentro de su ámbito motor, esta materia contribuye a formar una ciudadanía con la suficiente alfabetización motriz que les permita desempeñar las tareas motoras cotidianas con éxito y seguridad durante toda la vida, fomentando, a su vez, los hábitos de vida saludables que les hagan ser parte de una sociedad sostenible, contribuyendo así a su desarrollo integral.

En palabras de Håvard Lorås, «*los niveles apropiados de competencia motora son una parte integral del estado físico relacionado con la salud de las personas, y la educación física se propone como un contexto importante para desarrollar una amplia gama de habilidades motoras*» ([Lorås, 2020](#)).

La Asociación Americana del Corazón, a través de la coalición '[Physical Education for All Kids](#)', expuso de forma muy didáctica la importancia y la necesidad de la alfabetización motriz, que se vehicula a través de la Educación Física escolar, para todas las etapas de la vida.

Además, la competencia motriz adquiere un papel conductor del aprendizaje que, junto con el carácter lúdico y práctico de la materia, se convierte en el vehículo idóneo para la adquisición y



desarrollo de las competencias básicas, contribuyendo así al desarrollo integral del alumnado desde la materia de Educación Física.

Este enfoque global e interdisciplinar del ámbito corporal se integra perfectamente en los fines sobre los que se articulan las competencias, quedando demostrado cómo competencias como la lingüística o la matemática se ven mejoradas cuando el uso del cuerpo está presente de una forma intencionada ([Chanal y cols., 2009](#); [Rivas y Terroba, 2010](#); [Nilges y Usnick, 2013](#); [Kitchen y Kitchen, 2013](#); [Cecchini y Carriedo, 2020](#)).

Lo mismo sucede con la competencia digital ([Basadre, Herrera y Navarro, 2015](#); [Cabrera, 2020](#)), existiendo una infinidad de posibilidades para que la práctica de actividad física sea fomentada con el fin de mejorar los parámetros saludables, entendidos éstos desde el ámbito físico, cognitivo y social. Y es precisamente a las competencias personal, social y de aprender a aprender a las que la Educación Física realiza una contribución más directa, ya que la asignatura se sustenta sobre los pilares fundamentales de contacto directo y relación con los demás. Este hecho, sin duda, además de mejorar el autoconcepto del/la estudiante, permite fomentar su autonomía y toma de decisiones en la sociedad en la que vive y convive, contribuyendo de este modo a la competencia emprendedora y de conciencia y expresión cultural.

Por otra parte, se ha demostrado que el desarrollo cognitivo y la salud cerebral tienen una gran relación con la práctica físico-deportiva. En concreto, sobre lo que aquí nos ocupa, un reciente metaanálisis concluye que «*la participación deportiva durante el horario escolar fue más beneficiosa para el rendimiento académico en comparación con la participación deportiva fuera del horario escolar*» ([Owen et al., 2021](#)). En este sentido, evidencias científicas actuales, en el ámbito de la neurociencia afirman que los niños que practican actividad física de manera sistemática mejoran sus procesos cognitivos y, por tanto, su rendimiento académico, además de percibir mejoras en la personalidad y en el bienestar psicológico.

4. La promoción de la Educación Física es un mandato constitucional.

La Constitución Española, como Carta de los principios que rigen el Estado, mandata a «*los poderes públicos organizar y tutelar la salud pública a través de medidas preventivas y de las prestaciones y servicios necesarios*» ([artículo 43.2](#)), y en relación con los puntos anteriores parece obvio que para su cumplimiento debiera fomentarse y promoverse la Educación Física en el ámbito escolar, habida cuenta de la cantidad de evidencias que señalan su relación con la salud, no solo de la población infantil y adolescente, sino de la ciudadanía en general.

Pero esto queda aún más claro cuando en el apartado 3 del mismo artículo dice que «*los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte*». De forma expresa y explícita nuestra Carta Magna insta al fomento de la educación física, un concepto concreto que no puede diluirse en otros, y que solo es posible a partir de la intervención profesional. Esta última, en el caso del ámbito educativo, actualmente se concreta a través del personal docente de la materia de Educación Física.

Es decir, no ha lugar a otra interpretación que no sea que la educación física se encuentra entre los principios rectores de la política social y económica del Estado español. Su carga horaria en la escuela determina de forma contundente si los poderes públicos realmente se están preocupando por la educación física y, en definitiva, si están cumpliendo con la propia Constitución.



5. Los tribunales reconocen razones de interés público vinculadas al aumento de las horas de Educación Física.

Diferentes Comunidades Autónomas están implementando medidas para alcanzar el mínimo de tres horas semanales de Educación Física a la semana. Algunas ya lo han realizado bajo el marco de la anterior reforma educativa, otras lo harán bajo el nuevo marco normativo.

Entre las que iniciaron los trámites para poder llevar a cabo dicho aumento se encuentra la Comunidad de Madrid, cuyo [Decreto 59/2020, de 29 de julio](#), preveía la implantación de una tercera hora de Educación Física semanal. El interés que se desprende de esta norma proviene precisamente del pronunciamiento del Tribunal Superior de Justicia de Madrid que, en sus Sentencias [12633/2021](#) y [13059/2021](#), ambas de 11 de noviembre, reconocen el interés público que se vincula al aumento de horas lectivas de Educación Física. En concreto, la primera dice así en su Fundamentos de Derecho Cuarto:

«Interesa destacar que objeto del Decreto se centra exclusivamente en modificar el currículo escolar para incrementar una hora la asignatura de Educación Física por razones de interés público, de modo que la disposición reglamentaria no ha sido directamente diseñada para modificar ni las condiciones laborales, ni la plantilla, siendo de recordar que luchar contra la obesidad infantil es el fin que avala la reforma.

[...]

La elección de esta opción se ha basado en el hecho de que la Educación Física es cursada por todos los alumnos y se pretende que la modificación horaria llegue a todos ellos, por los motivos expuestos anteriormente; se ha optado a este respecto por dichas materias como objeto de ese cambio, dada la opcionalidad y la libre elección que los alumnos realizan para cursar alguna de estas asignaturas, frente a la materia de Educación Física que es cursada por todos los alumnos, minimizando así todo posible menoscabo y anulando todo posible impacto negativo que, en cualquier caso, habría quedado compensado por el beneficio universal del aumento de horas de la Educación Física».

6. La UNESCO insta a los países a implementar, al menos, 3 horas de educación física.

En 2015 la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) publicó la [‘Carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte’](#) y la [‘Guía para los responsables políticos’](#) sobre Educación Física de Calidad. En dicha Guía se señala como uno de los indicadores de referencia un currículo de 180 minutos semanales de Educación Física.

Ambos documentos deberían haber servido para impulsar cambios en la sociedad, y en concreto en la política educativa. Sin embargo, en España, en el ámbito estatal, desde entonces no se han registrado apenas modificaciones en la política o en la normativa que tomasen en cuenta las directrices de la organización internacional de referencia en materia de Educación. La propuesta que se haga para Ceuta, Melilla y el exterior debería tener en cuenta las recomendaciones de la UNESCO.

7. El Consejo de Europa y el Parlamento Europeo piden a los países garantizar un horario suficiente de Educación Física.

La [‘Recomendación Rec\(2003\)6 del Comité de Ministros a los estados miembros sobre la mejora de la educación física y el deporte para los niños y jóvenes en todos los países europeos’](#) ya indicaba que debía considerarse la necesidad de mejorar la calidad de la educación física y el deporte disponible para población infantil y juvenil en las escuelas y asegurar el tiempo necesario para lograr los objetivos establecidos, indicando que éste fuera tres horas semanales.



Después, en 2007, el Parlamento Europeo en el '[Informe sobre la función del deporte en la educación](#)' pidió a los países miembros que «*accepten el principio de que el horario escolar debería garantizar al menos tres clases de educación física por semana, si bien debería animarse a las escuelas a superar, en la medida de lo posible, este objetivo mínimo*».

Por su parte, la [Carta Europea del Deporte](#), revisada el 13 de octubre de 2021, señala que debe garantizarse el horario suficiente para la Educación Física escolar, que permita desarrollar la alfabetización y la aptitud físicas entre jóvenes, permitiéndoles adquirir habilidades fundamentales de movimiento y alentarlos a practicar deporte.

A esto se suma la '[Resolución del Parlamento Europeo, de 23 de noviembre de 2021, sobre la política de deportes de la UE: evaluación y posibles vías de actuación](#)', aprobada recientemente, que insta a los Estados miembros a ampliar «*el tiempo dedicado a la educación física en los centros docentes*».

8. Congreso, Senado y parlamentos de las CCAA piden aumentar el horario de Educación Física.

En 2017 se registró en el Congreso de los Diputados la 'Proposición no de Ley relativa al impulso de una Educación Física de calidad', siendo finalmente aprobada el 21 de marzo de 2018 con el beneplácito de los partidos políticos PSOE, Unidas Podemos, Ciudadanos y el Grupo Mixto ([BOCG, nº D-337, pág. 31, 2018](#)). Esta PNL instaba al Gobierno, desde la Comisión de Cultura y Deporte, a llevar a cabo las solicitudes planteadas en el '[Posicionamiento del colectivo de docentes del área de Educación Física](#)'.

Durante 2016, 2017 y 2018 se aprobaron proposiciones no de ley para promover la Educación Física de Calidad en las Asambleas y Parlamentos de [Andalucía](#), [Aragón](#), [Asturias](#), [Canarias](#), [La Rioja](#), [Comunidad de Madrid](#) y [Región de Murcia](#).

Recientemente, en concreto el pasado 26 de octubre de 2021, el Senado ha aprobado una moción que insta al Gobierno a, en colaboración con las Comunidades Autónomas, aumentar la carga lectiva de Educación Física ([Núm. exp. 661/000214](#)). el texto de moción que se ha aprobado, y por el que el Gobierno tendrá que rendir cuentas en los próximos seis meses, es el siguiente:

*«La Comisión de Educación y Formación Profesional insta al Gobierno a, en colaboración con las Comunidades Autónomas, siguiendo las recomendaciones y directrices de la OMS, de la UNESCO y de la UE, seguir impulsando la Estrategia de Fomento de la Actividad Física y lucha contra el sedentarismo con las necesarias campañas de promoción, formación y sensibilización exigibles, y con el **incremento en una hora del currículum de la Educación Física en la educación primaria y secundaria.***

Así mismo instamos a que se potencie la actividad de los centros escolares para convertirlos en promotores y coordinadores de la actividad física y el deporte, sin olvidar las posibilidades de utilizar de forma mucho más eficiente los espacios deportivos con los que cuentan tanto estos centros como el municipio al que pertenecen, para beneficio de los escolares y de la población en general».

9. La sociedad civil española reclama aumentar el horario de Educación Física.

El '[Manifiesto por una Educación Física de Calidad en el desarrollo reglamentario de la LOMLOE](#)' obtuvo más de 128.000 adhesiones. Esta gran cifra se ha logrado gracias al compromiso de las personas y organizaciones que realmente creen en el potencial de la Educación Física. Cientos de



COLEF CASTILLA Y LEÓN

Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Castilla y León

centros educativos y de departamentos de Educación Física de toda España se han adherido a estas solicitudes, pero también lo han hecho los COLEF autonómicos y organizaciones territoriales y estatales. En concreto, han sido 128.616 adhesiones las que han apoyado la postura del Manifiesto:

- Centros educativos: 29.830 adhesiones.
- Departamentos EF: 42.219 adhesiones.
- Entidades: 51.349 adhesiones.
- Personas físicas (indiv): 2.957 adhesiones.

No solo se adherieron a este Manifiesto organizaciones educativas o ligadas a la Educación Física y el Deporte, sino también muchas de carácter sanitario, destacando las corporaciones colegiales de la profesión médica y sus sociedades científicas.

10. Tras la pandemia, más necesario que nunca el incremento del horario de duración Física.

El pasado 2 de febrero de 2021 la UNESCO hacía «[un llamamiento a la inversión en educación física de calidad para apoyar la recuperación post COVID-19](#)», presentando dos nuevas publicaciones:

- [‘¿Cómo influir en el desarrollo de políticas de Educación Física de Calidad? Guía práctica de promoción de políticas para jóvenes’](#).
- [‘En defensa del desarrollo de políticas inclusivas de Educación Física de Calidad: Informe de políticas’](#).

En palabras de Gabriela Ramos, Subdirectora General de Ciencias Sociales y Humanas de la UNESCO, «*la educación física de calidad es la base de una vida más sana, feliz y productiva, y todo empieza en la escuela. Tiene el potencial de acelerar los esfuerzos de recuperación tras la COVID y puede ayudar a diseñar una "nueva normalidad"*».