



03

**EL VALOR DE LA
DOCENCIA Y LA EDUCACIÓN FÍSICA
REFLEXIONES DESDE
EL PATIO, EL AULA Y EL GIMNASIO
(EXPERTOS INVITADOS: CHELO ALCÁZAR Y MIGUEL ÁNGEL ARAQUE)**

EL VALOR DE CONTAR CON CHELO ALCÁZAR Y MIGUEL ÁNGEL ARAQUE (ROL DE LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA)

En este capítulo nos adentramos en el mundo de la educación física de la mano de Chelo Alcázar y Miguel Ángel Araque, dos docentes apasionados por el deporte, pero sobre todo por su valor educativo.

Chelo, de Almería, es licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, con una amplia experiencia en formación profesional y en el ámbito del fútbol femenino. Actualmente, forma parte del cuerpo técnico del filial femenino de la UD Almería.

Miguel Ángel, de Jaén, es también docente de Educación Física en secundaria, con una sólida formación académica que incluye doctorado en ejercicio físico en población mayor. Su labor investigadora y su pasión por el triatlón complementan su compromiso con una educación física integral.

Ambos docentes nos abren la puerta, de un hogar que también comparten, a una conversación en la que se entrelazan valores, educación y deporte con una naturalidad y coherencia admirables.

👉 Una nueva e inolvidable cita de esta guía, de la que compartimos su grabación para su conocimiento y disfrute íntegro.

Ambos comparten una visión clara:

El deporte es una herramienta de transformación personal y social, y su trabajo va más allá de una pista o un aula, impactando directamente en el crecimiento humano de su alumnado.



INTRODUCCIÓN

**“Pretendemos trabajar más allá de la teoría;
buscamos crear personas para la sociedad”**

Chelo y Miguel Ángel coinciden en que la educación física no puede limitarse a la instrucción deportiva. Para ellos, es un espacio privilegiado donde se forjan personas.

Ambos defienden una asignatura con carácter transversal, donde lo importante no es el rendimiento físico, sino el respeto, el esfuerzo, la empatía y la cooperación. Chelo, que combina su rol docente con la labor en un equipo de fútbol, lo ve reflejado en sus dos mundos:

**“Los deportistas con valores adquiridos están más
preparados para afrontar los retos”.**

Desde la asignatura de Educación Física se debe diferenciar el contexto escolar del competitivo, y promover una convivencia donde prime la tolerancia, la colaboración y el juego limpio, sin menospreciar el nivel del otro.



EL RETO DEL TRABAJO EN EQUIPO Y LA EMPATÍA

“Hay que enseñarles a competir con valores, a convivir con la diferencia”

Uno de los desafíos que destacan ambos docentes es la falta de regulación emocional en el trabajo grupal. Chelo observa cómo muchos jóvenes se “picaban” fácilmente entre ellos y no sabían cooperar.

En esa línea, ambos promueven metodologías activas que favorecen la cohesión, la convivencia, la adaptación y la confianza grupal. Miguel Ángel recalca que muchas veces los comportamientos disruptivos tienen su origen en realidades personales complejas, por lo que el rol del docente también pasa por ser un punto de apoyo emocional.

Además, destacan la importancia de trabajar estas habilidades desde primaria, ya que muchos alumnos con alto rendimiento no toleran bien colaborar con compañeros de menor nivel. La empatía, en este sentido, se convierte en un valor clave.



EL VÍNCULO DOCENTE-ALUMNO COMO MOTOR DEL APRENDIZAJE

**“Debemos entender que la educación física no es un aula cerrada.
Es un espacio donde se promueve la socialización,
la diversidad y la dinámica continua”**

Ambos docentes remarcan que la construcción de un vínculo sano con el alumnado es fundamental. Para Miguel Ángel, este vínculo se basa en la confianza, el respeto y una cercanía profesional, evitando caer en el rol de “colegas”, pero siendo un referente y un apoyo emocional importante.

Chelo apunta y refuerza la necesidad de encontrar el equilibrio justo entre el respeto a la figura del profesional de la educación y esa relación de proximidad personal.

En ese sentido, se apoyan en experiencias donde han observado que los estudiantes con un vínculo sólido con sus docentes muestran mayor compromiso, motivación y bienestar emocional.



PREDICAR CON EL EJEMPLO Y LA IMPLICACIÓN DE TODOS LOS AGENTES

“Los docentes debemos predicar con el ejemplo”

**“Hay muchas veces que las familias proyectan sus sueños en los hijos,
y eso puede perjudicarles mucho”**

Tanto Chelo como Miguel Ángel hacen hincapié en la importancia del ejemplo. La coherencia entre lo que se dice y lo que se hace es fundamental para enseñar valores.

Asimismo, consideran esencial que todas las figuras que rodean al menor, es decir, familias, entrenadores, profesorado actúen de forma conjunta y en consonancia.

Chelo, desde su experiencia en el fútbol base, alerta del peligro de los conocidos “entrenadores-padres” que imponen una presión innecesaria:



EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD INTEGRAL

“Nuestro rol también es innovar, motivar, y generar interés”

Destacan ambos que uno de sus objetivos principales es generar pasión y adherencia a la práctica deportiva a lo largo del tiempo.

Ambos creen firmemente que la actividad física es salud, y debe ser tratada como una herramienta de prevención y mejora no solo en lo físico, sino también en lo emocional, social y mental.

Desde su experiencia docente, ven cómo sus estudiantes, cuando comprenden los beneficios globales del deporte, se comprometen más con su bienestar.

SU TOP 5 DE VALORES

RESPECTO

El respeto es la base sobre la que se construyen todas las relaciones, tanto en el ámbito deportivo como en la vida cotidiana. Chelo y Miguel Ángel coinciden en que, sin respeto, no puede existir una verdadera convivencia ni en los entrenamientos ni en la competición. Respetar a los demás, sus opiniones, su trabajo, su tiempo y sus derechos, es esencial para generar un ambiente saludable y colaborativo. En el deporte, el respeto no solo se limita a los compañeros de equipo, sino también a los rivales, los entrenadores, los árbitros y las reglas del juego. Esta actitud facilita la creación de espacios donde todos pueden desarrollarse de manera equitativa y justa, sin discriminaciones ni hostilidades.

EMPATÍA

Destacan que la empatía es fundamental para la construcción de relaciones interpersonales sanas. Este valor implica la capacidad de ponerse en el lugar del otro, comprender sus emociones, sus preocupaciones y sus retos. En el contexto deportivo, esto se traduce en la habilidad de comprender lo que atraviesan los compañeros, entrenadores y rivales, reconociendo las diferencias y la diversidad de cada individuo. La importancia de la empatía no solo como una habilidad interpersonal, sino como un motor para la cooperación y la inclusión dentro de los equipos. La empatía fomenta la solidaridad, reduce los conflictos y crea un ambiente más armonioso, tanto en los entrenamientos como en las competiciones.

ESFUERZO

El esfuerzo es un valor que impulsa al individuo a dar lo mejor de sí mismo, a no rendirse ante las dificultades y a buscar siempre la mejora continua. Consideran que el esfuerzo no debe verse como una carga, sino como una oportunidad para crecer y aprender. En el deporte, el esfuerzo es el camino que lleva al éxito, pero también es un proceso de autodescubrimiento, donde cada pequeño logro es el resultado de la dedicación, el sacrificio y la persistencia.

COMPAÑERISMO

El compañerismo es el valor que resalta la importancia de trabajar en equipo, apoyarse mutuamente y entender que, en muchas ocasiones, el éxito depende de la colaboración y la unidad. Subrayan que el compañerismo no solo se trata de estar juntos en las buenas, sino también de ofrecer apoyo en los momentos difíciles.

DIVERSIÓN

La diversión es el valor que proporciona la motivación constante, tanto en el deporte como en cualquier otra actividad. Ellos sostienen que el deporte debe ser un espacio para disfrutar, para experimentar el placer de aprender, mejorar y competir. La diversión es una fuente esencial de motivación afirman.



EXTRA. RESILIENCIA

La capacidad de afrontar y superar dificultades, tan necesaria en el deporte como en la vida, donde señalan que la resiliencia es el valor que Chelo y Miguel Ángel consideran indispensable en el deporte y en la vida.

Para ambos, estos valores no solo son fundamentales para el desarrollo de los jóvenes deportistas, sino también para la construcción de individuos íntegros y responsables en todos los aspectos de la vida.

CONCLUSIONES

“El deporte es una inversión en valores, salud, y en el desarrollo personal de los jóvenes.

Esta entrevista con Chelo y Miguel Ángel nos muestra que la educación física es mucho más que una asignatura. Es un espacio privilegiado para educar personas, no solo cuerpos en movimiento. Su visión es clara y compartida.

Nos recuerdan que la práctica deportiva debe construirse desde el respeto, la empatía, el esfuerzo y la alegría, pero también desde la escucha activa, la comprensión del contexto de cada alumno y la implicación de todos los agentes educativos.

Su mensaje final es inspirador:

“Si educamos desde edades tempranas en valores a través del deporte, estaremos formando no solo buenos deportistas, sino mejores personas para la sociedad del futuro”.



BONUS. SIGUE SU EJEMPLO

El Portal Almería Juega Limpio Deporte Educa de la Diputación de Almería ofrece entre sus contenidos una sección,  **"Sigue su ejemplo"** dedicada a mostrar buenas prácticas de educación en valores, tanto de gestión como de participación.

Se trata de acciones llevadas a cabo desde los diversos roles implicados en la promoción de la práctica deportiva en la edad escolar, personificadas por auténticos referentes del deporte y también por deportistas "anónimos" que alcanzan el mismo estatus de estrellas que aquellas por sus convicciones y comportamientos.

 **RESILIENCIA**
PINCHA
PARA VISUALIZAR

Te presentamos la historia de cuatro mujeres que, unidas por la adversidad y la determinación, han hecho historia en el atletismo femenino al ser el primer equipo en competir en carrera de relevos adaptados.

La resiliencia que muestran estas cuatro jóvenes tiene un alto valor, pues todas ellas, tras sufrir la amputación de una de sus piernas, e incluso dos en el caso de Sara Andrés, han sabido sobreponerse de esta grave situación y salir fortalecidas.

