

# Congreso de Educación Física y Ciencias

14º Argentino, 9º Latinoamericano, 1º Internacional

18 al 23 de octubre y del 1 al 4 de diciembre 2021

## El fenómeno del running. Análisis desde la mirada de la Educación Corporal

Ariel Esteban Benitez

Universidad Católica de La Plata (UCALP)

[profearielbenitez@gmail.com](mailto:profearielbenitez@gmail.com)

### Resumen

El presente trabajo pretende realizar un análisis de la práctica del running en el marco del trabajo final del seminario “Corrientes actuales de la Educación Física”, para la Licenciatura en Educación Física de la UCALP. Dicho análisis tomará como punto de partida una cuestión específica de la asignatura, referida en la tensión “naturaleza-cultura”: correr, ¿es natural o cultural? Más adelante se realizará una descripción del running como fenómeno social y su relación con la Educación Física y la Educación Corporal. Finalmente, se elaborará un análisis crítico al running en la posición de la Educación Corporal para diferenciarlo de la Educación Física tradicional.

**Palabras claves:** *running*, cuerpo, cultura, Educación Física, Educación Corporal

## **Introducción**

El cuerpo ha tenido diferentes concepciones a lo largo de la historia. Sea cual fuera la sociedad y la época histórica en que lo pensemos siempre aparece sujeto por una serie de normas, prácticas y saberes que lo configuran y le dan forma. De esta manera, el cuerpo ha sido estudiado y atravesado por diferentes corrientes, disciplinas, áreas y sociedades que terminan por definirlo (incluyendo a la Educación Física). Siguiendo esta línea una práctica que goza de gran popularidad hoy es el running la cual, por supuesto, no está alejada del tema cuerpo ya que en torno a él se manifiestan discursos, ideales y sentidos relacionados con la estética, la moda, el cuidado del organismo, el deseo de autosuperación y el sentido de pertenencia. Por tal motivo el presente trabajo tiene por objetivo realizar un análisis crítico y reflexivo sobre el running y su (posible) relación con la Educación Física tradicional y la Educación Corporal.

## **Los orígenes**

Lo que históricamente era llamado “salir a correr”, en la actualidad es conocido popularmente como “running”. Este cambio de nomenclatura no se dio de un día para el otro, sino que fue resultado de un proceso que atravesó un largo camino lleno de matices y características peculiares.

Repasando brevemente la historia, como primera aproximación podemos decir que el running tiene sus raíces de origen en el atletismo. Es sabido que correr es una acción que se remota a los orígenes del ser humano. En esos inicios el ser humano corría para vivir, lo cual implicaba las actividades de recolección, caza, pesca, etc. Si el hombre quería vivir, debía correr.

A lo largo de la historia el correr ha ido cambiando sus discursos, sentidos e intereses, así como también fue variando el público que corría: comenzando con esa necesidad imperiosa de “correr para sobrevivir”, pasando por su introducción como deporte (con los Juegos Olímpicos) y llegando al día de hoy como una actividad masiva y de gran popularidad abierta a todo el mundo que quiera correr a través del running, invitando a hombres y mujeres de

distintas clases y con diferentes objetivos pero corriendo hacia una misma meta (Hijós, 2017, p.2).

Por tal motivo el tema “correr” se ha vuelto de gran interés en general por parte de numerosas disciplinas y autores. Así, la Educación Física (con sus corrientes por detrás) no es ajena a dicho interés.

### **¿Nacemos para correr?**

Durante el tiempo que tuve la oportunidad de trabajar en el ámbito del gimnasio (y de tener que preparar rutinas de ejercicios para corredores aficionados), la mayoría (por no decir todos/as) no querían trabajar la fuerza de los miembros inferiores ni entrenar cuestiones técnicas (sin entrar en detalles), sino que respondían a cuestiones de tipo estéticas: los varones querían trabajar solo los miembros superiores; mientras que las mujeres querían focalizar los ejercicios solo a los glúteos y a los tríceps. Al ser indagados/as del por qué buscaban esos objetivos, todos/as respondían: “Ya trabajo las piernas cuando corro. Quiero verme bien en el resto del cuerpo”. A lo cual me surgen ciertas cuestiones.

Primero, que no buscaban “correr mejor” (sin ahondar en lo que puede significar eso) ni tampoco mejorar su rendimiento (que se traduce en “bajar los tiempos”). Segundo, que respondían a la mirada del otro (“que me quede bien el kit”; “que se me vea bien la remera”; “que la musculosa no me quede tan suelta”; etc.). Tercero (fundamental para el análisis dentro de los intereses del presente trabajo), asumían que todos/as nacemos para correr y que por eso “no debían entrenar” lo que se les proponía. De esto último, me surgen una serie de preguntas: correr... ¿Es natural? ¿Nacemos sabiendo correr? ¿O es cultural? ¿Se aprende a correr?

Entonces, ¿se nace, o se hace corredor/a? Retomando la pregunta y repasando la historia, podemos decir (como se dijo al principio del trabajo) que la acción de correr está con el ser humano prácticamente desde su origen.

Este cambio y recorrido histórico implica comprender que correr no es algo natural que nos viene dado, ni que todos/as sabemos y podemos hacerlo en cualquier momento y contexto.

Por ejemplo, no es lo mismo salir a correr por uno mismo 10 kilómetros, que competir en una carrera de 10k. La distancia es la misma, pero el contexto y la finalidad no lo son. El correr tiene su origen en el atletismo, y aunque comparta esos orígenes el running presenta distintos intereses que responden a cuestiones sociales y económicas (propios del mercado); de ahí que cada carrera tiene su propio costo de inscripción, su kit y sus premios.

### **La Educación Física, la Educación Corporal y el running**

Ahora bien, esta concepción “natural”, sumado a lo que se explicó al inicio conforma un escenario que no es ajeno a la Educación Física en general y a el/la docente que esté relacionado/a con el running en particular (especialmente si está a cargo de un grupo de corredores), ya que de acuerdo con su propia impronta (principalmente su concepto de cuerpo) estará posicionándose en una concepción natural (se nace para correr y todos/as lo hacemos de igual manera) o cultural (se aprende y lo hacemos de acuerdo al contexto histórico y sociocultural donde estemos).

Dejo el siguiente ejemplo (a modo de experiencia personal): ¿Qué ocurre cuando le propongo a un/a runner ejercicios (técnicos y de fuerza, por citar dos ejemplos simples) para mejorar su rendimiento? La respuesta suele ser: “No los necesito. Ya sé correr”. Si yo, como profesor en Educación Física, sigo este pensamiento, adhiero a la postura “natural”.

La mayoría (por no decir todos/as) de los/as runners con quienes consideran que nacemos para correr. Esta concepción va más allá de una “creencia popular” virilizada (de hecho, en las redes sociales hay espacios virtuales que se dedican exclusivamente a la publicación de frases motivacionales referidos a este tema “natural” tales como “Para correr solo necesitas zapatillas y voluntad”; “Todos somos corredores a nuestra manera”; por citar algunas), ya que muchas veces los/as mismos/as profes adherimos a dicha concepción natural. Todos/as podemos y sabemos correr, y también participar en carreras y competencias. Solo tenés que proponértelo, salir y ya está. De este modo, se puede ver que el running se conforma en relación a ciertas prácticas que lo configuran con un fuerte sentido de identidad y pertenencia (Gil, 2016, p.2).

Correr (como cualquier otra práctica) es una acción cultural. No es lo mismo correr acá en Argentina que en Australia. No es casual que los/as mejores fondistas (corredores/as de larga distancia) sean africanos/as. Los runners dicen “Se corre igual acá que en África. Es poner una pata (al pie le dicen así) y empezar a andar. Acá es lo mismo”.

Como se ve, las necesidades y el contexto son muy diferentes, lo cual condiciona y modifica al correr (y por ende al/la corredor/a). Correr en esos lugares puede significar la vía de escape a la pobreza (como el potrero acá para los futbolistas). En nuestra ciudad, mucha gente corre por motivos varios, no asociados directamente al rendimiento (placer, goce, diversión, escape, despeje mental, moda); en África no, ya que lo hacen primeramente por necesidad que luego lo transforman en su medio de vida.

Esta dicotomía naturaleza-cultura refleja el trasfondo con el que pretendo finalizar dicho trabajo: la diferencia entre la Educación Física y la Educación Corporal en relación al running.

Desde su origen la Educación Física fue atravesada por numerosas corrientes (militarismo, higienismo, deportiva, etc.) cuyos aportes le fueron otorgando una identidad. A través de la historia esos aportes han ido conformando los distintos paradigmas (físico-deportivo, psicomotriz y pedagógico) y que, a su vez, fueron atravesando y configurando a la Educación Física (en su formación docente, el perfil de egresado que se quiere formar y nuestras prácticas docentes). Como se puede notar la Educación Física siempre estuvo condicionada por dichas corrientes y relegada y subordinada a sus intereses y discursos, las cuales dan como resultado final un saber que reduce nuestras prácticas docentes a aspectos biológicos (paradigma físico-deportivo), psicomotricistas (paradigma psicomotriz) o ideales (paradigma pedagógico). De esta manera la Educación Física sufre un proceso de alienación que se expresa en estos tres paradigmas, orientado hacia las ciencias naturales, la salud, las capacidades condicionales y la psicología (Carballo, 2010, p.13).

Esta situación nos lleva a (re)pensar sobre nuestras prácticas, de mirar hacia lo más profundo de la Educación Física con una mirada crítica. Y ahí es donde aparece la Educación Corporal como una propuesta completamente diferente que se aleja de la Educación Física tradicional. Una manera distinta de ver y concebir la educación del cuerpo que plantea otros debates

teóricos y prácticos, y que también propone, a través de dicha visión crítica hacia nuestras propias prácticas, construir/descubrir el objeto de estudio específico para producir un saber propio (Giles, 2008 p.3).

En el ejemplo del running la Educación Física asocia al correr como algo natural, que ya está dado y que todos/as sabemos y podemos correr por naturaleza (incluso competir para los runners). Mientras que la Educación Corporal sostiene que el correr es una acción cultural, que se construye con otros y que es socialmente configurado y significado. De ser algo natural continuaríamos corriendo como aquellos seres humanos de la antigüedad, con esas mismas necesidades y bajo los mismos intereses. Al concebir el correr bajo la mirada de la Educación Corporal, voy a entenderlo como acción, como práctica corporal, comprendiéndolo, pensándolo y sintiéndolo como práctica social, histórica y cultural.

De esto último se entiende que la Educación Física tradicional considera y adhiere que el movimiento es natural, y que los seres humanos se mueven (corren en este caso) de manera universal, a través de un conjunto de huesos, articulaciones, músculos, etc., que conforman un organismo que se mueve (u organismo en movimiento). Mientras que la Educación Corporal sostiene que el movimiento no está dado naturalmente ni que es algo universal, ya que al ser culturalmente construido a partir del lenguaje mediante la transmisión de prácticas corporales, las cuales no son estables al tratarse de manifestaciones culturales ya que van modificándose a la par de la cultura (Crisorio 2015, p.91).

## **Reflexiones finales**

Desde su origen la Educación Física ha sido (y continúa aún) atravesada por discursos propios de otras disciplinas, los cuales condicionan la concepción de cuerpo, nuestra formación profesional y por ende nuestras prácticas docentes.

Uno de los temas controversiales en este aspecto es la dicotomía y la tensión entre lo natural y lo cultural. Al hablar del running en general (como práctica corporal popular en la actualidad y tema de interés personal) y de correr como habilidad en particular también se plantea este problema. Y de hecho, gran parte piensa que nacemos sabiendo correr ya que es

algo natural y que, por ende, lo traemos desde que nacemos y que todo el mundo corre de la misma manera en cualquier parte.

El running hoy es un fenómeno masivo y social cuya popularidad ha aumentado (y sigue aún) en los últimos años, que se traduce en el aumento de corredores/as, runnings teams y competencias (de diferentes distancias) abierta a la comunidad. Pasó de ser una actividad meramente deportiva a un “estilo de vida” para muchas personas.

Como se ha visto, el correr está en los orígenes de la humanidad prácticamente. Y en eso se refugian quienes afirman que correr (como otras habilidades) se realizan de manera natural, lo cual implica creer que todo el mundo puede correr y que se corre de la misma manera en cualquier parte del planeta, sin importar el contexto en donde se desenvuelve cada persona.

Al (intentar) señalar la(s) diferencia(s) existente(s) entre la Educación Física y la Educación Corporal respecto al running, el rol del/la profe y su concepción de cuerpo es fundamental, partiendo de la premisa si para correr “se nace o se aprende”. Y que si bien correr está en el origen de la humanidad, su práctica (como toda práctica) está condicionada por el contexto histórico y social de cada persona que corre.

Todo el escenario explicado durante el presente trabajo describe al running como una actividad muy popular en la actualidad, alentada por la globalización (principalmente las redes sociales) que invitan a todo el mundo a correr. Pero hay que tener en cuenta ciertos factores. El primero, que hoy el running es un fenómeno social masificado. Segundo, que los/as profes somos cómplices y alentamos a la popularidad de ese fenómeno. Y tercero que, consciente o inconscientemente, esa complicidad muestra nuestra propia postura y posición (como profes) respecto al running (y la acción de correr), ya sea por adherir a la concepción natural (que responde a la Educación Física tradicional) o la concepción cultural (que responde a la propuesta de la Educación Corporal).

Obviamente, atender al cambio de concepción debe ser una transformación crítica y profunda. No debe obedecer a un mero cambio de nombre, ya que si adhiero a esta nueva concepción pero sigo reproduciendo una (dos, o las tres) corriente(s) que se mencionaron al inicio, continuará reduciendo a la Educación Corporal a la Educación Física tradicional, subordinando lo cultural a lo natural y lo corporal a lo biológico.

## **Bibliografía**

- Carballo, C. (2010) Algunas tensiones en el campo de la Educación Física en Argentina, en *Revista Argenmex. Educación Física. Temas y Posiciones*, 33-54
- Crisorio, R. (2015). *Educación corporal. Ideas para pensar la educación del cuerpo*. La Plata, Buenos Aires: EDULP.
- Gil, G. (2016). *Identidades y moralidades en las redes sociales. El running en la Argentina contemporánea*. IX jornadas de Sociología de la UNLP. 5 al 7 de diciembre de 2016. Ensenada, Buenos Aires, Argentina.
- Giles, M. (2008) La Educación Corporal. Algunos problemas. *Revista Educación Física y Ciencia*. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Buenos Aires, La Plata.
- Hijos, M. (2017). *La historia del running en Argentina*. 12° Congreso Argentino y 7° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias de la UNLP. 13 al 17 de noviembre del 2017. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Ensenada, Buenos Aires, Argentina