

## **Una propuesta metodológica para la enseñanza de la escalada**

*Gabriel Portí i de Ballabriga*

### **Abstract**

En un deporte, la escalada, que en su práctica aparece el factor riesgo, el aprendizaje ha de ser acurado, mimado y, evidentemente, seguir unas pautas pedagógicas claras. Basado en tres fases diferenciadas: 1°. Un desconocimiento de la técnica de seguridad. 2°. Un condicionamiento: la escalada está catalogada como actividad peligrosa. 3°. Un desconocimiento motriz.

También, quien realiza el acto docente ha de tener una formación bien sólida para poder adaptar la metodología de enseñanza a las características individuales del alumno.

Lo que aquí se propone es una nueva línea de trabajo para la enseñanza de la escalada.

### **Introducción**

La enseñanza de la escalada ha evolucionado de una manera sorprendente teniendo en cuenta la larga tradición excursionista de Catalunya<sup>1</sup>, es curioso que en la actualidad, después de más de cien años de vida, su pedagogía esté ligada a modelos de autoaprendizaje (nada despreciables) y de imitación (donde el individuo aprende de aquel que lo acompaña y que es más experto).

En un deporte, la escalada, que en su práctica aparece el factor riesgo<sup>2</sup>, el aprendizaje ha de ser preciso, mimado y, evidentemente, seguir unas pautas pedagógicas claras. También, quien realiza el acto docente ha de tener una formación bien sólida para poder adaptar la metodología de enseñanza a las características individuales del alumno.

Lo que aquí se propone es una nueva línea de trabajo para la enseñanza de la escalada, donde un buen pedagogo encontrará los cimientos y argumentos suficientes para poder reflexionar.

## Consideraciones

Partimos de la siguientes premisas:

- la escalada es una práctica deportiva donde aparece el factor riesgo.
- el escalador ha de subir por un itinerario o vía, donde la demanda física para su realización no es desproporcionada, es más, cualquier persona no sedentaria puede realizarlo.
- el mismo escalador dispone de un sistema de seguridad (cuerda, arnés, cintas exprés, anclajes...) que le permiten poder caer sin más consecuencias.

## Propuesta metodológica

¿Por qué el escalador es incapaz de subir?

1°. Un desconocimiento de la técnica de seguridad.

2°. Un condicionamiento: la escalada está catalogada como actividad peligrosa.

3°. Un desconocimiento motriz.

### **Primero: desconocimiento de la técnica de seguridad**

Si hemos de plantear la enseñanza de un deporte que se diferencia de los tradicionales por el elemento riesgo, hemos de dar a conocer en una primera fase aquellas técnicas de seguridad que permiten realizar la práctica.

Para progresar por las paredes, el hombre ha diseñado todo un sistema de seguridad que le permite equivocarse (caer).

Con un estudio preciso del sistema, donde el alumno IMITE las técnicas apropiadas, estas pueden ser aprendidas sin demasiados problemas (son pocas, sencillas y claras) (Portí, 1996).

### **Segundo: condicionamiento-extinción**

La escalada está considerada una práctica de alto riesgo, donde el peligro de lesiones graves por parte de los practicantes es elevado. Hablamos de un conocimiento ordinario (Roca, 1992) muy desfavorable.

El alumno que se inicia en la práctica también está marcado por un sentido innato de rechazo al vacío, a las caídas,....

Es fácil ver que el alumno antes de realizar la práctica presenta un condicionamiento negativo. Condicionamiento negativo social y un condicionamiento negativo psico-físico.

Como segundo bloque a trabajar en el aprendizaje, hablaremos de pedagogía del riesgo (Abelló, 1995).

Entendemos por pedagogía del riesgo el plantear ejercicios en los que la percepción de riesgo por parte del alumno sea elevada (riesgo subjetivo) (Assaly, 1991) y la del profesor (riesgo real) (Assaly, 1991) sea nulo. La situación ha sido estudiada y valorada pudiendo hablar de eliminación de riesgo (situación de laboratorio).

En la escalada estos ejercicios se basan en subir de primero<sup>3</sup> y dándose caídas reales (extinción)<sup>4</sup>.

### **Tercero: el desconocimiento motriz**

Teniendo en cuenta las premisas de partida este factor queda descartado en la mayoría de casos. Aunque en una cuarta fase del aprendizaje podemos tratarlo.

El movimiento para subirse requiere una rica base motora, que solamente con una sólida formación en Educación Física se puede solucionar. Una formación donde la característica fundamental ha de ser el *descubrimiento* de este movimiento, en el que el alumno pueda equivocarse y/o acertar, ampliando así, el conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades. Ampliamos la inteligencia motora (Portí, 1996).

Teniendo en cuenta estos tres bloques podemos estructurar una metodología de aprendizaje, donde el alumno perderá el miedo a las caídas, quedando el campo libre para el trabajo motriz y sin bloqueos “clásicos”<sup>5</sup> en la ejecución. Incluso, podemos escoger según los ámbitos de aplicación: en la enseñanza reglada haremos hincapié en el tercer bloque (consideramos que la aplicación de este deporte en el curriculum de Educación Física es una asignatura pendiente, ya que su riqueza motriz que presenta, los valores sociales implícitos para su práctica son de gran provecho para la formación del alumno); en la enseñanza de deportistas trataremos las tres fases en progresión.

## Bibliografía

- ABELLÓ, E. (1994): *Metodología psicoestética en l'ensenyament de l'escalada* Butlletí de la Unió Excursionista de Sabadell,91
- ASSALY, J. (1992): *Les jeunes et le risque*. París: Vigot.
- DON DAVIES, M. (1991) *Factores psicológicos en el deporte competitivo*. Barcelona: Ancora.
- GRÉZAT, G. (1993): *Escalada: proyectos de acción educativa en el medio escolar: utilización de las espalderas*. Revista de Educación Física, 29-30.
- LERARE, A; MONOT, J.P. (1995): *L'escalade. La structure à la portée de tous* París: Amphora.
- PORTÍ, G. (1996) *Escoles esportives municipals d'escalada. Una proposta per l'aprenentatge de l'escalada*. Butlletí informatiu de la Unió Excursionista de Sabadell, 104.
- ROCA, J. (1991): *Curso de psicología*. Barcelona: Publicaciones de la Universidad de Barcelona.
- VIENS, Th. (1995): *L'escalade, une passion*. París: Amphora.

---

<sup>1</sup> La escalada y el excursionismo por extensión, fue la práctica que acompañó todo el movimiento cultural y científico de finales de siglo pasado en Catalunya. Sus inicios pueden ser establecidos en la fundación de las primeras entidades excursionistas (el 1876 la Associació Catalanista d'Excursions Científiques, el 1878 la Associació d'Excursions Catalana y, años mas tarde, el 1890, la fundación del actual Centre Excursionista de Catalunya con la fusión de las dos entidades anteriores.

<sup>2</sup> Riesgo: continencia y proximidad de un mal.

<sup>3</sup> Ir de primero: la esencia de la escalada: La cuerda viene de abajo, siendo el alumno que la va pasando por los anclajes a medida que va subiendo. Evidentemente, en caso de error de ejecución se presenta la caída, quedando suspendido del último anclaje puesto.

<sup>4</sup> Extinción: comprobar repetidamente hasta darse cuenta que no pasa nada.

<sup>5</sup> El miedo impide solucionar los problemas de tipo motriz que plantea la propia escalada.