



Grado
Educación Infantil

Asignatura
Educación Física

Portada: Foto de [Aedrian](#) en [Unsplash](#)

©2022 Romain Marconnot, Jose Manuel Delfa de la Morena, Isabel Galcerán

Algunos derechos reservados

Depositado en BURJC digital

Este documento se distribuye bajo la licencia

“Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional” de Creative Commons

Disponible en

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.es>

Índice

<u>Tema 1: Introducción a la Educación Física</u>	2
<u>Tema 2: El desarrollo motor del niño</u>	4
<u>Tema 3.1: Discriminación sensorial</u>	23
<u>Tema 3.2: Percepción o esquema corporal</u>	31
<u>Tema 3.3: El equilibrio</u>	37
<u>Tema 3.4: Lateralidad</u>	43
<u>Tema 3.5: Percepción espacial</u>	52
<u>Tema 3.6: Percepción temporal</u>	56
<u>Tema 3.7: Habilidades motrices básicas</u>	59
<u>Tema 3.8: Expresión corporal</u>	61
<u>Tema 4: Educación física adaptada</u>	65
<u>Tema 5: Educar en valores</u>	69
<u>Tema 6: El juego</u>	72
<u>Tema 7: Competencias, Objetivos y Contenidos</u>	80
<u>Tema 8.1: Metodología – Estilos de enseñanza o ¿Cómo enseñar?</u>	85
<u>Tema 8.2: Metodología – Interacciones didácticas</u>	94
<u>Tema 9: Evaluación</u>	105
<u>Tema 10: Programación y planificación</u>	111

Tema I: Introducción a la Educación Física

Conceptos generales

Definición

La educación física carece actualmente de una definición consensuada en el ámbito académico por varias razones:

- La **utilidad** que pueda conferírsele sea ésta educativa, terapéutica, recreativa, social, expresiva o competitiva.
- El grado de **influencia** que recibe de diferentes ciencias.
- La constante redimensión de sus fines y objetivos en virtud de su continua **evolución**.

Pese a esto, en un sentido estrictamente educativo puede definirse así: “Tiene como objetivo el desarrollo de las capacidades motrices, la adquisición de hábitos saludables y de conducta y la práctica de actividades físicas, deportivas y artísticas. La EF contribuye a la educación en el cuidado de la salud y de la seguridad a través del conocimiento del propio cuerpo.”

BOCM 175, del 25 de julio de 2014

“Materia de enseñanza, que permite la adquisición y construcción de conocimientos permitiendo la gestión de la vida física a las diferentes edades de su existencia, además que el acceso a la cultura que constituye las prácticas deportivas.”

(Pineau, 1990)

“La Educación Física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento.”

(Calzada, 1996)

Los tipos de Educación Física

- **Educación Física formal:** la que se lleva a cabo dentro de la estructura del sistema educativo.
- **Educación Física no formal:** la que se lleva a cabo dentro de organizaciones varias, pero fuera del sistema educativo.
- **Educación Física informal:** la que se adquiere por interacción social sin ser las anteriores.

Otros conceptos relacionados

- **ACTIVIDAD FÍSICA:** movimiento corporal producido mediante los músculos esqueléticos y que produce un gasto energético. (OMS)
- **EJERCICIO FÍSICO:** actividad física planeada y estructurada, repetitiva y cuya finalidad es el mantenimiento o mejora de la forma física. (OMS)
- **CULTURA FÍSICA:** conjunto de valores, saberes, hábitos, técnicas y usos corporales de una sociedad y que son transmitidos mediante los procesos de socialización y las actividades educativas. (Vázquez, 2001)



Video 1: MinSaludCol - Youtube



Video 2: Dr Borja Bandera - Youtube

Si centramos la Educación Física en el movimiento, convertiríamos a ésta en algo abstracto y mecánico, insuficiente para la comprensión de la motricidad humana. Parlebas sitúa el objeto de la educación física en las conductas motrices y después en la acción motriz. Sienta las bases de una nueva ciencia: **Praxiología Motriz** (Parlebas, 2001)



Ilustración 1: Parlebas P. (2001). *Juegos, Deporte y Sociedades: Léxico de praxeología motriz*. Barcelona: Paidotribo.

Tanto si se toma el movimiento, como la acción motriz, no dejan de ser la manifestación del cuerpo, por lo que la Educación Física es fundamentalmente Educación Corporal. La educación del cuerpo significa establecer un modo de relación con él: conocer el cuerpo, sentirlo, desarrollarlo y aceptarlo.

Por eso, acorde a Cagigal (1996), la Educación física se fundamenta en dos parámetros:

“cuerpo y movimiento”

Según se entienda cada uno de ellos la educación física adoptará un enfoque u otro y desarrollará metodologías de acuerdo con esas concepciones originarias.

Cuerpo objetivo: Se entiende como la realidad biológica, es decir, los órganos, funciones, etcétera y que es objeto de las ciencias médicas.

Cuerpo subjetivo: O cuerpo propio, se entiende como la relación del cuerpo con el medio, transmisión de expresiones, emociones ...

El cuerpo humano es esencialmente dinámico y el movimiento es una de sus propiedades fundamentales. El movimiento es el primer elemento de adaptación al medio: vida y movimiento son inseparables. El movimiento también expresa sentimientos y emociones.

El movimiento animal es instintivo, biológico, reflejo.

En el hombre se distinguen los movimientos propiamente biológicos o reflejos, de carácter mecánico, de los movimientos conscientes y voluntarios, que son susceptibles de aprendizaje.

Es en este amplio abanico de movimientos voluntarios en los que trabaja la Educación Física.

Paradigmas del movimiento humano

El cuerpo es nuestro vehículo para movernos sobre el mundo y hace posible que nos relacionemos con la sociedad y que interactuemos con ella. Debido a este aspecto tan dinámico una de sus principales propiedades es el movimiento. La educación física utiliza el movimiento para lograr algún fin u objetivos diferentes. Dependiendo de estos fines se crean cuatro paradigmas:

- **Biomotriz:** trata al cuerpo como una máquina. Da lugar a la Educación físico-deportiva. (cuerpo acrobático)
- **Psicomotriz:** trata al cuerpo como una entidad psicosomática. Da lugar a la Educación Psicomotriz. (cuerpo pensante)
- **Expresivo:** deriva de la concepción de cuerpo expresivo. Da lugar a la Educación Físico-expresiva. (cuerpo comunicativo) (Vázquez, 2001)
- **Sociomotricidad:** motricidad en relación con los compañeros y desarrollada principalmente en los juegos. (Parlebas, 2001)

Taxonomía: Clasificación sistemática y ordenada. Se distribuye en tres ámbitos de conocimiento: **cognitivo, afectivo y psicomotor**

- **Ámbito cognitivo:** Taxonomía de Bloom (1956)
- **Ámbito afectivo:** Taxonomía de Krathwohl (1964)
- **Ámbito psicomotor:** Taxonomía de Harrow (1978)

Dentro de las taxonomías del dominio psicomotor destaca la de **Anita Harrow**. Es la más compleja y la que más se ajusta a nuestra concepción de la Educación Física, que comprende las tres corrientes: **físico-deportiva, psicomotriz y expresiva**. El niño sólo puede pasar a los niveles superiores después de haber desarrollado los anteriores (Harrow, 1978).

- **Nivel 1:** Movimientos reflejos.
- **Nivel 2:** Movimientos básicos fundamentales.
- **Nivel 3:** Habilidades perceptuales.
- **Nivel 4:** Cualidades físicas básicas.
- **Nivel 5:** Destrezas de movimiento.
- **Nivel 6:** Comunicación no discursiva.

Nivel 1. Movimientos reflejos

- Segmentales
- Inter segmentales
- Suprasegmentales

Nivel 2: Movimientos básicos fundamentales

- Locomotores
- No locomotores
- Manipulativos.

Nivel 3: Habilidades perceptuales

Se desarrolla por la maduración y el aprendizaje.

- Conciencia corporal: bilateralidad, lateralidad, dominancia, equilibrio
- Imagen corporal
- Percepción espacial
- Percepción del tiempo
- Discriminación visual
- Discriminación auditiva
- Discriminación táctil
- Habilidades coordinadas: coordinación ojo-mano; ojo-pie.

En este nivel es donde empieza la enseñanza.

Nivel 4: Cualidades físicas

Desarrollo y perfeccionamiento de las cualidades motrices

- Resistencia
- Fuerza
- Flexibilidad
- Agilidad

Nivel 5: Destrezas de movimientos

Habilidades específicas, adaptativa simple, compuesta y compleja.

Nivel 6: comunicación no discursiva

- Movimiento expresivo: Postura y porte, gestos, expresiones faciales...
- Movimiento interpretativo: Movimiento estético, movimiento creador.

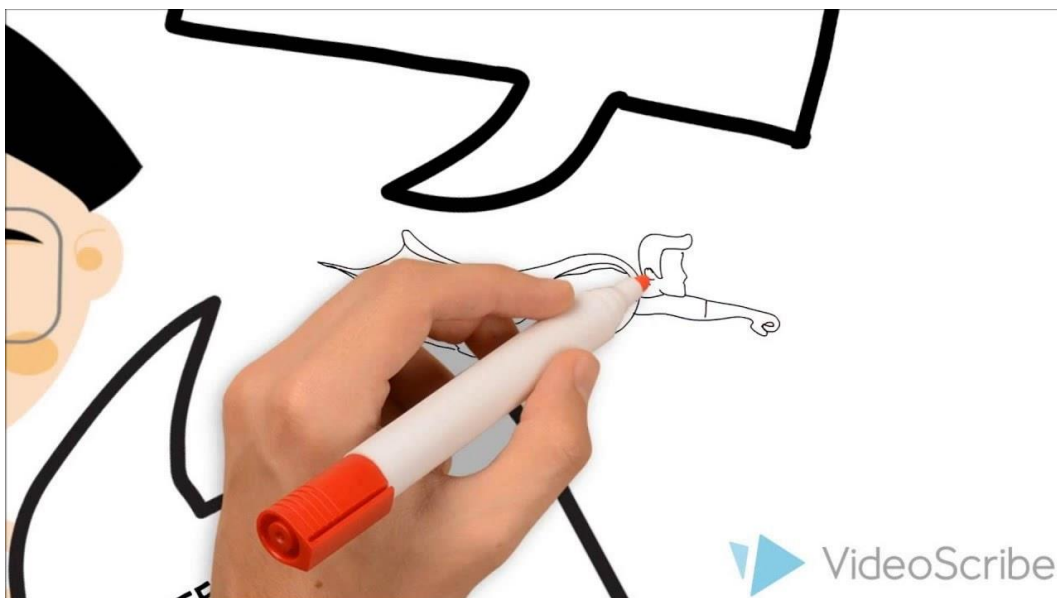
Harrow (1978)



Ilustración 2: Foto de [Alora Griffiths](#) en [Unsplash](#)

La Educación Física (E.F.) es considerada área obligatoria dentro del ámbito escolar. Se ha convertido en una disciplina imprescindible para la educación y formación de la persona integral, sobre todo si se practica desde edades tempranas, ya que permite al niño desarrollar una capacidad **motriz, cognitiva y emocional**, necesaria para su vida diaria y como paso hacia su proyecto de vida. En E.F., el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y, sobre todo, le permite conocerse a sí mismo, respetarse y valorarse a sí mismo y a los demás. A través de las clases de educación física, los niños aprenden, realizan y crean nuevas formas de movimiento en diversas modalidades lúdicas, recreativas y deportivas. En estos capítulos el niño es capaz de desarrollar, crear y expresar su espontaneidad como ser que quiere explorar muchas alternativas posibles de futuro en su vida social, y esto no es fácilmente perceptible en otras materias del conocimiento.

Justificación de la Educación Física



Video 3: Antonio Iglesias - Youtube

Se fundamenta en 2 vías:

a) La inmadurez del ser humano al nacer: El aprendizaje corporal puede ser espontáneo o mediante la intervención del adulto. McGraw (1943) distingue actividades corporales filogenéticas (debidas a la maduración: desarrollo motor) y ontogenéticas (debidas al aprendizaje motor).

b) Las exigencias de la sociedad en la que vive: En la actualidad, no se exige grandes prestaciones corporales; sin embargo, se requiere su ejercitación para no atrofiarse antes de tiempo muchas de sus funciones. Además, gran parte del tiempo libre se emplea en actividades físicas, por los que se ha de tener una base. En resumen, tanto desde el punto de vista de las exigencias personales como del de las necesidades sociales, la educación física aparece justificada. Si el hombre es una unidad bio-psico-social, la educación debe atender a esta unidad.

Bibliografía

- Bloom, B.S. (1956). *Taxonomía de los objetivos educacionales, Manual I: El dominio cognitivo*. Nueva York: David McKay Co Inc.
- Calzada. (1996). *Educación Física: 1º y 2º: Enseñanza Secundaria Obligatoria*. Madrid: Gymnos Editoria.
- Cagigal JM. (1966). *Deporte, pedagogía y humanismo*. Madrid: Comité Olímpico Español.
- Harrow, A. (1978). *Taxonomía del Dominio Psicomotor*. Buenos Aires: El Ateneo.
- Krathwohl, D.R., Bloom, B.S., & Masia, B.B. (1964). *Taxonomy of Educational Objectives. The Classification of Educational Goals, Handbook II: Affective Domain*. New York: David McKay Company, Inc.
- McGraw M. (1943). *The neuromuscular maturation of human infant*. New York: Columbia Univ. Press.
- Parlebas P. (2001). *Léxico de Praxeología motriz, juegos, deporte y sociedad*. Barcelona: Paidotribo.
- Pineau C. (1990). *Introduction a une didactique de l'éducation physique*. Dossier EPS de la revue Education Physique et Sport.
- Vázquez B. (Coord.) (2001). *Bases educativas de la actividad física y del deporte*. Madrid: Ed. Síntesis.

Tema 2: El desarrollo motor del niño

Conceptos básicos

Crecimiento

- Proceso de desarrollo del organismo y de sus estructuras.
- El organismo no crece de forma proporcional, hay etapas donde se desarrollan primero unas partes y luego otras. Esto afecta al esquema corporal.
- Hay parámetros para medir el crecimiento (talla, peso...), es fácilmente observable. Puede o no estar relacionado con la maduración.



Maduración



Rigal, Paoletti y Portmann (1979): Proceso fisiológico, genéticamente determinado, influenciado por otros factores medio ambiente, etc., por el cual un órgano o conjunto de órganos, llega a su madurez y permite así a la función, por la cual es conocido.

Gesell (1940): (teoría del aprendizaje) nada puede conseguirse si no existe la madurez adecuada; el ambiente más los medios que influyen desde fuera no harán que cambie, si no está maduro para ello.

Desarrollo

Aumento de la complejidad de funcionamiento. Es la capacidad y la experiencia de la persona para funcionar, en definitiva, es el aspecto conductual del crecimiento.

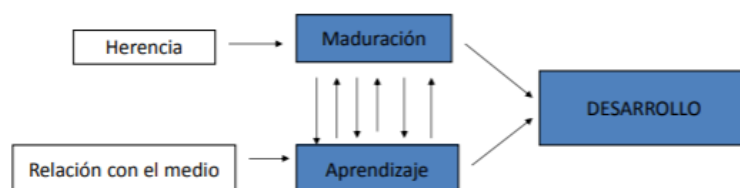


Ilustración 3: Creación propia

Desarrollo motor

Conjunto de cambios producidos con el tiempo en la conducta motora, que reflejan la interacción del organismo humano con el medio. (Wickstrom, 1990)

Cambios que el ser humano sufre durante su existencia, físicos, psíquicos y emocionales mediante un proceso de adaptación continua del organismo con su medio. (Gallahue, 1982)

Crecimiento y Desarrollo son 2 procesos dinámicos e íntimamente relacionados que da paso el uno al otro.



◦ Ejemplo: Para que un niño pueda andar es necesario que previamente sus músculos y huesos hayan alcanzado unos niveles concretos de crecimiento

Proceso de evolución del crecimiento y desarrollo

Periodo neonatal	Dos primeras semanas de vida
Primera infancia	Dos primeros años de vida
Segunda infancia (niñez)	Dos a seis años
Tercera infancia (pubertad)	6 a 11-12 (chicos) 6 a 10-11 (chicas)
Pubertad (edad juvenil)	12 a 17 (chicos) 11 a 16 (chicas)
Adolescencia (joven)	H. 17 a 25 M. 16 a 20
Edad adulta (madurez)	H. 25 a 60 M. 20 a 50
Envejecimiento (dos etapas)	60 / 80 en adelante...



El proceso de crecimiento y desarrollo neuromotor sigue una secuencia determinada desde el momento del nacimiento, la cual está condicionada por el proceso fisiológico de maduración del sistema nervioso central.

Las funciones sean motrices o intelectuales, aparecen cuando la maduración de las estructuras lo permiten.

- **Momento del nacimiento:** maduración de zonas subcorticales del cerebro. (Movimientos reflejos e involuntarios).
- **8-9 meses:** cierto control voluntario y los reflejos se suprimen. Movimientos imprecisos y toscos. Movimientos rudimentarios: arrastre, gateo...
- **2-7 años:** Patrones motores fundamentales: marcha, lanzamientos, recepción de objetos fijos.... Se completa la maduración de zonas corticales y se observa cierta coordinación. Es un periodo crítico para la adquisición de los patrones fundamentales.
- **7-10 años:** Habilidades motrices básicas. Son los patrones motores básicos con una finalidad.
 - (El desplazamiento ----> Desplazarse a un punto determinado)
- **A partir de los 11 años:** Habilidades motrices específicas con mayor grado de complejidad en su realización. Normalmente relacionadas con acciones concretas del deporte. (Ejemplo: un correcto golpeo de antebrazos en vóley).

Reflejos (primarios):



1º Reflejo de moro o de abrazo: si nota peligro se extiende y luego se vuelve a plegar. (hasta los 3 meses).

2º Reflejo de agarre: al notar algo en las manos lo agarra a través de la flexión de dedos, (hasta 6 m).

3º Reflejo de enderezamiento de cabeza y cuerpo: la cabeza y el cuerpo ante el peligro se endurecen, (12 m).

4º Reflejo de marcha automática: mientras anda agarrado por alguien flexiona la rodilla (hasta 3 m).

5º Reflejo de búsqueda: al tocarle la boca, se abre buscando la zona correcta (hasta 3 m).

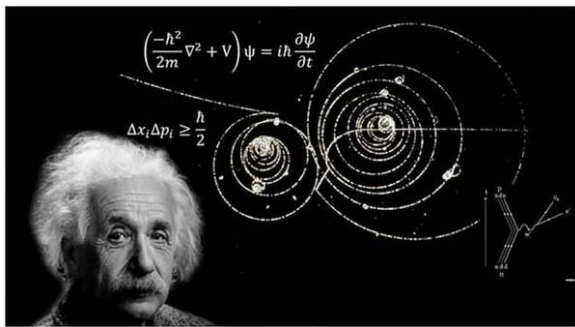
6º Reflejo natatorio: al notar el agua bloquea la respiración y hace movimientos similares a la natación, (hasta 5/6m)

7º Reflejo de Babinski o cutáneo plantar: al tocar la planta del pie realiza la extensión plantar.

8º Reflejo de Gateo: en situaciones de miedo o peligro busca 4 puntos de apoyo.

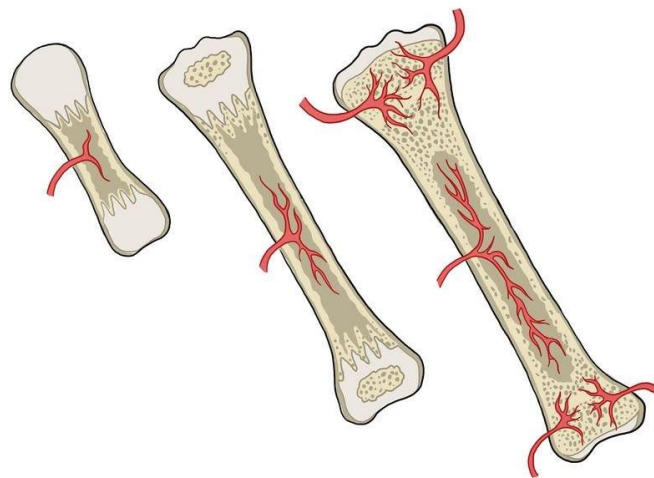
9º Reflejo laberíntico de enderezamiento: al desplazar el cuerpo se tiende a tener la cabeza recta.

Teorías del desarrollo motor



1. Piaget – 1964.
2. Wallon – 1945.
3. Modelo psicoanalítico, (Freud – 1905).
4. Gesell – 1940.
5. Teorías del aprendizaje (conductismo, Gestalt, Conciencia)
6. La escuela soviética, Vigostky - 1926.
7. Le Boulch (1983) se basa en indicarnos que consiste en hacer funcionales las estructuras que sólo existían a escala potencial.

Crecimiento y desarrollo óseo



Se lleva a cabo a través de la **osificación**, a la vez que va creciendo, el hueso va endureciendo.

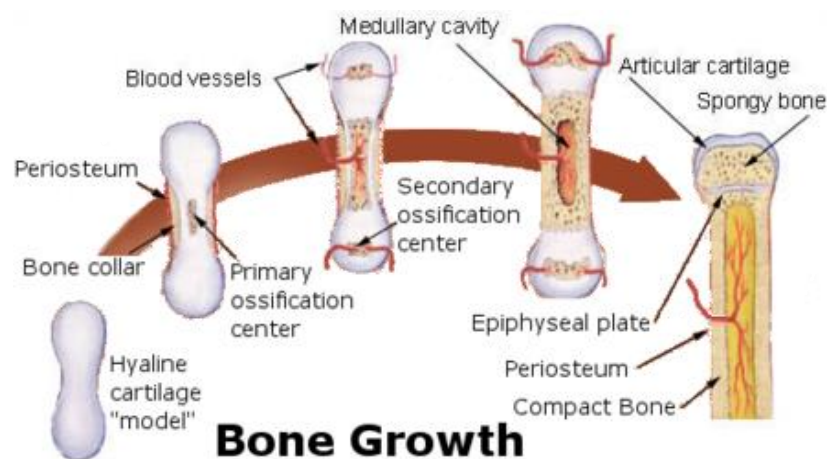
Suele aparecer alrededor del 2º y 4º mes del periodo prenatal y se extiende en algunos casos hasta adolescencia.

Dos tipos de crecimiento del hueso:

- Crecimiento en longitud
- Crecimiento en grosor

No todas las partes del hueso osifican con la misma rapidez, sino que lo hacen de diferente forma dándose los siguientes **casos**:

- Las costillas osifican rápidamente, pero continúan maleables gracias a los cartílagos costales.
- El pie osifica más rápido que mano.
- Pelvis totalmente osificada antes de los 20 años.
- Las vértebras tienen un crecimiento más prolongado hasta los 21 años.
- Las 2 zonas más tardías de osificación son clavícula (hombre - 26) y pubis (mujer - 27)



Leyes de alternancia (Godin):

1. Los brotes de crecimiento del esqueleto se suceden de 6 en 6 meses.
2. El crecimiento en alto se alterna con el crecimiento en ancho.
3. El crecimiento de la extremidad distal se alterna con la proximal.
4. El crecimiento de los miembros superiores se alterna con los inferiores.
5. Alternancia lateral, la parte izq. siempre va algo más lenta que la dcha.

Crecimiento y desarrollo muscular

Etapas:

- Desde nacimiento hasta adolescencia: aumento lento y parejo de la masa muscular entre sexos.
- A partir de la adolescencia: aumento mucho más rápido y diferenciado de la masa muscular entre sexos, de tal forma que aumenta más la masa muscular del niño que la de la niña.

Factores que influyen en el crecimiento

Intrínsecos o Endógenos

- **Herencia:** información genética que los Padres transmiten a sus hijos.
- **Acción hormonal:** tiroides, hipófisis y sexuales, sobre todo.
- **El sexo:** determina la estatura y la forma corporal.
- **La raza:** marca diferencias en la talla y proporciones corporales.

Extrínsecos o Exógenos

- **La nutrición**
- **Las enfermedades**
- **Los desórdenes psicológicos:** privación de estímulos afectivos, por ejemplo.
- **El clima:** condiciona la estatura.
- **El estatus socioeconómico:** mejor nutrición, sueño regular, higiene...
- **Ejercicio físico**

Algunos vídeos



Vídeo 4: Desarrollo motor del niño (parte 1 de 5) YouTube



Vídeo 5: Desarrollo motor del niño (parte 2 de 5) YouTube



Vídeo 6: Desarrollo motor del niño (Parte 3 de 5) YouTube



Vídeo 7: Desarrollo motor del niño (Parte 4 de 5) YouTube



Vídeo 8: Desarrollo motor del niño (Parte 5 de 5) YouTube

Los niños de 3 años

De 3 a 4 años se produce un paso importante desde una acción eminentemente globalizada a la progresiva singularización.

Aún a los 3 años, desde el punto de vista del niño, no es posible dividir la acción por elementos, ni a nivel de intención ni de realización, ni desde el punto de vista de la vivencia, ni desde un enfoque mecánico: el todo es un todo.

- Todo el cuerpo participa.
- Todo el afecto y la inteligencia “razona con referencia a su propia persona”.
- Toda la situación es relacional.
- Todos los estímulos tienen importancia.
- Todos los gestos son válidos.
- La imaginación y la realidad se confunden.
- El mundo está dotado de intención como las personas.
- Tiende a realizar aquello que está imaginando: dice martillo y mueve el brazo.

Esquema Corporal

- Llega a conocer las nociones delante, detrás, orilla.
- El 55% de los niños imita correctamente movimientos significativos de brazos (comer, llevar un objeto, tirar una pelota...)
- Confunden las referencias exteriores con la topo.
- Puede quedarse sobre un solo pie 2 o 3 segundos.
- Puede mantenerse de pie en equilibrio con talones juntos.

Percepción espacio-temporal

- Es capaz de hacer corresponder formas simples
- Solamente el 4% es capaz de comprender la propuesta: “Andar del lado de la mano levantada.”

Habilidades motrices básicas

- El sistema de avance talón-punta se ha incorporado definitivamente al mecanismo de la marcha.
- Domina las paradas bruscas.
- Puede saltar 1 escalón.
- Puede coger una pelota grande con los brazos completamente extendidos.
- Puede lanzar una pelota a un punto corporal conocido, pero muestra cierta dificultad para mantener el equilibrio como consecuencia de la acción.
- El movimiento de la muñeca le permite realizar cruces simples y cerramientos espaciales.

Los niños de 4 años

Esquema corporal

- El dibujo de la figura humana elaborado por los niños comienza a adquirir en esta edad forma definida: reproduce la cabeza, los ojos están diferenciados y con orientación normal y destacan las partes del cuerpo que son vivenciadas como importantes. Está tratando de organizar su representación gráfica.
- La mayoría localiza topográficamente las referencias: alto=cabeza, bajo=pies, aún en posición tendido.
- El 60% reproduce correctamente movimientos significativos (comer) visto en el otro y el 25% los reproduce “en espejo”.
- Alrededor del 50% reproduce correctamente movimientos de brazos o piernas observados en otro y el 30% los reproduce “en espejo”.

Percepción espacio-temporal

- Tienen escasa comprensión del pasado y del futuro.
- Los niños realizan análisis perceptivo-espaciales: toman una pieza de puzle y antes de colocarla, examinan la misma y el conjunto.
- Adquieren progresivamente el dominio de las direcciones vertical, horizontal y oblicua.
- Hasta este momento, el único principio organizador de la imagen de la realidad es la yuxtaposición espacial; a partir de aquí empiezan a aparecer otros principios.
- Alrededor de un 75% son capaces de entender la consigna: andar del mismo lado de la mano levantada.

Habilidades motrices básicas

- El niño de 4 años es capaz de marchar siguiendo ritmos regulares, saltar verticalmente de 5 a 10 cm, y saltar horizontalmente de 25 a 30cm.
- Gusta de realizar pruebas motrices siempre que no sean muy difíciles, coordina movimientos de cuerpo en una actividad global con sentido para él, siente placer por las pruebas de coordinación fina y es capaz de mantener el equilibrio de 8 a 10 segundos sobre una pierna.
- También puede pasar sobre un banco elevado de 1,5m de altura.

Los niños de 5 años

Esquema corporal

- La reproducción de la figura humana evidencia partes anatómicas como la boca, la nariz, los brazos, las piernas y los pies. Presenta una orientación normal. En muchas ocasiones la reproducción de las piernas es bidimensional.
- La imagen representativa de su cuerpo se limita a lo que puede ver su tronco y de sus manos.
- 65% de los niños localizan las partes nombradas del cuerpo.
- El número de partes que es capaz de nombrar y señalar en el otro es superior a las designadas en sí.
- El 30% reproduce en sí correctamente gestos vistos en el otro, y el 60% en espejo.
- Las referencias alto-bajo,... no se asocian ya en la mayoría de los niños a partes del cuerpo: cabeza, pies,...
- Puede conservar el equilibrio sobre las puntas de los pies alrededor de 10 segundos.

Percepción espacio-temporal

- El niño de 5 años parece estar bien orientado respecto a los 4 puntos cardinales.
- Es capaz en esta edad de relacionar la acción con el resultado a un nivel elemental; así podrá deducir por la posición de un número determinado de objetos, el orden en que fueron colocados.
- Aún no es posible, en cambio, “la representación” del espacio, sino solamente la visión de este. Comienzan en cambio a hacerse posible las *referencias subjetivas* * sobre sí mismo en desplazamiento.

*Referencias subjetivas: derecha-izquierda. Referencias objetivas: alto-bajo, arriba-abajo

Habilidades motrices básicas

- Puede recorrer, saltando sobre un pie, una distancia de más de 10m y es capaz de saltar y caminar ajustándose a ritmos regulares.
- Puede golpear con el pie y arrojar objetos simultáneamente.
- A veces trata de recibir una pelota con una sola mano.

- Berk L. (2001). *El desarrollo del niño y del adolescente*. Madrid: Prentice Hall.
- Cratty B.J. (1989). *Desarrollo perceptual y motor en los niños*. Madrid: Santillana.
- Bueno Moral, Mancho Ruiz y Moral Garcia. (1990). *Educación infantil por el movimiento corporal, Segundo ciclo, 3-6 años*. Madrid: Gymnos Editorial.
- Freud S. (1905). *Tres ensayos de teoría sexual*. Madrid: Amorrortu editores.
- Gallahue, D. (1982). *Understanding motor development in children*. Boston: John Wiley & Sons, Inc.
- Gessel A. (1940). *El niño de 1 a 5 años*. Madrid: Paidós Iberica.
- Le Boulch J. (1983). *El desarrollo psicomotor desde el nacimiento hasta los 6 años*. Madrid: Ed. Donate.
- Piaget J. (1964). *6 estudios de psicología*. París: Pleiade.
- Rigal, Paoletti y Portmann. (1979). *Motricidad, Aproximación Psicofisiológica*. Madrid: Ed Augusto.
- Vigostky L. (1926). *Psicología pedagógica*. Madrid: Akal.
- Wallon H. (1945). *Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil*. Madrid: Visor-Mec.
- Wickstrom y González. (1990). *Patrones motores básicos*. Madrid: Alianza Editorial.

Tema 3.1: Discriminación sensorial

Definición

- La discriminación sensitiva es la habilidad para diferenciar los estímulos del entorno a través de los sentidos.
- Se trabajará en educación física a través de actividades y juegos en los que se aprende a distinguir los distintos estímulos del exterior.



Ilustración 4: Los diferentes sentidos. Creación propia

Discriminación visual



Capacidad que posee el ser humano para discriminar o diferenciar los objetos por sus particularidades, diferencias y semejanzas.

Subtipos:

- La agudeza visual.
- El seguimiento visual.
- La memoria visual.

Ilustración 5: Foto de [charlesdeluvio](#) en [Unsplash](#)

- La diferenciación fondo-figura.
- La consistencia visual.

Discriminación auditiva

Habilidad para reconocer adecuadamente los sonidos y, por lo tanto, implica detectar diferencias y semejanzas entre sonidos por sus cualidades (altura, duración, intensidad y timbre).

Subtipos:

- Agudeza auditiva.
- Percepción auditiva.
- Orientación por el oído.

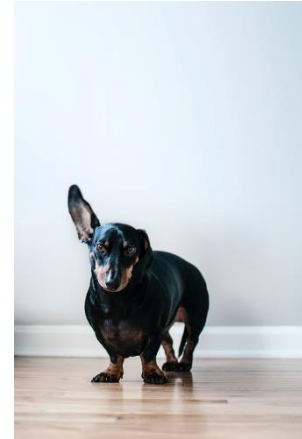


Ilustración 6: Foto de [Erda Estremera](#) en [Unsplash](#)

Discriminación táctil

Garrido Landívar (1989), “la percepción táctil es la capacidad que permite a los individuos deprecionar, interpretar e integrar las sensaciones recibidas por las terminaciones nerviosas situadas en la piel.”

Se divide en dos sistemas:

- Percepción táctil: tacto pasivo (temperatura, el peso, la consistencia)
- Percepción cinestésica: posición del cuerpo y de los movimientos.

Discriminación táctil

Capacidad para diferenciar los estímulos mediante el tacto. Es la mezcla de varios sentidos epidérmicos: presión, calor, frío, dolor, vibración.

Percepción táctil

Se muestra la realidad y la noción del mundo exterior. Diferenciamos los objetos que están fuera de nosotros y se adquiere la conciencia sujeto-objeto.



Ilustración 7: Foto de [Killian Cartignies](#) en [Unsplash](#)

¿Qué es la discriminación sensitiva?

- Es la capacidad de distinguir entre diferentes tipos de estímulos.
- Es un proceso cognitivo que forma parte del procesamiento de la información.
- Permite organizar, codificar e interpretar estímulos.
- Función cognitiva básica, presente en todo ser humano.
- Es una habilidad perceptual que pertenece al nivel 3 de la Taxonomía de Anita Harrow (1978).
- Interviene la percepción, que según Cohen (1991) es:

“La interpretación significativa de las sensaciones como representantes de los objetos externos, la percepción es el conocimiento de lo que está fuera”

- No confundir percepción con sensación ya que presentan diferencias, no son lo mismo.
- El desarrollo sensorial es una base importante en el desarrollo cognitivo-motor del niño.
- A partir de las sensaciones y percepciones forman los procesos superiores del conocimiento.
- Elementos percepción: estímulo, receptor, sensación.
- A través del desarrollo sensorial el niño descubre el mundo que le rodea.

En la discriminación sensitiva interviene los sentidos, los cuales podemos clasificar en:

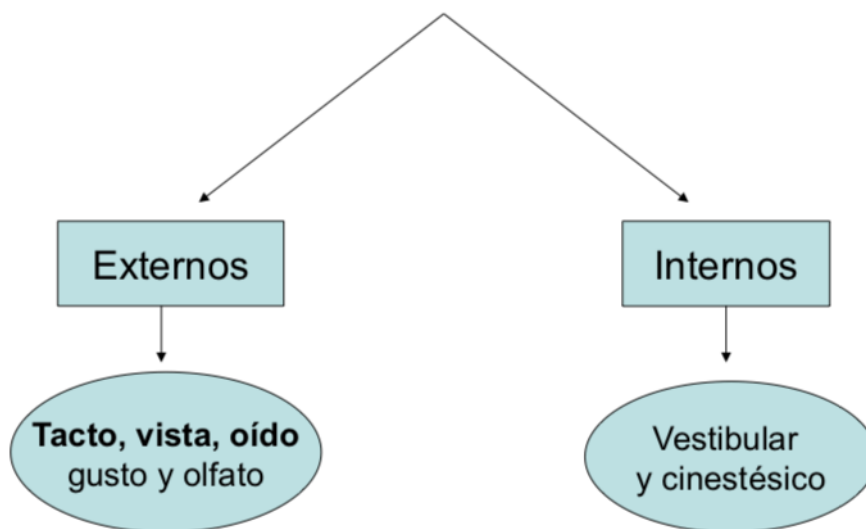


Ilustración 8: Tipos de discriminación sensitiva. Creación propia

¿Qué se trabaja en cada una de ellas?

Discriminación Auditiva

Capacidad de distinguir diferentes estímulos sonoros. Capacidad de diferenciar entre:

- Tono
- Intensidad
- Frecuencia
- Timbre
- Altura
- Duración

La discriminación auditiva la podemos trabajar como contenido a través de:

- Sonidos de la calle.
- Sonidos del aula.
- Sonidos de los animales.
- Sonidos del entorno cercano.
- Sonidos producidos por el ser humano.
- Sonidos de los estados de ánimo.
- Sonidos del tiempo atmosférico.



Ilustración 9: Foto de [FPVmat A](#) en [Unsplash](#)

En los contenidos curriculares lo trabajaremos a partir de los siguientes objetivos:

- Reconocer y discriminar estímulos sonoros.
- Identificar y reproducir sonidos.
- Diferenciar ruido de sonido / de silencio.
- Desarrollar la capacidad de saber escuchar.
- Comprender la duración temporal.

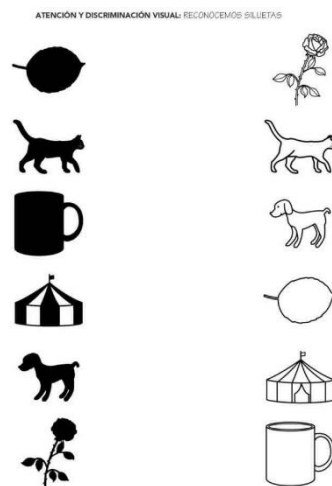
Discriminación Visual

Capacidad que permite detectar y diferenciar distintos estímulos visuales a través de los atributos que les caracterizan.

- Influye en:
 - Diferenciar figura-fondo
 - Cierre visual
 - Focalización
 - Mejorar la memoria
 - Mejorar la lógica visual

La discriminación visual la podemos trabajar como contenido a través de:

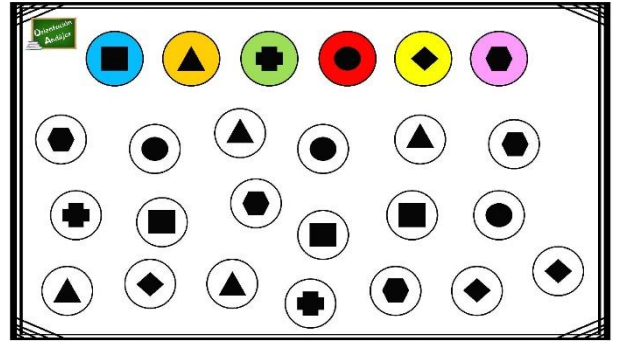
- La distinción de objetos a distintas distancias.
- El reconocimiento de rostros: familiares y sociales.
- La identificación de objetos del aula.
- Discriminación de formas.



F. J. Franco Galán - www.recursoep.com - RECURSOS EP
Autor pedagógico: Sergio Páez - www.recursoep.com - RECURSOS EP

En los contenidos curriculares lo trabajaremos a partir de los siguientes objetivos:

- Discriminar visualmente objetos, formas y colores.
- Orientar la visión hacia determinados objetos
- Desarrollar la atención y la memoria visual.
- Relajar la vista.



Discriminación Táctil

Es la capacidad que permite distinguir objetos mediante el sentido del tacto.

Determinado por 5 sistemas independientes de la piel:

- Contacto
- Presión
- Calor
- Frio
- Dolor

La discriminación táctil la podemos trabajar como contenido a través de:

Discriminación de objetos con distintas texturas, como:

- Rugoso y liso.
- Húmedo y seco.
- Áspero y fino.
- Grande y pequeño.
- Frio y caliente.

Relación del tacto con objetos conocidos.

En los contenidos curriculares lo trabajaremos a partir de los siguientes objetivos:

Desarrollar la memoria táctil.

Conocer el propio cuerpo y sus posibilidades

Apreciar y reconocer las cualidades táctiles:

- Superficie
- Consistencia - Material
- Forma
- Dimensión

Discriminación Auditiva

Se adquiere según las diferentes etapas:

Desde el nacimiento hasta los 3 meses:

- Reaccionar ante sonidos fuertes y suaves.

De 3 a 6 meses.

- Repite algunos sonidos.

De 6 a 10 meses.

- Responde a su nombre y es capaz de balbucear.

De 10 a 15 meses.

- Imitan palabras y frases sencillas.

De 15 a 18 meses.

- Utilizan frases de pocas palabras.

De 18 a 24 meses.

- Comprende preguntas y les gusta que les lean.

De 24 a 36 meses.

- Entiende muchas palabras de acción y órdenes.

A partir de 36 meses.

- La habilidad perceptual ya se ha desarrollado.

Discriminación Visual

Se adquiere según las diferentes etapas:

Al nacer:

- Parpadea en respuesta a la luz y la coordinación de los ojos no está del todo definida.

De 1 a 3 meses:

- Comienza la coordinación binocular y es capaz de discriminar caras y ciertos colores.

De 4 a 5 meses:

- Sigue con la mirada los objetos de un campo visual.

De 5 a 7 meses:

- Comienza la coordinación óculo-manual.

De 7 a 12 meses:

- Comienza a tener percepción de la profundidad.



De 12 a 24 meses:

- Reconoce ciertos objetos y partes del cuerpo procediendo a su señalización si se le pregunta.

De 36 a 48 meses:

- Nombra los colores y sabe dibujar formas.

De 48 a 72 meses (4-6 años):

- Coordinación ojo-mano está totalmente alcanzada

Discriminación Táctil

Es el 1º que se desarrolla en el ser humano.

Gran importancia, ya que permite manejarnos en el mundo que nos rodea.

Permite reconocer:

- Texturas
- Formas
- Tamaños

Determinante en la capacidad de manipulación.

A partir de los 6 meses de vida:

- El niño comienza a explorar el mundo que le rodea.
- Comienza a experimentar con distintas texturas, temperaturas y formas.

La percepción táctil se adquiere poco a poco.

A través del tacto y la experiencia va procesando la información.

La capacidad táctil influye en la capacidad cognitiva y visual.

Es un proceso perceptivo de gran complejidad que sufre una lenta elaboración durante la etapa infantil.

A partir de datos sensoriales el niño conocerá el mundo y su realidad.

La consecuencia de la acumulación de experiencias sensitivas será la adquisición de una nueva capacidad: la percepción.

Conclusiones

Los niños desarrollan sus sentidos desde el nacimiento.

La inteligencia de los niños comienza a desarrollarse a partir de las informaciones sensoriales y exploraciones motrices.

Importancia desarrollo cognitivo para el desarrollo sensorial

Como educadores deberemos proporcionar a los niños en el aula un ambiente rico en estímulos auditivos, visuales y táctiles.

El desarrollo sensorial construye los canales a través de los cuales el niño recibe información:

- Del entorno.
- De su propio cuerpo.

A partir de estas informaciones el niño realiza acciones inteligentes.

Capacidades sensoriales son la base del desarrollo perceptivo y cognitivo.

Bibliografía

- Cohen, J. (1991). *Sensación y Percepción auditiva y de los sentidos menores*. México: Trillas.
- Garrido Landívar. (1989). *Manual para la confección de programas de desarrollo individualizados. Tomo I y II*. Madrid: EOS.
- Harrow, A. (1978). *Taxonomía del Dominio Psicomotor*. Buenos Aires: El Ateneo.

Tema 3.2: Percepción o Esquema corporal

¿Qué es el esquema corporal?

Legido Arce (1995): “es el **resultado de la imagen tridimensional en reposo y en movimiento**, que el individuo tiene de los segmentos de su cuerpo, más cabeza y tronco”.

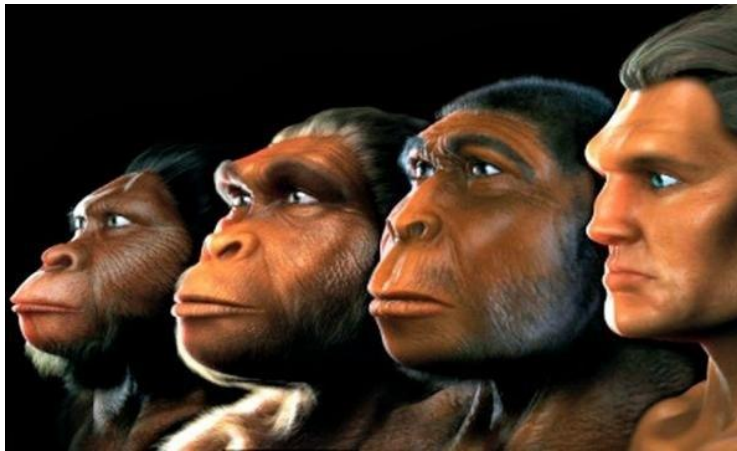
Según Le Boulch, (1984): es “**el conocimiento inmediato y continuo**, que tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o en movimiento, en relación con sus diferentes partes y **en relación con el espacio** y los objetos que nos rodean”.



Es la **imagen acumulada que cada uno se va formando de su cuerpo** y es punto de enlace de los diferentes procesos psíquicos. Es el **sistema de control y evaluación de todas las experiencias propias** y es a la vez, el **eje de referencia de todas las relaciones espaciales temporales y con el entorno físico y social**. Nos distingue de los demás y podemos alcanzar un sentimiento de identidad plena.

El concepto de esquema corporal en cada persona viene determinado por el conocimiento que se tenga del propio cuerpo. Nuestro cuerpo es un todo en el que pueden aislarse distintos componentes, tronco, brazos, piernas, etc... El niño al principio siente su cuerpo como un todo difuso, en la fase siguiente a través del movimiento siente su cuerpo. Vive su cuerpo y el del otro como un todo, el mismo (su madre).

Más tarde asimila que todas las partes de su cuerpo pertenecen a un todo. A través de la imitación, adquiere la noción de ser el mismo o conocimiento inmediato de su cuerpo, Esquema corporal, es la intuición global de nuestro cuerpo, en reposo y en movimiento, en relación con las partes y un todo, así como el espacio que le rodea. Según Coste (1979) es el resultado de la experiencia del cuerpo en el mundo.



Evoluciona muy **lentamente** durante la infancia si no hay contratiempos, **a los 11 años está perfectamente constituido** (Mucchielli y Boucier, 1980).

En este proceso evolutivo es muy importante el **periodo preescolar y la primera etapa de primaria** (Según Taxonomía de Harrow, 1978).

A lo largo del desarrollo psicomotor, el niño toma consciencia de su cuerpo debido a impresiones **kinestésicas y sensoriales**.

Es producto de un desarrollo progresivo que se ajusta a partir de las siguientes sensaciones:

- **Interoceptivas** (viscerales).
- **Exteroceptivas** (vista y el tacto).
- **Propioceptivas**, que vienen de los músculos, tendones y articulaciones y que informan sobre la **contracción, relajación o posición del cuerpo**.

Etapas según J. Le Boulch (1984):

Etapas del cuerpo vivido: hasta los 3 años. Todo se produce como un movimiento global o general, se produce la conquista del cuerpo, de su yo, a través de experiencias globales y de la relación con los adultos.

Etapas de discriminación perceptiva: (de 3 a 7 años) se produce el desarrollo gradual de la orientación del Esquema Corporal. Hacia el final de esa etapa, el niño es capaz de dirigir su atención a todo su cuerpo y sobre partes precisas de ese.

Etapas del cuerpo representado: (desde los 7 a 12 años) se logra una independencia (funcional y segmentaria), una autoevaluación de los segmentos y se tienen recursos para conquistar su propia autonomía.



A lo largo de su evolución psicomotriz, la imagen que el niño se forma de su propio cuerpo **se elabora a partir de múltiples informaciones sensoriales de orden interno y externo que percibe**.

- Desde el punto de vista evolutivo, primero se dan las sensaciones **interoceptivas**, la sensibilidad del tubo digestivo y la actividad oral a partir del nacimiento.

A partir de la alimentación y de las funciones excretorias, el niño va experimentando vivencias acerca de su propio cuerpo.

- En un segundo momento, los niños experimentan sensaciones de origen cutáneo, a partir de la piel o el tacto, esto da paso a **las sensaciones exteroceptivas**.

Descubrirá sus manos como parte de sí mismo y como nexo entre el mundo exterior y su mundo interno. Las manos no solo son parte de su cuerpo, sino instrumentos de exploración.

Posteriormente irá descubriendo otras partes de su cuerpo, **como sus pies y poco a poco los irá incorporando a su esquema corporal**.

- En un tercer momento, a medida que el niño desarrolla sus destrezas motoras, (sea capaz de caminar, desplazarse y adoptar posturas más complejas...), irá recibiendo información de las diferentes posiciones que adopta, e irá tomando conciencia de que ese cuerpo le pertenece.

A los tres años, el niño ya tomará conciencia de sus manos, pies, tronco y empezará a manejarse como un todo, irá descubriendo su imagen total.



Características definitorias

La organización del esquema corporal es el **punto de partida de numerosas posibilidades de acción** y juega un papel de suma importancia en el desarrollo de los niños.

Implica una mejora de habilidades.

Con un buen esquema corporal son posibles grandes logros.

Etapas de elaboración del esquema corporal (Vayer, P., 1985)

Primera etapa: Del nacimiento a los 2 años (Periodo maternal).

- Empiezan a inmovilizar y mover la cabeza y luego el tronco.
- Llegan a la posición sentado primero con apoyo y luego sin él.
- Las utilización y movilización de los miembros del cuerpo se llevan primera a la reptación y después al gateo.



La utilización de los diferentes miembros del cuerpo les permite tener equilibrio y fuerza muscular que a su vez facilita:

- El enderezamiento hasta la postura de pie.
- La marcha.
- Las primeras coordinaciones globales asociadas a la prensión.

Segunda etapa: de los 2 a los 5 años.

La presión y la locomoción se hacen cada vez más coordinada.

La motricidad y la cinestesia (o kinestesia, sensación por la cual se percibe el movimiento muscular, posición de nuestros miembros y cuerpo), permite que los niños conozcan y utilicen todo su cuerpo con mayor precisión.

La relación con el adulto es imprescindible y permite al niño: desprenderse del mundo exterior y que se reconozca como un individuo autónomo.



Tercera etapa: de los 5 a los 7 años (Periodo de transición).

- 1º El desarrollo del control muscular y el control respiratorio.
- 2º La afirmación definitiva de la lateralidad (predominio de uno de los lados de nuestro cuerpo sobre el otro).
- 3º El conocimiento de la derecha y la izquierda.
- 4º La independencia de los brazos y de las piernas con relación al cuerpo.

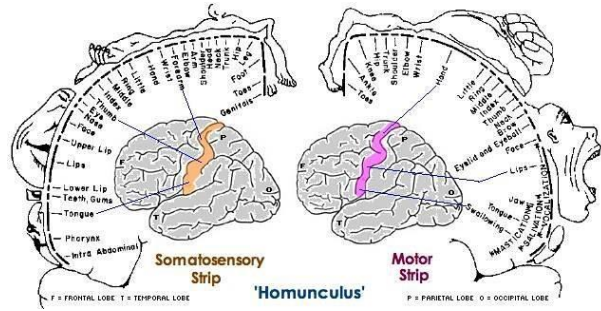
Cuarta etapa de los 7 a los 12 años (elaboración definitiva del esquema corporal):

El niño toma conciencia de las diversas partes del cuerpo. El control del movimiento se sigue desarrollando a través de:

- La posibilidad de relajación global o segmentaria de su cuerpo.
- La independencia de los miembros superiores (brazos y tronco) con relación a las piernas.
- La independencia de la derecha con relación a la izquierda.
- La independencia funcional de segmentos y elementos corporales.

- La transposición del conocimiento de sí mismo al conocimiento de los demás.

Al final de esa etapa, el niño será autónomo. Será capaz de tomar conciencia de las partes de su cuerpo y realizar a través de la mente imágenes mentales de sus movimientos que esta realizando, lo que le permitirá planear sus acciones antes de realizarlas.



¿Cómo elaboramos, entrenamos y desarrollamos el esquema o la percepción corporal?

Se elabora a partir de:

- 1°. Conocimiento del propio cuerpo o reconocimiento.
- 2°. Desarrollo de las capacidades perceptivo-motoras.
- 3°. Desarrollo de la Lateralidad.
- 4°. De la organización espacio temporal.

La educación del esquema corporal

1°. A través de la educación psicomotriz o educación por el movimiento:

- La educación psicomotriz es un conjunto de técnicas que instauran en el sujeto, el dominio de su cuerpo y hacen posible la relación con el mundo que le rodea.
- La educación psicomotriz en la etapa preescolar es la que lleva al niño al conocimiento de su cuerpo.
- Y también que esto le lleva a un conocimiento del espacio que le rodea.
- Con una buena educación psicomotriz el niño podrá relacionarse con el espacio y acceder a la etapa del simbolismo en torno a los 6 años.

Furth y Wachs (1978), clasificaron en 5 los componentes del pensamiento motor (pienso actúo)

1. Control de reflejo.
2. Imagen mental del cuerpo.
3. Coordinación de los ejes del cuerpo.
4. Equilibrio del cuerpo.
5. Acción coordinada.

Sebastián Varela

Muchos niños a los 6 años no conocen su esquema corporal ya que se sienten mal al adoptar posturas prerrequeridas para cualquier tarea y tienen poca concienciación espacial.

Para ellos tenemos que:

- Elaborar un conocimiento de la colocación de las diferentes partes del cuerpo,
- Crear relaciones entre sí y la relación con el cuerpo total, antes de poder realizar una acción física específica.

Furts y Wachs (1978): el objetivo básico de su programa de pensamiento motor es el desarrollo de la coordinación, la adaptación e interacción de las partes del cuerpo.

Para esto es fundamental la coordinación de los ejes del cuerpo y su relación con la vista.

Bibliografía

- Coste, J.C. (1979). *Las 50 palabras claves de la psicomotricidad*. Barcelona: Ed. Médica y Técnica.
- Furth y Wachs. (1978). *La teoría de Piaget en la práctica*. Buenos Aires: Kapeluz.
- Harrow A. (1978). *Taxonomía del ámbito psicomotor: normas para la programación de los objetivos de la conducta*. Madrid: Ed. Marfil.
- Le Boulch. (1984). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Ed. Paidós, 2ª reimpresión.
- Legido Arce, J.C. (1986). *Incidencia en el desarrollo de la educación Física*. Apunts nº 6, pp. 23-24, (cast:opp. 8-10), Barcelona: I.N.E.F.C.
- Mucchielli R, y Boucier A. (1980). *La dislexia, causas, diagnóstico y reeducación*. Madrid: Cincel-Kapeluz.
- Vayer, P. (1985). *El dialogo corporal*. Barcelona: Ed. Científico-Médica.

Tema 3.3: El equilibrio

Conceptos generales

En la realización de las habilidades motrices, actividades físicas y deportivas, el equilibrio juega un papel muy importante a la hora del control corporal y control del movimiento. Es gracias al equilibrio que podemos movernos, desplazarnos o realizar acciones motrices, que de forma natural se verían comprometidas en el mantenimiento de una postura estable.

Se puede definir el equilibrio como:

“La habilidad de mantener el cuerpo en posición erguida, gracias a los movimientos compensatorios que implican la motricidad global y fina, que se da cuando el individuo está quieto (equilibrio estático) o en movimiento, “desplazándose” (equilibrio dinámico)” (Mosston, 1993).

También se podría definir como: “El ajuste del control del cuerpo con respeto a la fuerza de gravedad” (Lawther, 1978).

Pero el equilibrio tiene que abordarse desde diferentes parámetros que inciden en él. Esos parámetros, los define Hernández (1993) en:

- Fisiológico.
- Biomecánico.
- Biológico.
- Psicológico.

Parámetro fisiológico: sistema vestibular

Fisiológicamente, el equilibrio se encuentra en el aparato vestibular, que se encuentra en el laberinto óseo de los huesos temporales (sensoriales). El sistema vestibular humano tiene tres funciones principales.

1. Es el principal órgano del equilibrio y juega un papel importante en las sensaciones subjetivas de movimiento y orientación espacial.
2. La información vestibular se utiliza para regular la actividad muscular necesaria para mantener la postura y evitar caídas.
3. El efecto del vestíbulo sobre el movimiento ocular estabiliza la posición del ojo durante el movimiento de la cabeza, reduciendo así el desplazamiento de la imagen de un objeto fijado por la retina.

Los humanos también tenemos reflejos musculares (reflejos de estiramiento o tensión). Este reflejo aumenta la tensión de los músculos extensores para evitar que el cuerpo caiga. Por lo tanto, es un reflejo postural para facilitar una ligera tensión y restablecer el equilibrio estático. Promueve el control del equilibrio, ya que ayuda a mantener el centro de gravedad dentro de los límites del estante.

Parámetro biomecánico: la gravedad

Desde un punto de vista biomecánico, la gravedad es el elemento básico del equilibrio en el hombre, y todas las escalas del cuerpo se organizan de acuerdo con esta fuerza gravitatoria. El cuerpo humano es como un conjunto de palancas en movimiento y siempre está bajo la influencia de la gravedad.

En todo tipo de actividades, ya sean estacionarias o móviles, el equilibrio es clave. A veces una determinada actividad requiere estabilidad y otras veces es inestable, pero el cuerpo se equilibra cuando su centro de gravedad está sobre un pilar. Si la línea de gravedad sale de la base de sustentación, entonces el objeto estará en un estado de inestabilidad y no se estabilizará nuevamente hasta que la proyección del centro de gravedad pase por la base de sustentación. Hay tres tipos de equilibrio en cualquier cuerpo: equilibrio dinámico, equilibrio estático y equilibrio permanente.

Un cuerpo está en equilibrio estático cuando la energía potencial que lo sostiene es mínima. Cuanto más grande sea la base, mayor será la fuerza requerida para alejar la línea de gravedad de la base.

Un objeto está en equilibrio dinámico cuando su energía potencial es máxima y su soporte es pequeño, por lo que la fuerza requerida para alejar la línea de fuerza de esta base es muy pequeña. Cuando la energía potencial es constante, se dice que el equilibrio es permanente.

Parámetro biológico: diferentes órganos

El control del equilibrio depende de la actividad de los receptores que señalan la posición del cuerpo (los canales semicirculares, los conductos auditivos, los conductos de los oídos, los receptores cutáneos y musculares en las plantas de los pies), estos centros de procesamiento de información (principalmente el cerebelo) y los neuromusculares. circuitos (específicamente el reflejo extensor). Además de estos órganos, otros están involucrados en el equilibrio, como la visión, el oído, el sentido de aceptación y expansión.

Parámetro psicológico: conducta perceptivo-motriz

La psicología aborda todos los fenómenos humanos desde la perspectiva de describir y analizar cómo se forman en cada organismo las diferentes formas de adaptación al medio. Gira en torno a tres objetivos principales (Roca, 1992, citando en Hernández, 1993):

- La adaptación psicobiológica que incluye las condiciones que explican la regulación genética de la vida.
- La adaptación psicosocial, que conduce al aprendizaje general del lenguaje y al entendimiento con otros individuos.
- La adaptación psicofisiológica describe la adaptación al entorno físico y químico y se define en términos de comportamiento cognitivo o perceptivo-motor.

Es en este fin último de adaptación donde radica el equilibrio, pues se trata de cómo se aprende la regulación motora del equilibrio, como modulación del estado de movimiento, y de la gravedad en la vida de un determinado individuo.

En educación física, y a nivel educativo, solemos hablar de dos tipos de equilibrio: el equilibrio estático y el equilibrio dinámico.

Equilibrio estático:

Es la capacidad de un individuo para mantener su cuerpo en una posición fija sin que el cuerpo cambie. Por tanto, se puede considerar como la capacidad o habilidad que tiene un individuo para mantener su cuerpo erguido sin moverse. ¡En este tipo de equilibrio podemos tener en cuenta el equilibrio postural! Donde una persona trata de mantener su posición gracias a reflejos rodantes, laberínticos, visuales y táctiles... En cada músculo, el mayor sonido de apoyo de los flexores y transportadores permitirá que el cuerpo se equilibre contra los efectos de la gravedad. El sistema musculoesquelético funciona restaurando la postura para que no haya una apariencia externa de movimiento.

Equilibrio dinámico:

Es la capacidad de mantener la postura deseada a pesar de los constantes cambios de postura. Se diferencia del equilibrio estático en que la situación cambia constantemente y hay pocos o ningún estado que satisfaga las condiciones de equilibrio estático anteriores.

Factores que influyen en el equilibrio

Los humanos siempre estamos sujetos a procesos de equilibrio; Incluso cuando está parado sin movimiento, hay una oscilación continua que da como resultado un estado dinámico con ajustes permanentes y ajustes de posición con el fin de mantener el equilibrio.

El mecanismo de este equilibrio se puede resumir de la siguiente manera:

- El primer fenómeno del proceso es el desequilibrio de recepción y transmisión al sistema nervioso central.
- El sistema nervioso central desarrolla y desencadena una serie de reacciones de equilibrio o reequilibrio que restablecen el equilibrio original.

Desde el punto de vista de la actividad física, nos interesan dos aspectos de este proceso para su desarrollo:

- Por un lado, los factores perceptivo-motores intervienen en la captación de los desequilibrios y el establecimiento del equilibrio (vías receptoras: exteroceptores y propioceptores).
- Ejecución de planes de equilibrio corporal: ¡acción muscular precisa, acción de control de la postura! (estático y dinámico).

Dado lo anterior, los mecanismos que influyen en los factores equilibrados o desequilibrados pueden ser exógenos (procedentes del entorno) al sujeto, endógenos (procedentes de sí mismos), o ambos a la vez.

Algunos factores exógenos o externos:

1. El equilibrio disminuye o aumenta a medida que la base de sustentación disminuye o aumenta.
2. Cuanto más cerca de la base de sustentación se encuentra el centro de gravedad, más fuerte será su posición.
3. Cuando una parte del cuerpo se aleja o se acerca a la línea de gravedad, su centro de gravedad se mueve en esa dirección (la línea de gravedad es la línea que conecta el centro de gravedad del cuerpo con el centro de la Tierra).
4. Es más fácil mantener el equilibrio sobre una superficie estable que sobre una superficie en movimiento, ya que se requieren ajustes constantes para mantener la postura.
5. Cuanto más alta es la superficie del soporte sobre el suelo, más miedo puede aparecer, lo que conduce a una distorsión del mecanismo de contacto y, en consecuencia, afecta el mecanismo de equilibrio.
6. receptor móvil. El acto de descolgar o descolgar un teléfono móvil puede crear situaciones de desequilibrio.
7. Efectos sobre la superficie del cuerpo. Impacto en el cuerpo de objetos en movimiento u otros acompañantes.

Algunos factores endógenos o internos:

1. Importancia del peso corporal. Los objetos pesados deben ejercer una fuerza mayor que los objetos ligeros para perder el equilibrio.
2. Un mayor nivel de fuerza permitirá tomar mejores medidas para mantener la postura.
3. Las lesiones de los oídos, la vista u otros receptores, o hacer movimientos sin que ninguno de ellos se involucre, dificultará el mantenimiento del equilibrio.
4. El estado emocional del individuo: sentimiento de inseguridad, miedo, ansiedad, pérdida de confianza, autocontrol, etc.

Evolución del equilibrio

La evolución del equilibrio está íntimamente relacionada con el desarrollo general del individuo y sus expectativas previas. Durante los primeros años de vida, la capacidad bipedal se adquiere en paralelo con la maduración del sistema nervioso y del sistema neuronal, que se ve facilitada durante el primer año por el desarrollo del cerebelo. El dominio del equilibrio estático comienza al año de edad, cuando el niño se pone de pie solo (Rigal, 1987).

El equilibrio estático se alcanza al final de los 5-6 años de vida (Meinel y Schabel, 1987). Con el fortalecimiento del sistema nervioso y neuronal, en la edad prepuberal se alcanza la máxima capacidad de trabajo. Después de permanecer sin cambios durante mucho tiempo, disminuye gradualmente después de 30-40 años.

El desarrollo inverso que se produce a una edad avanzada (a partir de los 60 años) responde a un declive de los sistemas nervioso y motor, que se caracteriza por la inactividad y, por supuesto, enfermedades del sistema musculoesquelético.

Las consideraciones anteriores determinan ciertas condiciones para un trabajo equilibrado. En particular, en la **educación infantil (3-6 años)** es necesario tener en cuenta que mantener el equilibrio

(corporal) es una actividad difícil de dominar y que se logra solo al final de este período. Las propuestas deben ser sencillas y con recomendaciones universales que permitan fortalecer un equilibrio estable.

En Educación Primaria (6-12 años), se podrá trabajar el equilibrio estático y dinámico en situaciones simples (primer ciclo), teniendo en cuenta los factores de desequilibrio, como el tamaño del centro de apoyo. En el segundo ciclo, será posible avanzar a estados de equilibrio estático más complejos e introducir estados de equilibrio dinámico; Introducir actividades más complejas e integrar todos los elementos en el tercer ciclo de la educación primaria.

¿Cómo trabajar el equilibrio en educación infantil?

Mosston (1993) identifica diferentes niveles de dificultad en las actividades para desarrollar el equilibrio de acuerdo a lo siguiente:

- Cambiar el tamaño de la base.
- Cuanto más alto el centro de gravedad, más difícil es mantener el equilibrio (a cuatro patas, de pie, de puntillas, sobre una máquina, etc.)
- Cambio de duración y tiempo.
- En general, los ejercicios estáticos son más fáciles que los ejercicios dinámicos.
- En posiciones fijas, los modos de inversión son más difíciles.
- Concentrarse al hacer ejercicio es muy importante.
- No solo tienes que trabajar un único lado, pero es muy importante trabajar ambos.

Por tanto, la sugerencia de actividades que requieran un equilibrio más importante estaría especialmente adaptada a la evolución del equilibrio. Se recomienda operaciones que involucren modos inestables o cualquiera de los mecanismos de desequilibrio descritos anteriormente:

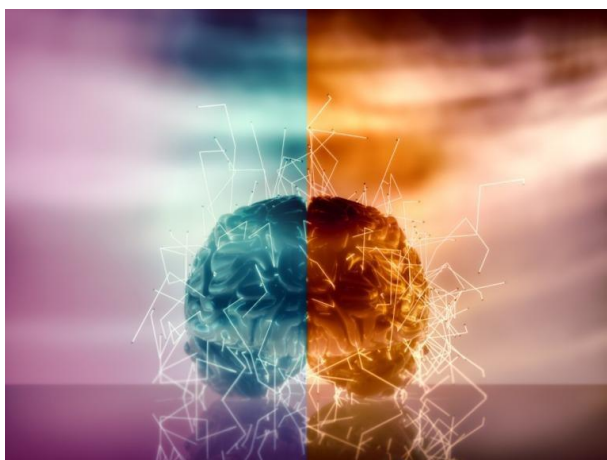
- Actividades que impliquen variaciones de la base de sustentación: por ejemplo, postura, movimiento, rotación, etc... en una pierna.
- Disminución de la superficie de apoyo (por ejemplo, moverse o saltar en un banco o banco sueco, etc...)
- Actividades sobre elevadas (por ejemplo, banco, muletas, barra de equilibrio, etc.)
- Actividades que mantienen una postura o movimiento sencillo con los ojos vendados, en el suelo, sobre pequeñas superficies elevadas y móviles, etc.
- Esquivar, recibir y balancearse en situaciones precarias o en superficies reducidas, elevadas, inclinadas, etc...
- Actividades de auto lanzamientos o mantenimiento de objetos, incorporando aspectos visuales respecto a la base de sustentación y superficies de apoyo.

- Hernández, F.J. (1993). *Valoración de las diferentes dimensiones del Equilibrio Humano*. Tesis doctoral no publicada. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Meinel K, y Schabel G. (1987). *Teoría del movimiento. Motricidad deportiva*. Buenos Aires: Stadium.
- Mosston, M. (1993). *La enseñanza de la educación física*. Barcelona: Paidós.
- Lawther. (1978). *Aprendizaje de las habilidades motrices*. Barcelona: Paidós.
- Rigal, R. (1987). *Motricidad humana: fundamentos y aplicaciones pedagógicas*. Madrid: Pila Teleña.

Tema 3.4: Lateralidad

Conceptos generales

El cerebro es un órgano pareado, sus hemisferios se relacionan cada uno con el lado contrario del cuerpo, la mayoría de las vías se decusan (se cruzan) a nivel del tronco cerebral.



Neuro fisiológicamente se define como la **expresión de un predominio motor relacionado con las partes del cuerpo, que integran sus mitades derecha e izquierda.** Se vincula con la aceleración del proceso de maduración de los centros sensoriomotores de uno de los hemisferios cerebrales.

¿Qué es la lateralidad?

Le Boulch (1984): “expresión de un predominio motor realizado con las partes del cuerpo que integra sus mitades derecha o izquierda”. Es la tendencia a utilizar un lado con preferencia del otro.

El proceso de adquisición de una determinada lateralidad se llama Lateralización.

Evolución: las primeras experiencias se producen a los 7-8 meses intra-útero cuando se introduce el pulgar en la boca, otros lo sitúan a los 8-9 meses que juega tanteando prensión de objetos.

Existen diferentes clases de lateralización: *diestro, zurdo, diestro falso, zurdo falso, ambidiestro, lateralidad cruzada.*

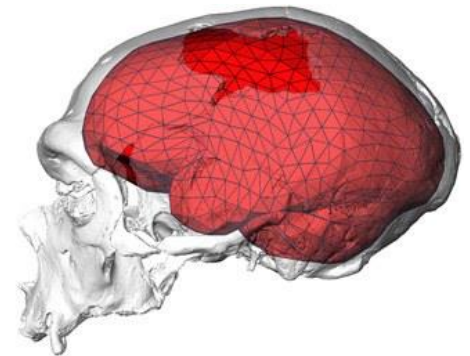
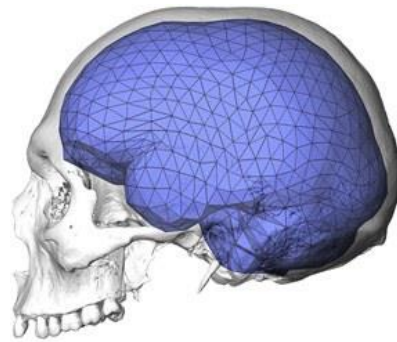


- *Diestro*: predominio cerebral del hemisferio izquierdo, la parte derecha es la que se usa con preferencia.
- *Zurdo*: predominio cerebral del lado derecho y manejo del cuerpo lado izquierdo.
- *Derecho falso*: personas zurdas que se les obligó en su día a usar el lado derecho.
- *Zurdo Falso*: está producido por alguna situación temporal de importancia o total, la zurdería lo es por motivos ajenos al individuo.
- *Ambidiestro*: son casos atípicos, pero se muestran en algunas actividades en algunos segmentos corporales siendo diestros en otros aspectos.
- *Lateralidad cruzada*: es propia de los que presentan un predominio lateral diestro en unos miembros y zurdos en otros.

Evolución de la lateralidad

Depende de factores: la herencia y el adiestramiento (experiencia).

Según Le Boulch (1984) y Ajuriaguerra (1993), es a partir de los 2 años cuando se elabora el dominio lateral. La preferencia lateral se define a los 4-5 años reconociendo derecha e izquierda.



Se define hacia los 6-7 no de forma definitiva.

Hasta los 9-10 años, no maneja las nociones de izquierda y derecha en relación con otra persona y con el mundo exterior en general. Se manifiesta con las manos, los pies, ojos y oídos.

De cara a la planificación de objetivos docentes hay otra clasificación.

Fases: **Localización, Fijación, Orientación espacial, Maduración.**

3 a 4 años Localización: por medio de test se observa que partes utiliza con preferencia.

4 a 5 años Fijación: una vez localizado el segmento dominante realizar tareas de utilización de bimanualidad (no se indica derecha o izquierda) sino un lado y el otro.

5 a 7 años Orientación espacial: el objetivo es ser capaz de orientar el cuerpo en el espacio, se introduce concepto de derecha e izquierda, (6 años) no importa si no está claro.

8 a 10 años Maduración: ya está fijada la lateralidad y podemos empezar a trabajar la ambidiestra respetando siempre los predominios.

Aplicación práctica en infantil

En los ejercicios que se pueden proponer para la afirmación de la lateralidad el profesor debe evitar utilizar los términos derecha e izquierda.

- Para permitir que la lateralidad se exprese en la acción o evitar que la simbolización modifique la experiencia del niño.
- Esta fase se trabajará hasta los 6-7 años (edad de la afirmación).
- A partir de esta edad: orientación del esquema corporal, con nociones derecha e izquierda, delante detrás, arriba abajo.



Al niño se le ofrece múltiples ejercicios de coordinación óculo-manual:

- lanzamientos, ejercicios de manipulación, coordinación dinámica general, saltos desplazamientos...

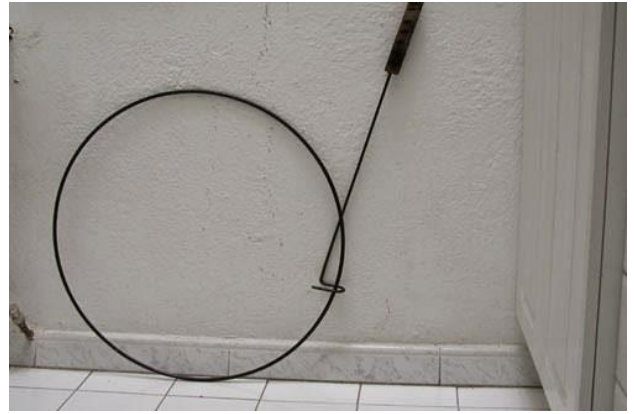
Con multiplicidad de material:

- aros, pelotas, cuerdas, bancos suecos, cajones de arena, papel, telas, tijeras, material de escritura, etc.

Ejercicios prácticos

Miembros superiores





Aros: (diferentes tamaños)

- Manipular el aro libremente con una mano.
- Conducir rodando el aro por el suelo o pasarlo rodando al compañero.
- Hacer girar el aro en el sitio impulsándolo con la mano.



Pelotas:

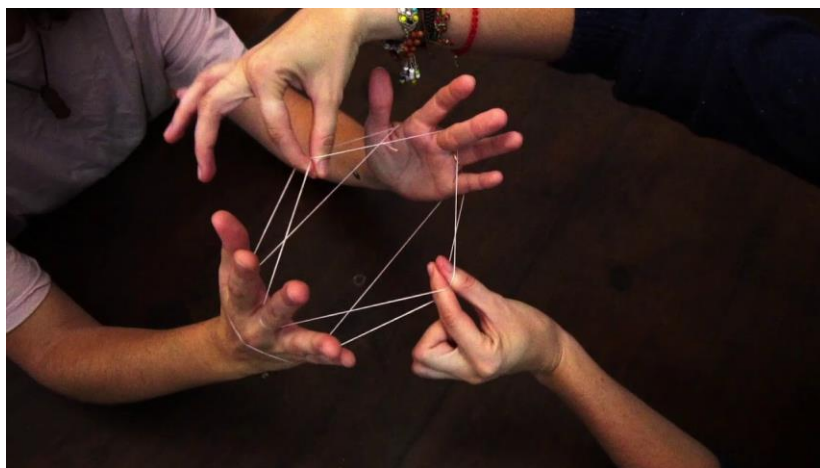
- Lanzar hacia arriba una pelota con una mano y recogerla libremente.
- Lanzar contra la pared con una mano y recogerla libremente.
- Botar la pelota, balón parado o en movimiento.
- Por parejas, tríos... pasarse la pelota, etc.





Cuerdas:

- Realizar serpenteos por el suelo con la cuerda.



Vídeo 10: Juegos con cuerdas y manos - Froggies TV - YouTube

El condicionamiento social tiene importancia en la definición de la lateralidad.

- La definición de la lateralidad tiene un factor congénito.
- La mayor funcionalidad de un hemisferio origina el uso más frecuente del lado contrario.
- El mayor uso de un lado producirá un mayor desarrollo del hemisferio cerebral del lado opuesto

$$Z = \frac{P_o + P_c}{\sqrt{\frac{P_c(1 - P_c)}{n}}}$$

Algunos test de lateralidad



Es importante conocer la lateralidad de nuestros alumnos para poder orientar nuestra enseñanza, y descartar algunos problemas. Para ello, podemos realizar diferentes pruebas, para conocer la lateralidad de nuestros alumnos. Test en los miembros superiores, test en la visión y test en los miembros inferiores.

Sin embargo, es importante acordarse que la lateralidad no se define hasta varios años. Por lo tanto, los test pueden no ser fiables en los primeros años. Hay que tener en cuenta la maduración de cada niño.

Harris test of Lateral Dominance:

Preferencia de la mano (10 pruebas), imitar las acciones siguientes:

1. Tirar una pelota.
2. Dar cuerda a un despertador.
3. Clavar un clavo. (atornillar).
4. Cepillarse los dientes.

5. Peinarse.
6. Sonarse con un pañuelo. 7o Utilizar las tijeras.
7. Limpiarse la cara.
8. Cortar con un cuchillo.
9. Escribir.

El niño de pie, sin ningún objeto al alcance de su mano, se le dice, vamos a jugar a algo...me vas a enseñar como haces....

Valoración:

Después de anotar la mano utilizada en cada prueba:

Dominancia de las manos, anotar con letra mayúscula o minúscula.

- D: cuando efectúa las 10 pruebas con la derecha.
- d: 7-8-9 pruebas con la derecha.
- I: Cuando las 10 pruebas han sido realizadas con la izquierda.
- i: 7-8-9 pruebas con la izquierda.
- M: Todos los demás casos.

Preferencia de los ojos

3 ejercicios:

1. Sighting: un cartón de 15x15 con un agujero en el centro de 0.5 cm de diámetro, “fíjate en el cartón tiene un agujero y yo miro por él, lo voy aproximando al ojo” “haz tu lo mismo”.
2. Telescopio: tubo largo de cartón ¿tú sabes para qué sirve un catalejo? ...sirve para mirar lejos (demostración), toma y mira allá abajo, indicándole un objeto alejado.
3. Escopeta: “como miran los cazadores con un ojo” y cerrando el otro, haz tú como ellos indicándole un punto cualquiera.

Valoración:

Dominancia de los ojos.

D: si utiliza el derecho en las tres pruebas. d. Si lo utiliza en 2 de 3.

I: si ha utilizado el izquierdo en las 3.

i: Si ha utilizado el izquierdo en 2 de las 3.

M: en los casos raros en que el niño utilice indistintamente de los dos. 1 derecho. 2 izquierdo, 3 los dos.

Preferencia de los pies

2 pruebas:

1. Juego de la rayuela: (con un trozo de madera o caja de cerillas vacía), ¿tú sabes jugar a la rayuela?, a ver ¿cómo lo haces?
2. Chutar una pelota o un balón

Valoración:

Dominancia de los pies:

D: si en las dos pruebas utiliza el derecho.

I: si las dos pruebas utilizan el izquierdo.

M: si utiliza en una el derecho y en otra el izquierdo.

Valoración Final

- DDD para un diestro completo
- III para un zurdo completo.
- DiD para una lateralidad cruzada.
- ddD para una lateralidad mal afirmada

Bibliografía

- Ajuriaguerra, J. D., & Angelergues, R. (1993). *De la Psicomotricidad al cuerpo en relación con el otro*. A propósito de la obra de Henri Wallon. *Psicomotricidad, Revista de estudios y experiencias*, 42, 11-23.
- Oña Sicilia A. (2005). *Actividad física y desarrollo*. Madrid: Ed Wanceulen.
- Le Boulch J. (1984). *El desarrollo psicomotor desde el nacimiento hasta los seis años*. Madrid: Ed. Doñate.
- Lerbet G. (1977). *Lateralidad en el niño y en el adolescente*. Valencia: Ed. Marfil.
- Mayolas PI MC. (2003). *Un nuevo test de Valoración de la lateralidad para los profesionales de la Educación Física*. *Revista Educación Física y Deportes, Apunts*, (71), 14 – 22.

Tema 3.5: Percepción espacial

¿Qué es la percepción espacial?

Las referencias objétales son determinantes, orientacionales, que permiten al sujeto situarse en lugares determinados, con una orientación concreta respecto a los objetos.

Se diferencian en dos tipos:

Personales: las estáticas y las dinámicas

Objétales: las estáticas (una canasta), dinámicas (un balón en movimiento) u orientadas en sí mismas, (un balón no tiene delante ni detrás) y orientadas en sí mismo (personas).

El hombre está rodeado de estímulos, sonidos, olores, colores, calor, distancias con respecto a objetos, etc. La relación espacial que el individuo tiene con lo que le rodea, con los objetos circundantes, consigo mismo es lo que denominamos percepción espacial. La situación dentro de un espacio tridimensional y la localización de uno mismo. La referencia de espacio que tenemos...de tamaño.

Estructuración Espacial en general.

- Problemas de percepción, tener claro lo qué es espacio, el marco físico, la parte que ocupa en el esquema corporal
- El espacio, es percibido por los factores: cinestésico, visual, auditivo, y se conjugan con la idea interior, la conjunción de estos dos factores es lo que es el total.

¿Cómo evoluciona la percepción de espacio en el niño?

El niño adquiere una concepción de espacio muy lenta.

Este periodo transcurre desde los 2 a los 12 años y está condicionado por el desarrollo de la inteligencia,

La inteligencia se mide en función del desarrollo de las capacidades espaciales. Estas capacidades se desarrollan en 2 etapas:

1ª Etapa desde los 2 a los 6 años: en esta etapa el niño solo tiene un punto de vista, por lo que las relaciones con los objetos son unidimensionales, al final hacia los 6 años obtiene la capacidad de orientación espacial, el niño se sitúa respecto al objeto o el objeto con respecto a él.

2ª Etapa de los 6 a 12 años: adquiere la llamada organización espacial, entiende las posiciones relativas de las cosas, estableciendo relaciones bidimensionales.

- Asimila conceptos de esquina, de intersección y de perpendicularidad, en situaciones dinámicas.
- A los 7 años aparece la estructuración espacial, que es una combinación, sería la referencia situacional en tres dimensiones.

Desarrollo de la percepción espacial.

- El recién nacido no puede fijar la mirada, pero localiza el sonido como elemento de distancia y le crea ansiedad.
- 3 meses, puede seguir un objeto con la rotación de la cabeza, pero solo reconoce si se aleja a su madre.
- 7 meses conoce la profundidad (acantilado visual), busca a su madre si no la ve.
- 12 meses alcanza los objetos, pero se mueven percepciones espaciales cercanas. (si está cerca lo ve, lo vive)

Las capacidades espaciales (Según Piaget).

- **0 a 18 meses:** el espacio vivido, hay tantos espacios como campos sensoriales hay, a través de estos 18 meses esta la diferencia el yo del espacio próximo.
- **12 a los 24 meses:** es el espacio percibido, desde el gateo y empiezan a parecer el espacio global topológico, solo se fija en el volumen y las formas.
- **2 años a los 5:** se forman y establecen relaciones de distancia con ordenación continuidad y dirección, primero con respecto a si mismo y luego con respecto a un objeto exterior.
- **5 años:** va evolucionando hacia el espacio euclidiano (espacio proyectivo), referencia de los puntos y empieza a adquirir el de tres dimensiones.
- **10 años:** hasta ese momento no se consigue la maduración de la situación espacial.

Desarrollo de las capacidades espaciales

- El niño al entrar en contacto con el entorno va a ir adquiriendo un cierto conocimiento de espacio.
- Del espacio entendido como continente de las cosas extensas.
- Conocer el espacio es obtener la capacidad que nos permite localizar las cosas y entender las relaciones que se establecen entre las cosas y nosotros.
- Las referencias objétales son las que nos permiten situarnos en lugares determinados y con una orientación en concreto respecto a los objetos.

Alteraciones en la percepción espacial

Factores que influyen en la concepción de espacio:

- Deficiencia de comprensión de la problemática (el niño no entiende lo que hay delante)
- Deficiente percepción de la situación: hasta los 4 meses no puede seguir movimientos horizontales y verticales...
- Una deficiencia de tipo fisiológico (conos y bastones).

¿Cómo elaboramos el trabajo sobre la percepción espacial?

El conocimiento del espacio se realiza a través de cualesquier segmentos corporales.

El niño no tiene que memorizar hechos, sino que tiene que buscar conceptos partiendo de actividades.

Las actividades corporales de los diferentes segmentos ponen en conocimiento las siguientes cualidades del espacio:

- El miembro inferior con las distancias.
- La cabeza con las orientaciones.
- La traslación de miembro superior posibilita la comprensión de los tamaños.
- La manipulación ayuda a la abstracción de formas.
- Primero se trabaja con respecto a uno mismo
- Luego con otro niño.
- Con respecto a un objeto.
- Con dos objetos.

Cuando el objeto no es orientado, el niño de casi 3 años lo relaciona consigo mismo siempre.

1ª Nociones básicas:

- Nociones de situación: arriba. Abajo, delante detrás, a un lado, al otro lado, de frente, en medio, encima, debajo, dentro fuera, cerca, lejos, sobre, bajo, izquierda, derecha, entre, alrededor, cruzar, atravesar.
- Nociones de ordenación. Primero, ultimo, principio, final, siguiente, en medio, continuo, discontinuo, anterior, posterior.

Esto al niño le permite reconocer cosas por su forma, trayectorias en el espacio.

2ª Las actividades que se relacionan con distancias y medidas.

1. Con respecto a mí mismo.
2. De mí a un objeto.
3. Entre dos objetos o dos personas.
4. Hacer movimientos en grupos de niños, movimientos agrupados, se interceptan, se cruzan, se interponen.

3ª Conocimiento del espacio por medio de formas y trazados.

1. Se pueden seguir con objetos fijos.
2. Se pueden hacer imitaciones de formas grabados gráficamente.
3. Representar gráficamente recorridos realizados.
4. Evoluciones trabajos de memoria espacial a través de repetir itinerarios de otros compañeros.

Orientación espacial para los más mayorcitos (6 años).

- Es establecer un sistema de referencia con independencia del espacio que nos rodea e incluso sin ningún punto de referencia.
- Tener la direccionalidad de las cosas para adquirir este nivel.

Bibliografía

- Díaz Lucas, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: INDE.
- Ruiz Pérez, LM. (1994). *Deporte y aprendizaje, Procesos de adquisiciones*. Madrid: A. Machado Libros.
- Ruiz Pérez, LM. (1987). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Madrid: Editorial Gymnos.

Tema 3.6: Percepción temporal

Algunos conceptos

- No es hasta los 4 años cuando el niño usa determinadas nociones para referirse al tiempo con objetivo de comprenderlo. A esta circunstancia se le llama: impregnación de la espacialidad.
- La noción temporal del niño es la sucesión. Surge como consecuencia de la rutina que les ponemos. Por esto el niño diferencia el antes y el después.
- La segunda noción temporal del niño es la duración, la cual surge como consecuencia de satisfacer una necesidad.

Nociones temporales:

1. La sucesión: tiempos inmediatamente posteriores a un hecho anterior:

1. **Antes y después:** primer concepto que asimila un niño.
2. **Series ordenadas:** base de la numeración y el ritmo, la primera serie ordenada es la del día y la noche.
3. **Momento justo:** surge como la consecuencia de la capacidad de precisar entre un suceso y su referencia temporal y espacial.
4. **Simultaneidad:** expresa la coincidencia de sucesos. (sobre los 7 años)
5. **Pasado y presente-futuro:** es una noción bastante compleja.
6. **Periodicidad:** se refiere al hecho de pasar varios sucesos con regularidad.
7. **Cadencia:** es el hecho de que una sucesión a pesar de tener sucesos que se dan regularmente cada cierto tiempo, hay una acentuación de uno de los sucesos.

2. Duración: espacio de tiempo entre un inicio y un final.

De esta noción se desprende los siguientes conceptos más complejos

1. **Principio-fin:** es el refuerzo que aparece para determinar dónde empieza y acaba algo.
2. **Globalidad:** la capacidad para determinar el principio y el fin de algo.
3. **Cambio:** el paso de una cosa a otra.
4. **Largo-corto:** son magnitudes lineales.
5. **Mucho-poco:** se refiere al tiempo en término de grandeza.

Transcurre de una concepción subjetiva a una concepción objetiva.

- **2 años:** no es capaz de establecer un dialogo temporal, pero usa términos espaciales para referirse a hechos temporales.
- **2 a 3 años:** Es capaz de hacer referencia a hechos que se van a producir en el futuro próximo.
- **4 a 5 años:** puede ordenar de 5 a 6 elementos.
- **5 a 7 años:** Es capaz de llevar a cabo un ordenamiento de lo que hace en función de un espacio concreto.
- **7 años:** es capaz de distinguir las acciones que realiza con sus distintos segmentos corporales, los que realiza con respecto a otras personas y con respecto a otro grupo.
- **9 a 12 años:** Es capaz de comprender la relación que existe entre la duración y la velocidad, es decir que a mayor velocidad menor duración y al revés.

¿Cómo se trabaja en los niños?

1º Noción de Tiempo como objetivo: se desprenden dos nociones básicas duración y sucesión.

a) Duración es la experiencia motora en duraciones cortas y largas (mucho y poco). (infantil)

b) Sucesión posibilidades: la individualización motriz y simultaneidad, es adecuado trabajarla por parejas y a partir de los 7 años, mediante circuitos donde se dan una sucesión de acciones idénticas. (Primaria)

2º Utilización del ritmo y de las estructuras rítmicas como objetivo:

El ritmo (el trabajo mediante el ritmo es aplicable a niños menores de 5 años), se basa en tres aspectos y se educan por medio de 3 niveles diferentes:

Duración – Intensidad - Intervalo.

Duración del ritmo: Tiempo que permanece el niño escuchando un estímulo sonoro, sus niveles:

Cómo trabajarlo:

- Experiencia motriz y comprobación visual, (ej.: lanzar balones al aire, contar cuanto tiempo tardan en caer).
- Emisión de sonido y comprobación auditiva (objetivación del tiempo).
- Transcripción grafica se llama materialización del tiempo.

Intensidad del ritmo: Fundamenta los estímulos en fuertes o débiles,

Cómo trabajarlo:

- Experiencia motriz y comprobación visual (Ej.: lanzar balones al aire).
- Emisión de sonido y comprobación auditiva (objetivación del tiempo).

- Transcripción gráfica se llama materialización del tiempo

Intervalo del ritmo: Es la duración del vacío, del silencio.

Se trabaja a partir de experiencia motriz y comprobación visual y auditiva.

La percepción de tiempo con estructuras rítmicas

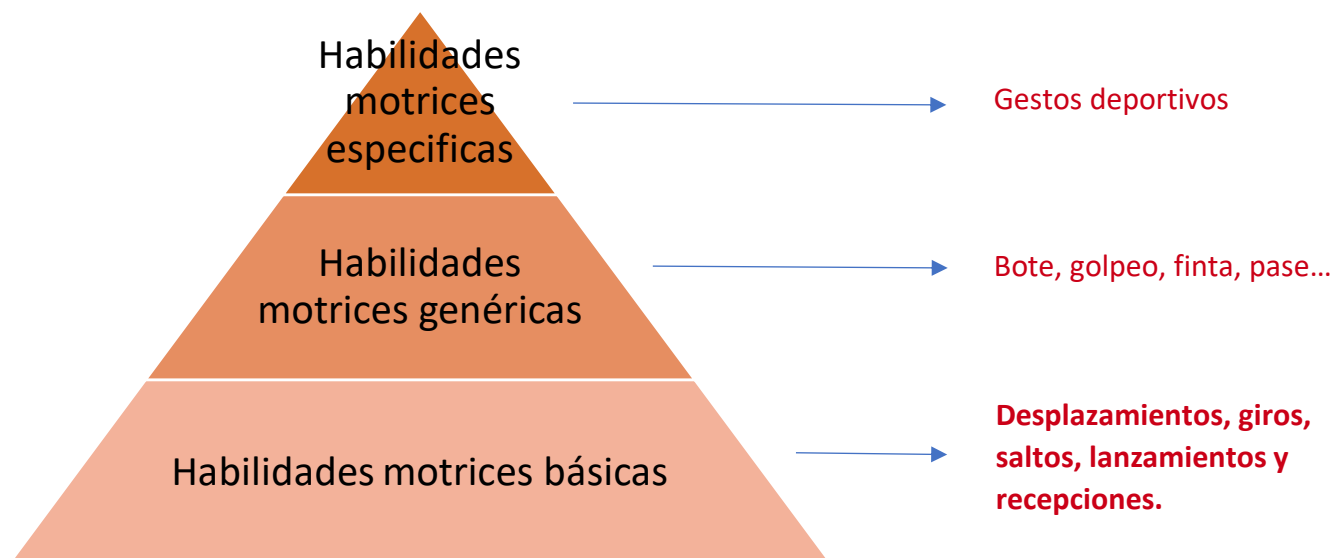
El trabajo mediante estructuras rítmicas se aplica a niños a partir de 4/5 años.

Su trabajo se fundamenta con 3 estructuras diferentes tales como las simétricas, las asimétricas y las indefinidas.

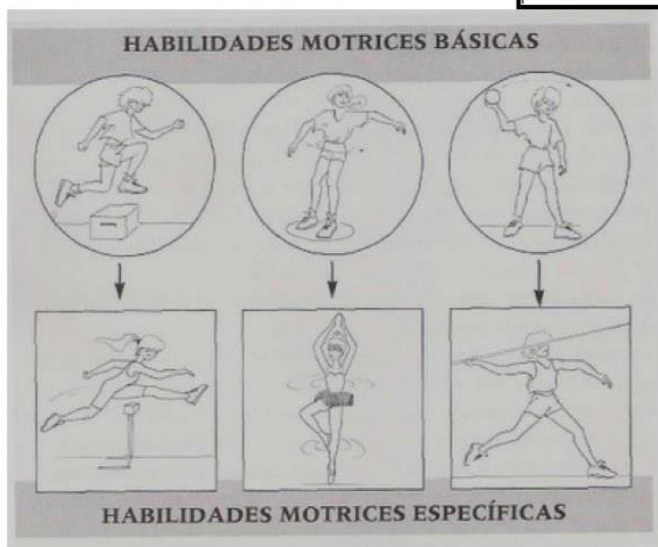
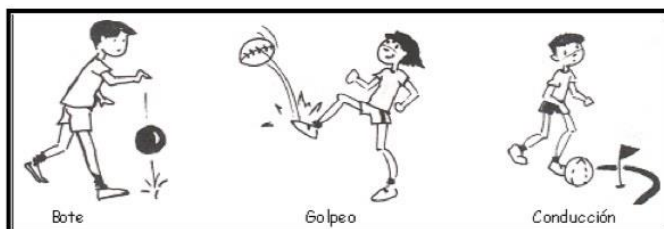
Se trabaja a partir de experiencia motriz y comprobación visual y auditiva.

Tema 3.7: Habilidades motrices básicas

Habilidades motrices básicas



Habilidades genéricas



Diferencia entre habilidades básicas y específicas

Definición

La definición varía dependiendo de los autores: en la mayoría “las habilidades” están relacionadas con el término destreza.

“Conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana implicando a todo el cuerpo y sin exigir una ejecución perfecta teniendo su fundamento en la dotación hereditaria (genética)”

Clasificación

- **Locomotoras:** con desplazamiento: andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, esquivar, caer, trepar, subir, bajar, etc...
- **No locomotoras:** Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio: balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse, etc...
- **De proyección/recepción:** Se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos: recepciones, lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, driblar, etc...

1- Desplazamientos.

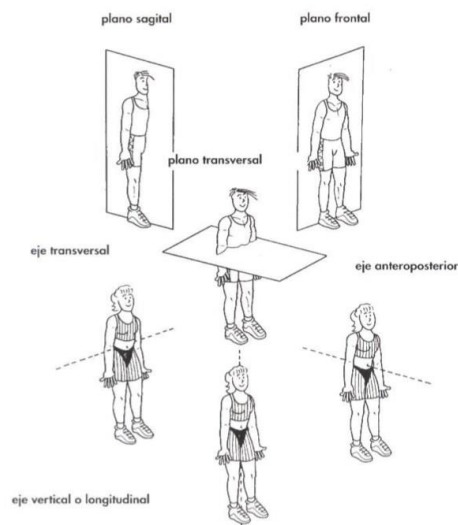
2- Saltos.

3- Giros.

4- Manipulaciones (incluye la motricidad fina).



Planos y Ejes



Tema 3.8: Expresión corporal

¿Qué entendemos como expresión corporal?

La expresión corporal (EC) como disciplina educativa fue elaborada en los 60 por Patricia Stokoe (1929-96).

Hay una gran diferencia en la etapa infantil ya que lo abarca todo.

Es la época en la que el niño empieza “a ser” hasta que tiene la capacidad de expresarse y comunicarse a través del lenguaje verbal.

Los aprendizajes el niño, los realiza en gran medida a través de actividades simbólicas, por medio de las que se expresa, relaciona y comunica con sus iguales y los adultos.

- El juego simbólico en etapas posteriores se considera un contenido más de la E.C. que se localiza en el apartado de representación.
- En Educación Infantil (EI) es el modo y el medio del aprendizaje.
- La EC en EI la conceptuamos como la forma principal de expresión del niño.
- La información que recibe el adulto (del niño) es en gran medida por medio del cuerpo, el contacto, la calidad de la voz o la expresión facial.

Marco legal

También hay que entender la EC como medio de enseñanza globalizadora en los ámbitos de experiencia de la etapa infantil (establecidos en RD 27 junio 2003)

Son un conjunto de contenidos específicos que se desarrollan por separado o dentro de los contenidos específicos de educación física de estas edades.

Los objetivos del profesor, en este contenido práctico son dos: concienciarse de la importancia y aportar ideas para su desarrollo práctico

Objetivos del profesor a lograr en sus alumnos en las actividades de EC.

- Desarrollo global
- Autoconocimiento y autoconfianza
- Base para posteriores aprendizajes expresivos
- Mejorar las capacidades expresivas y comunicativas
- Formar pensamiento crítico contra estereotipos sociales
- Descubrir canales de comunicación y enriquecerlos
- Acercarse a la realidad a través del juego simbólico
- Tomar conciencia de sí mismo
- Promover la capacidad de interpretación
- Seguridad personal
- Disfrutar con actividades rítmico-musicales y dramáticas
- Cooperación y participación en actividades grupales
- Mejora de los procesos de socialización



La EC en el currículo de Educación Infantil

- Tiene que ver con la utilización del cuerpo, como vehículo de expresión de sus actitudes, expresividad, movimientos etc., con intencionalidad comunicativa y representativa.
- Intenta mostrar los estados de ánimo, tensiones, conflictos, el educador utilizará estas formas de expresión y representación apoyándole en sus realizaciones y orientándole en la ejecución.
- Estos contenidos a partir del RD. 828/2003 y 829 de 27 de junio quedan recogidos en las áreas de conocimiento y control del cuerpo.

La EC para diferentes autores (que son referentes)

Para **Schinca**: desarrollo de una serie de factores

- Toma de conciencia del esquema corporal
- Intensificar la capacidad de atención general
- La sensibilidad y la imaginación
- El sentido del ritmo
- El conocimiento de las potencialidades de cada uno
- La percepción espacial
- La percepción temporal
- La orientación
- La lateralidad (cuando sea el momento 6/7 años)
- El equilibrio
- La comunicación y relación con los demás, la conciencia del cuerpo como instrumento de expresión en el espacio y el tiempo

Para **Stokoe**:

- Incrementar la sensopercepción y sensibilidad
- Favorecer la interrelación cuerpo mente
- Incrementar la imaginación y potenciar la creatividad.
- Desarrollo del yo personal
- Mejorar la comunicación y potenciarla

El lenguaje corporal como elemento de desarrollo de la inteligencia motora favorece:

- La creatividad
- La investigación
- La relación
- La interiorización
- La comunicación

La expresión corporal:

- Permite al niño ser protagonista y aprender a ser espectador.
- Es un medio para el desarrollo de otros objetivos de educación física infantil
- Desarrolla la inteligencia motora
- Favorece el aprendizaje cooperativo
- No es excluyente, no se valora lo bien o mal hecho lo importante es hacerlo
- Desarrolla varios aspectos del ser humano (físico, cognitivo y social) entre otros.

Tema 4: Educación física adaptada

Conceptos generales

Discapacidad: “alteración en la posibilidad de ejecutar una acción” (Castellote 2002). Hace falta conocer la discapacidad para poder adaptar las actividades propuestas y realizar una buena práctica.

Adaptación: conjunto de cambios en la actividad con un fin determinado.

La adaptación incluye: Inclusión de dispositivos de ayuda, elementos tecnológicos, enfoques sociológicos, pero son aspectos de la modelación psicomotriz en la persona para la actividad.

Derechos y deberes

La actividad física y deportiva es un derecho para el desarrollo de la persona y en los diferentes contextos de su vida social. En el marco de la discapacidad, la adaptación de la actividad física va a venir condicionada por los cambios que en esta se ejercen denominados necesidades educativas especiales o únicas (unique needs) (Winnick, 1995).

La educación física adaptada es: un programa individualizado, de actividades de desarrollo, ejercicios, juegos, ritmos y deportes designadas para llenar las necesidades únicas de estudiantes, que requieren adaptaciones en la educación física, para obtener su participación satisfactoria en un entorno seguro.

Objetivos y adaptaciones

El objetivo en el contexto escolar: es el desarrollo adecuado, así como la obtención de logros madurativos máximos, para el niño con cualquier discapacidad (Piaget, 1952).

Elementos básicos de las actividades: ejercicios, juegos, materiales, ritmos y deportes. La actividad física adaptada incluirá:

- La programada para niños con retraso en el desarrollo físico y psicomotor.
- Niños en edad preescolar.
- Niños sedentarios.
- Niños con desarrollo bajo en ciertas habilidades (incluyendo en algunos casos a la familia).

Niveles de adaptaciones

Prevención

Superación
de la
discapacidad

Tratamiento
de la misma

Ej.: podemos programar la actividad física para prevenir una escoliosis, para ayudar en su tratamiento o para superar las limitaciones que esta impone.

Necesidades educativas especiales

- Alteraciones cognitivas.
- Visuales.
- Auditivas.
- Motoras.
- Múltiples
- Generada por trastornos múltiples de la personalidad (autismo) etc.

El proceso de integración se establece y planifica a través de los EOEP (equipos de orientación educativa y psicopedagógica).

Atención a la diversidad

Como cada persona es diferente e única, el profesor debe tener en cuenta sus limitaciones en la elaboración de las actividades y de la clase.

Tendrá que realizar actividades más globales, pero teniendo en cuenta en la individualización de ellas.

Hay que trabajar esas adaptaciones (adaptación curricular) desde la integración y la cooperación, atendiendo a aquellos niños que necesiten alguna necesidad educativa especial.

Normas básicas de atención a la diversidad

- Organización del tiempo en el aula y distribución de la puesta en marcha de las actividades propuestas para los alumnos.
- Distribución del tiempo del docente y organización del tiempo dedicado a los juegos destinados a los niños.
- Relación con otros profesionales externos a la escuela.
- Optimización de los recursos existentes en el aula.
- Equipamiento acorde a las necesidades de los niños con NEE.
- Adaptar renovar y actualizar materiales, proveer de ayudas técnicas a las necesidades de los alumnos con NEE.

Déficit motor

Adaptando los materiales, objetos más grandes, espacios donde se realizan las actividades sin barreras.

Materiales adaptados a la discapacidad y haciendo variaciones en los juegos o actividades para buscar siempre la participación de los niños con necesidades educativas especiales con el resto de los niños del aula.

Déficit cognitivo

En este caso se empieza por modificar el aspecto explicativo:

- Las explicaciones serán claras precisas y se utilizará un vocabulario más básico, vocalización pausada y clara.
- Materiales más sencillos y prácticos y habrá variaciones en juegos para promover la integración.

Perseguir siempre el utilizar juegos participativos y no eliminativos.

Déficit visual

Potenciando el resto de los sentidos: tacto, utilizando materiales con texturas y relieves y sonidos siendo guiado por el docente y con ayuda de otros niños para poder participar.

Hay que recordar que muchos niños tienen visión lateral, cuando el profesor explica ponerse cerca y nunca a contraluz.

Integrarle en un subgrupo, pero no con la consideración de diferente.

Déficit auditivo

- Realizar las explicaciones cerca del lado que más audición dispone.
- Garantizar que el canal visual se establece, potenciar el táctil.
- Usar vocabulario sencillo y pronunciar y gesticular con corrección.
- Asegurarse de que lo ha entendido.
- Utilizar el lenguaje corporal y visual con más intensidad.

Otros problemas de aprendizaje motor

Torpeza motora:

Es una expresión acuñada por diferentes autores para mostrar las dificultades que muchos niños tienen para moverse y aprender habilidades físicas. (Cratty, 1969).

El niño con torpeza motora sufre gran número de caídas, tropieza, juega poco con los demás, tiene dificultades para dibujar, copiar, abotonarse una camisa o atarse cordones, coger una pelota, saltar, etc.

Amputación de la extremidad superior:

La bimanualidad, es decir: que el niño desde muy pequeño debe realizar el máximo de actividades, juegos, habilidades motoras etc., con los dos hemisferios, para evitar el desarrollo de escoliosis y otras alteraciones de columna vertebral.

Bibliografía

- Castellote, JM. (2002). *Actividad física adaptada en alteraciones del aprendizaje*. Valencia: Ed. Facultad de ciencias e l' Actividad Física i Esport. Universitat de Valencia.
- *Conferencia Mundial sobre necesidades educativas especiales: acceso y calidad*. Salamanca. Paris, 1994.
- Cratty, BJ. (1969). *Motricidad y psiquismo en educación y deporte*. Valladolid: Miñón.
- Rivière, J. (2000). *Le développement psychomoteur du jeune enfant*. Paris : Solals Eds.
- Piaget, J. (1952). *The origin of intelligence in Children*. New York: International University Press.
- Winnick, J. (1995). *Adapted Physical Educaction and sport 2nd*. New York: Human Kinetics.

Tema 5: Educar en valores

Introducción

Cualquier institución educativa entiende que no puede reducirse a la simple impartición de contenidos, sino que debe desempeñar un papel fundamental en la formación integral de los alumnos. Por tanto, en el marco de los programas educativos se hace necesario el desarrollo de procesos educativos relacionados con aspectos como el respeto a las diferencias, el apoyo mutuo, la amistad, la solidaridad o la búsqueda de intereses comunes. Por tanto, la misión de la escuela en la educación en valores parece indiscutible.

La responsabilidad de la educación en valores tiene que ser compartida por toda la comunidad educativa y eso sin excepción.

Los fines y objetivos del currículo escolar deja muy claro el carácter transversal de la educación en valores. Además, la educación en general, que sea ella formal, no formal o informal, no puede perder de vista el trabajo en valores para el desarrollo integral de los niños.

¿Qué son los valores?

Los valores son ideales abstractos, que expresan las propias creencias sobre cómo deberían comportarse idealmente una persona (Bolívar, 1992). Es la forma en que una persona:

- se ve a sí misma.
- ve a los demás y al mundo.
- lo que la motiva a actuar de una forma o de otra.

Estos valores se adquieren durante el proceso de socialización y comunicación entre las personas (Gaviria y Castejón, 2016). Por lo tanto, cualquier experiencia en la vida, por pequeña e insignificante que parezca, tendrá un impacto en la persona y, en consecuencia, en su carácter.

Se podría relacionar 2 terminos parecidos.

valor y actitud

Una actitud es cualquier sentimiento (positivo o negativo) que tenemos hacia otra persona, situación o incluso una meta (Prat y Soler, 2003). Es la forma en que pensamos sobre lo que sucede a nuestro alrededor y cómo nos relacionamos con el mundo que nos rodea. Y estas actitudes se aprenden y fijan porque se forman en la interacción social (Puig, 1995). Estas actitudes van a dirigir el comportamiento del individuo, de manera un tanto predecible dependiendo de los valores y actitudes que la persona haya incorporado a su vida diaria. Así, estas actitudes pueden ser tanto negativas como positivas, así como comportamientos en consecuencia. En cierta medida, las actitudes (basadas en

valores construidos e incrustados en el proceso de socialización) determinan el lugar de cada persona en una determinada situación (Escámez et al., 2007).

Educar en valores a través de la EF

Jiménez y Durán (2005) identifican la educación física como la mejor forma de trabajar los valores por varias razones:

- Este es una asignatura en el que ocurren muchas interacciones sociales que requieren de cooperación y trabajo en equipo.
- Es una asignatura donde se puede dar situaciones conflictivas que en ocasiones dan lugar a situaciones y opiniones contrapuestas, donde hay que encontrar soluciones satisfactorias por ambas partes.
- Las actividades están desarrolladas para que puedas recopilar mucha información sobre los alumnos (su estado de ánimo, sus pensamientos, reacciones ante conflictos, relaciones con amigos, etc...).
- Es una asignatura diferente que crea motivación adicional en el alumnado.

Además, se practican algunas actividades que generan situaciones estresantes en los estudiantes que los exponen al éxito y al fracaso, la necesidad de un compañero, o de la ayuda mutua.

En muchos sectores de la sociedad, empezando por los medios de comunicación, se acepta que la actividad física y el deporte enseñan valores, pero ¿es esto cierto? ¿La actividad física enseña sus propios valores?

Solo es necesario realizar una búsqueda en la web para encontrar ejemplos que prueban que este no es el caso: peleas entre aficionados rivales, insultos al árbitro, apuestas ilegales y la búsqueda del éxito, dopaje o conductas antideportivas de todo tipo está a la orden del día y se retransmite casi en tiempo real a través de medios y redes sociales. Este hecho no es ajeno a los niños y adolescentes que no dudan en reproducir determinadas conductas que consideran normales.

Immanol Ibarro, seleccionador de España en los Juegos Olímpicos de Río 2016 y la Real Sociedad, recuerda que no es el deporte que tiene valores, sino las personas que lo practican. Así las actividades físicas son una herramienta que facilita situaciones en las que se pueden reforzar los valores positivos. La actividad física y el deporte han decaído moralmente en las últimas décadas, en parte por la ambición de ganar a toda costa (Borras, Palou y Ponseti, 2001), deteriorando su bagaje moral y de liderazgo.

Según Martens (1996), muchos niños y adolescentes abandonan el ejercicio y el deporte pronto. El deporte extraescolar, que debería ser pensado para los niños y jóvenes esta organizado como una actividad orientada para adultos (Cruz et al., 2001), lo que en ocasiones conduce a una fuente incontrolable sobre él por comportamiento violento e inmoral, creando un efecto totalmente contrario a lo que se pretendía originalmente.

El deporte espectáculo en la sociedad, apreciado por los medios de comunicación, las redes sociales y la publicidad, representa al deportista de una manera personal, lo que lo exacerba aún más, alejándolos de los valores fundamentales como cooperación, solidaridad, generosidad o simpatía (Sanchis, 2005).

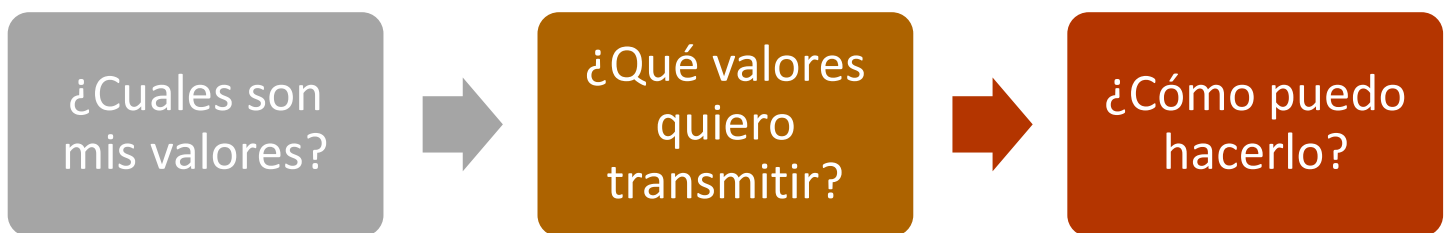
Autores como Escartí, Durán o Jiménez, los más representados en los últimos años en el estudio de la educación en valores en España, señalan que la actividad física en sí no es el problema, sino que está

intencionadamente programada y planificada desde un punto de vista pedagógico, lo que puede ser positivo influenciando en el desarrollo de valores positivos para los estudiantes.

Misión del profesor

El profesor debe sugerir, facilitar o contribuir a crear las condiciones que hagan posible que el alumno acceda al conocimiento de valores por medio de su experiencia.

¿Cómo?



Ideas principales

- Los valores son propios de cada época, de cada sociedad. Las actitudes reflejan los sistemas de valores y creencias de los individuos y las sociedades que, con el uso, producen comportamientos que se convierten en hábitos.
- La actividad física y el deporte son herramientas útiles para la enseñanza de valores, pero su eficacia dependerá del tratamiento propositivo y coherente de la educación.
- En los últimos años se han realizado una serie de propuestas para educar en valores el uso del ejercicio, el deporte y el movimiento en general.

Bibliografía

- Bolívar, A. (1992). *Los contenidos actitudinales en el currículo de la reforma. Problemas y propuestas*. Madrid, Escuela Española.
- Borrás, A., Palou, P. y Ponseti, F.X. (2001). *Evaluación del fairplay y conductas violentas durante la práctica deportiva de estudiantes de magisterio en educación física*. En J.F. Campos, S. Llanas y R. Aranda (Coors.), *Nuevas aportaciones al estudio de la actividad física y el deporte*. II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 509-516. Valencia: Marí Montañana
- Cruz, J., Boixadós, M., Valiente, L. y Torregrosa, M. (2001). *¿Se pierde el fairplay y la deportividad en el deporte en edad escolar?*. *Apunts*, 64, 6-16.

- Escámez, J., García, R., Pérez, C. y Llopis, J.A. (2007). *El aprendizaje de valores y actitudes: teoría y práctica*. Octaedro.
- Gaviria, F. y Castejón, J. (2016). *Desarrollo de valores y actitudes a través de la clase de educación física*. *Movimiento*, 22(1), 251-262.
- Jiménez Martín, Pedro Jesús; Durán González, Luis Javier. (2005). *Actividad física y deporte en jóvenes en riesgo: educación en valores*. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(80), 13-19.
- Martens, R. (1996). *Turning kids on to physical activity lifetime*. *Quest*, 48(3), 303-310.
- Prat, M. y Soler, S. (2003). *Actitudes, valores y normas en la educación física y el deporte*. Inde publicaciones.
- Puig, J. (1995). *La educación moral en la enseñanza obligatoria*. Barcelona: Horsori.
- Sanchís. (2005). *Educación a través del deporte* / coord. por Francisco Javier Giménez Fuentes-Guerra, Pedro Sáenz-López Buñuel, Manuel Díaz Trillo, págs. 23-32

Tema 6: El juego

Orígenes del juego

MESOPOTAMIA

- Juego Real de Ur 2600 antes C.



- Canicas, dados y juegos como el dominó

- Juego del Senté (similar al ajedrez) Tanto de Egipto que de Mesopotamia



EGIPTO Y ANTIGUA CHINA

- Muñecas de trapo, marionetas, arcos y canicas



- Pelotas



Época Clásica

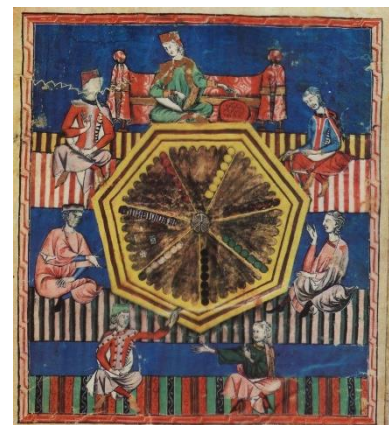
Platón recomienda que los niños de entre 3 y 6 años jueguen en la plaza y Quintiliano es el primero que lo aconseja como elemento motivador en la educación.

Entre los juguetes de la época: Pelotas de cuero, canicas, muñecas, columpios. También hay los JJOO (Grecia), los circos, teatros y anfiteatros (Roma) pero, la definición es distinta.

Época Medieval

Es una época oscura, en la que no se tiene una concepción del juego positiva, por lo que muchos desaparecen. Los juegos son limitados a los nobles.

“El libro de los juegos” de Alfonso X El Sabio es el primer tratado de juegos de la literatura europea.

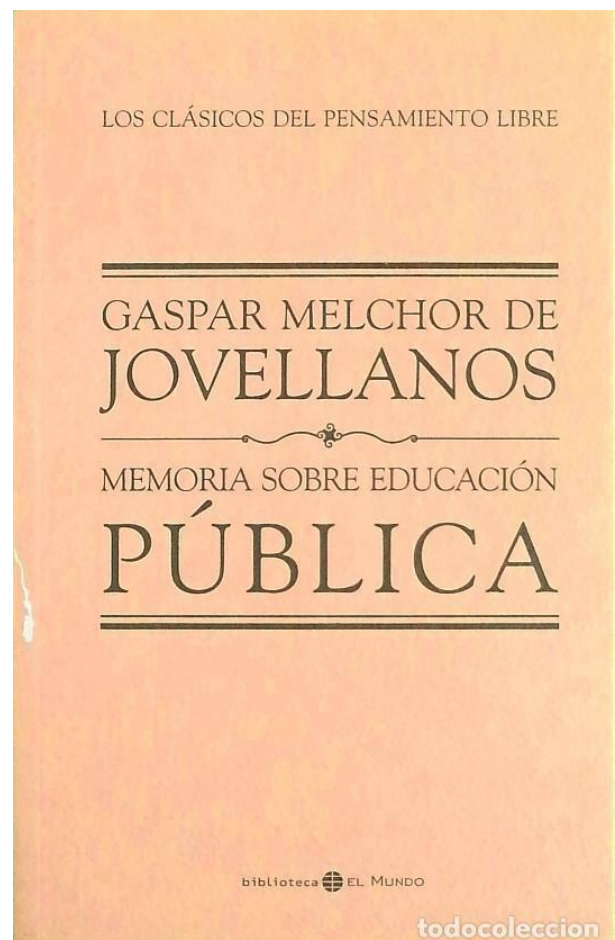
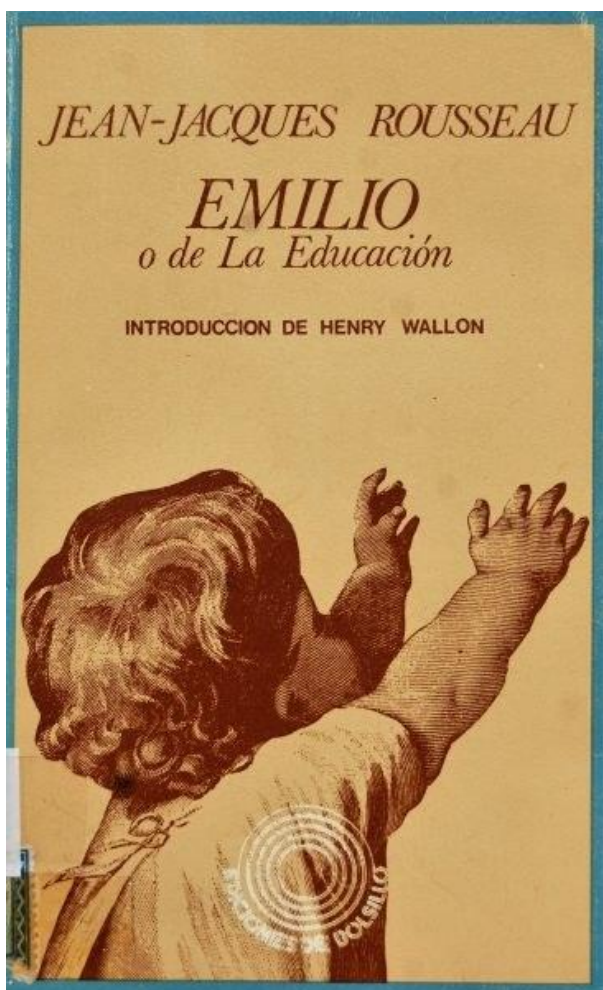
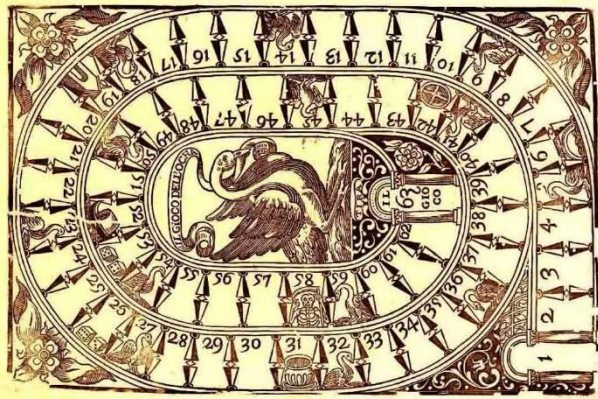


Época Moderna

Con la llegada del renacimiento hay un cambio de mentalidad. El juego recupera importancia.

S. XVII: Pensamiento pedagógico moderno incluye el juego como facilitador del aprendizaje (Juego de la Oca, Juegos instructivos)

S. XVIII: Aceptación del juego como instrumento pedagógico (Rousseau, Jovellanos).



Época Contemporánea

En el S. XIX aparecen las primeras teorías formales sobre el juego y las principales escuelas pedagógicas: Freud, Pestalozzi, Fröbel, Decroly y Montessori.

Aparecen gran variedad de juguetes, pero los niños tienen poco tiempo para jugar, ya que estamos en la era de la industrialización moderna.



Ilustración 10: Montessori

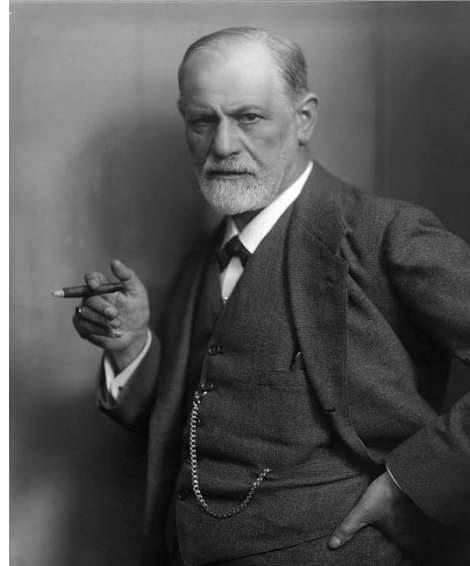


Ilustración 11: Freud



Ilustración 12: Decroly

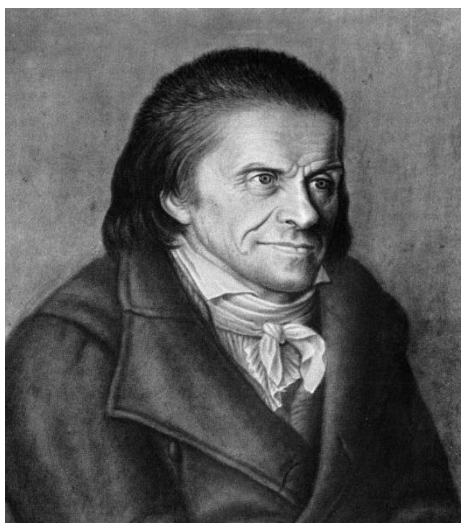


Ilustración 13: Pestalozzi

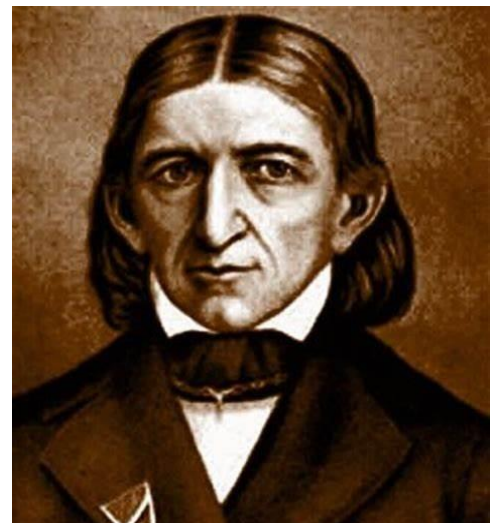


Ilustración 14: Fröbel

Siglo XX

Piaget: Teoría Psicoevolutiva (Para más información: [La Teoría del Aprendizaje de Jean Piaget \(psicologiaymente.com\)](http://psicologiaymente.com))

Huizinga: Teoría Culturalista (para más información: [El juego resumen de postulados de Johan Huizinga "Esencia y significado" \(literarysomnia.com\)](http://literarysomnia.com))

Vigotsky: Teoría Sociocultural (para más información: [La Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky \(psicologiaymente.com\)](http://psicologiaymente.com))



Ilustración 15: Huizinga



Ilustración 16: Piaget



Ilustración 17: Vigotsky

Definición

Etimológicamente juego viene de locus (ligero, frívolo, pasatiempo) y Ludus (acto de jugar).

Según la RAE juego: “Todo acto realizado con ligereza, facilidad y falta de seriedad”.

Según el Diccionario de las Ciencias de la Educación: “Actividad lúdica que comporta un fin en sí mismo, aunque en ocasiones de se realice con un motivo extrínseco”

“Actividad u ocupación voluntaria, que se realiza dentro de unos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tiene su objetivo en sí mismo y que se acompaña de sentimientos de tensión y alegría”, Huizinga (1949).

Características

- Actividad pura sin finalidad exterior.
- Natural y espontánea, no necesita aprendizaje.
- Placentera: sentimiento de placer mediante la actividad del juego.

Diferencias de juegos

Juego infantil:

- Actividad biológica
- Actividades de presencia cuantitativa en tiempo.
- Actividades con finalidad en sí mismos.
- Actividades esenciales para el desarrollo integral del niño.

Juego adulto:

- Actividad secundaria.
- Actividades cuantitativas marginales en tiempo.
- Actividades con fin exterior (finalidad recreativa y compensatoria).
- Actividades secundarias prescindibles.

¿Cuál es la diferencia entre un juego y un deporte?

La principal diferencia entre el juego y el deporte es que este último tiene un propósito competitivo, mientras que el juego está hecho solo para el entretenimiento.

En cuanto a las reglas, en los deportes son muy estrictas y se rigen por normas oficiales, mientras que en los juegos de azar las reglas pueden no estar establecidas o pueden estar acordadas por los jugadores. Lo mismo sucede con los puntos. En el deporte se cuenta de forma oficial según reglas y en el juego se acuerdan entre los participantes.

Por otro lado, para practicar un deporte, una persona debe entrenar específicamente para obtener buenos resultados, es decir, practicar movimientos artísticos y estar preparado física y mentalmente. En el juego no hay un escenario específico y cualquiera puede participar en cualquier momento.

Finalmente, en cuanto a las instalaciones deportivas, están bien establecidas y organizadas, mientras que el juego puede desarrollarse en cualquier lugar.

El Juego es una “actividad motriz lúdica de corta duración, con reglas simples que moviliza las capacidades del niño sin grandes exigencias físicas ni complejidades técnicas” (García-Fogeda, 1987).

El Deporte, por el contrario, es una “actividad motriz lúdica de larga duración, con reglas complicadas que moviliza las capacidades del niño agonísticamente y utiliza destrezas y tácticas complejas” (García-Fogeda, 1987).

Entre uno y otro encontramos: **Predeporte Y Deportes Modificados**

Clasificaciones

Según D. Blázquez - 1980

1. **Energético funcionales:** juegos muy activos, activos, de intensidad media y de poca intensidad.
2. **Según el grado de intervención:** Juegos de eliminación progresiva, de participación total, parcial determinada, participación total e intervención libre determinada.
3. **En función del tipo de movimiento:** Juegos de marcha, de carrera, de saltos, de lanzamiento, de lucha, de equilibrio, de coordinación, sensoriales.
4. **En función del efecto a conseguir:**
 - *Sensoriales:* visuales, auditivos, táctiles, de gusto y olfato, de orientación.
 - *Motores:* coordinación, velocidad de reacción, locomoción, saltos, de equilibrio, lanzamientos,
 - De desarrollo anatómico, orgánico y gestuales.
5. **En función de la dificultad:** juegos que suponen dominio del cuerpo, desplazamientos, dominio de un objeto, relaciones de colaboración y oposición.
6. **Dimensión social:** Juegos individuales, de grupo, de equipo

Según J. Piaget - 1961

Según el desarrollo evolutivo del niño:

1. **Juego Sensoriomotor:** 0-2 para ejercitarse las HMB y comprobar la consecuencia de sus acciones. Ejemplo: Tirar un objeto
2. **Juego Simbólico:** 2-6 Juego de imitación. Imaginan que son otras personas y utilizan las cosas como si fueran otras. Transforman el mundo exterior según sus deseos.
3. **Juego Reglado:** 6-12 Periodo de las operaciones concretas. Ya entienden los puntos de vistas de los demás y los consideran necesarios. (Normas para jugar)

Según Wehman - 1977

Clasificación del Juego con juguete:

1. Juego Exploratorio
2. Juego Independiente.
3. Juego Simbólico.
4. Juego Paralelo.
5. Juego Asociativo.
6. Juego Cooperativo o social.

El juego como actividad de enseñanza-aprendizaje

Todos los juegos se consideran como actividades de enseñanza-aprendizaje en todas los ambitos, pero en EF es donde más uso se hace ya que posibilita:

- Interactuar con otras personas.
- Explorar y experimentar sus posibilidades y limitaciones.
- Permite el desarrollo de Capacidades adaptativas, cognitivas, socioafectivas y motrices.

El valor educativo del juego se puede medir considerando su calidad como medio que favorece el desarrollo general de un individuo.

Cuando los niños juegan, reaccionan a los estímulos que les da el propio juego: experimentan, exploran, dan respuestas correctas o incorrectas, se comparan con sus compañeros, y así se enriquecen a nivel motor.

El desarrollo intelectual que incluye múltiples respuestas a los estímulos presentados se vuelve más complejo a medida que se desarrolla el individuo.

Progresión:

Juego espontáneo -----> Juego dirigido

Juego Simple -----> Juego complejo

Juego complejo -----> Deporte

Consideraciones metodológicas

- Considerar el Juego como algo voluntario.
- Proponer gran variedad de juegos donde se valoren aptitudes físicas, intelectuales y sociales.
- Juegos que no afecten a la integridad física, psicológica y afectiva.
- No buscar en el Juego un rendimiento o resultado final.
- El éxito de un Juego está en la forma de organizarlos:

1) Preparación: Seleccionamos Juegos en función de los alumnos, objetivos y recursos con los que contamos.

2) Ejecución:

- Formamos grupos homogéneos.
- Diferenciamos los equipos.
- Participación activa de todos los alumnos.
- Comprensión de reglas.
- Delegar progresivamente la organización a los alumnos.
- Información de todos los resultados.
- Práctica progresiva de Juegos más complejos.
- Se realizarán pausas para reestructurar mejor los grupos.

Bibliografía

- Blázquez, D. (1980). *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Editorial Martinez Roca.
- Cratty, B. (1981). *Juegos didácticos activos*. México: Editorial Pax.
- García-Fogeda. (1987). *El juego predeportivo en la educación física y el deporte*. Madrid: Editorial Augusto Pila.
- Huizinga. (1949). *Homoludens*. London: Routledge.
- Parlebas, P. (1986). *Elements de sociologie du sport*. Paris : Editorial Puf Juin.
- Piaget, J. (1961). *Formación del símbolo en el niño: imitación, juego y sueño. Imagen y representación*. Madrid: S.L. Fondo de cultura económica de España.

Tema 7: Competencias, Objetivos y Contenidos

¿Por qué enseñar? ¿Qué enseñar?

Competencias claves

Representan un grupo de conocimientos, habilidades y actitudes, valores éticos y emociones; que deben ser desarrolladas al finalizar la escolarización obligatoria. “Se consideran como imprescindibles para que el alumno pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales” (Real Decreto 95/2022).

Son 8:

1. Comunicación lingüística
2. Plurilingüe
3. Matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería
4. Digital
5. Personal, social y de aprender a aprender
6. Ciudadana
7. Emprendedora
8. Conciencia y expresión culturales

Las competencias claves son el final imprescindible de la educación obligatoria que cada alumno tiene que alcanzar, si o si al terminar su escolaridad, para ser un ciudadano libre.

Objetivos

¿Cómo se alcanza esas competencias claves? A través de los objetivos de cada etapa educativa.

Definición

“Se considera como finalidad de una acción.” Es una meta, un fin por alcanzar. (RAE)

- Logro que el alumno debe alcanzar al finalizar un proceso educativo como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje intencionalmente planificadas a tal fin.
- El objetivo orienta la acción educativa y además le da un significado.
- Estrechamente vinculado con competencias y con resultados de aprendizaje.
- No confundir con contenidos/temario, bibliografía y con actividades de enseñanza/aprendizaje.

Utilidad

Los objetivos ayudan al profesor a:

- Conocer lo que quiere conseguir de sus alumnos.
- Elegir los contenidos más apropiados.
- Aplicar la metodología más eficaz.
- Desarrollar la evaluación más motivante.

Niveles de concreción

Primer nivel – Administración Educativa = Currículo oficial * (Objetivos de Etapa).

Segundo nivel – Centro Educativo = Proyecto Educativo (Objetivos de Ciclo).

Tercer nivel – Profesor = Programaciones y unidades didácticas (Objetivos Didácticos).

Tipos de objetivos

Por su nivel de abstracción:

- *De Etapa:*

Logros que se espera que el alumno haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias claves (Real Decreto, 95/2022)

Ejemplo:

“Conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.”

- *De Ciclo:*

Aluden a los aprendizajes concretos que deben alcanzar al finalizar el ciclo. Los elabora el Centro (Proyecto Educativo).

Ejemplo:

“Participar en juegos y actividades respetando las reglas y a los demás compañeros”.

- *Objetivos Didácticos O Específicos:*

Persiguen la consecución de habilidades concretas. Explica el tipo y grado de aprendizaje que los alumnos han de alcanzar. Los elabora el profesor para la programación y unidades didácticas. Distinguimos 3 tipos: específicos de UDD, de sesión y de actividad.

Ejemplo general:

- De UDD: “Desarrollar el esquema corporal”.
- De sesión: “Identificar las partes del cuerpo.”

- De actividad: “Identificar las partes del cuerpo en un compañero con los ojos tapados.”
- *Obj Operativo: “Tocar las rodillas del compañero”

- *Objetivos Operativos (de enseñanza explícitos)*

Expresan el resultado final esperado del alumno. • Identifican las actividades de evaluación. Los establece el profesor. Se desarrollan mediante las actividades.

Ejemplo:

“Lanzar una pelota al aire y cogerla con las manos sin que toque el suelo.”

Por su nivel de exigencia: (solo para objetivos Operativos)

- Mínimos: los que todo el grupo deben conseguir.
- Optativos: los que ofreces no obligatorios.
- De ampliación: los que ofreces a los alumnos más avanzados.

Por su nivel de temporalización:

- A largo plazo: objetivos generales (Etapas, Ciclos, Competencias).
- A medio plazo: objetivos específicos (Didácticos).
- A corto plazo: objetivos operativos.

Áreas de contenidos

“Conjunto de deberes o formas culturales cuya asimilación y apropiación por los alumnos se considera esencial para su desarrollo y socialización.”

(Coll. 1992)

“Son los conocimientos identificados por el alumno y adquiridos después de múltiples y variadas experiencias.”

(Klein. 2000)

“Organizan la acción educativa del profesor precisando lo que tiene que enseñar.”

(Hebrard A. 1986)

Es decir que tiene que ser “lo que el alumno tiene que apropiarse para conseguir y entender sus acciones.”

(Marsenach J. 1991)

Elemento del currículo que constituye el objeto directo de aprendizaje para los alumnos, el medio imprescindible para conseguir el desarrollo de capacidades.

La LOMLOE, distingue 3 áreas de trabajo, que forman el conjunto de contenido que tiene que abordarse en educación infantil.

- Área 1: Crecimiento en armonía
- Área 2: Descubrimiento y exploración del entorno.
- Área 3: Comunicación y representación de la realidad.

Cada área esta a su vez dividida en **competencias específicas** que hay que alcanzar al terminar la etapa de educación infantil.

Ej. Área 1:

- Progresar en el conocimiento y control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera segura, para construir su imagen.

Para alcanzar a su vez cada una de las competencias específicas, se define unos **saberes básicos** que en realidad son los contenidos reales de la educación infantil.

La LOMLOE (Real Decreto 95/2022) distingue y recoge 3 dimensiones en los contenidos:

- Dimensión cognitiva: Conocimientos (Elaboración o representación de ideas generales abstractas: símbolos, fenómenos, datos, hechos, etc.).
- Dimensión instrumental: Destrezas (Contenido del currículo referido a una serie ordenada de acciones que se orienta al logro de un fin o meta determinado: destrezas, técnicas y estrategias).
- Dimensión actitudinal: Actitudes (Contenido del currículo referido a la tendencia o disposición adquirida y relativamente duradera a evaluar de un modo determinado un objeto, persona, suceso o situación y a actuar en consonancia con dicha evaluación: Valores y normas).

Ej. Saberes básicos: Bloque A: el cuerpo y el control progresivo del mismo.

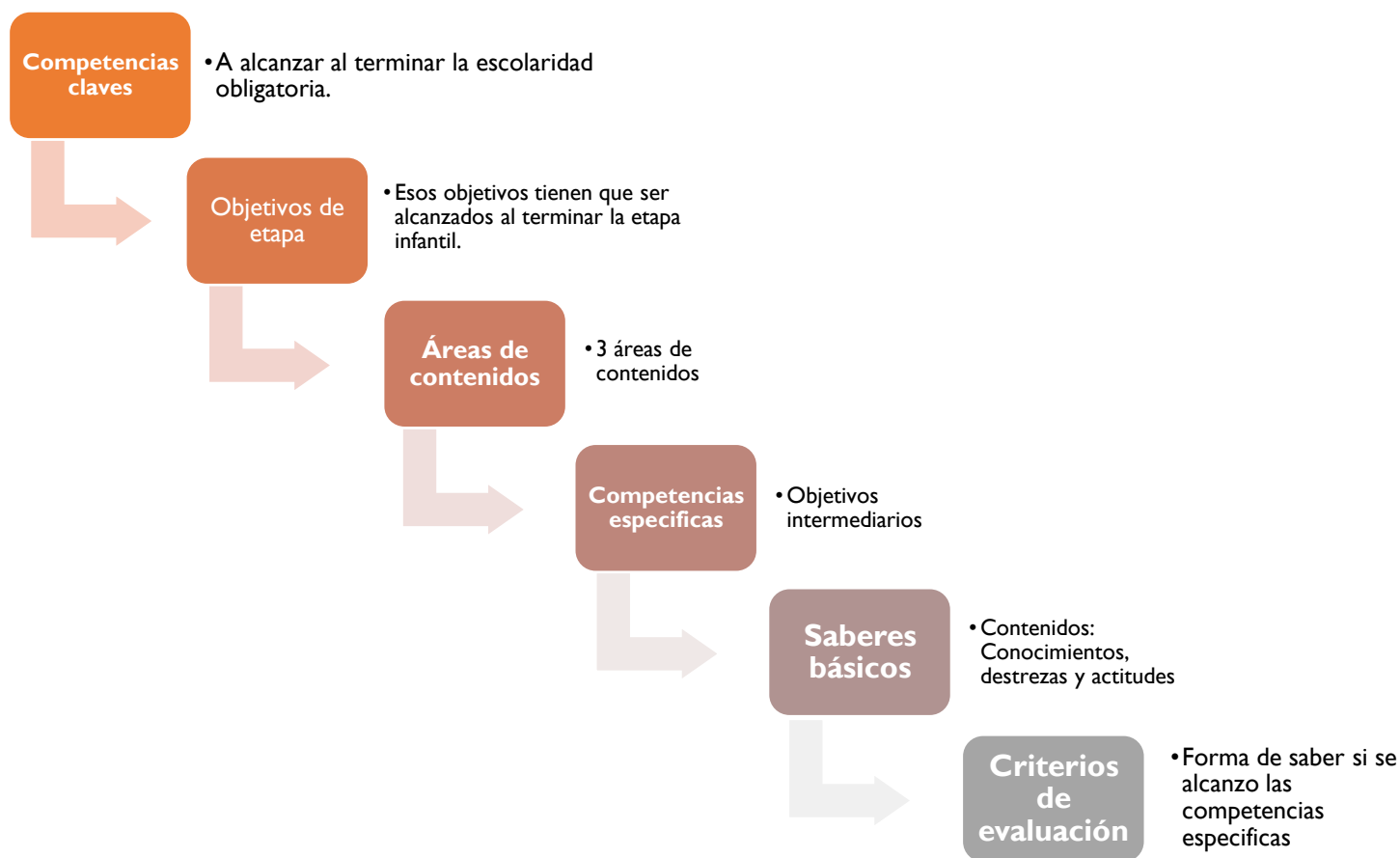
- Descubrimiento y reconocimiento de la propia imagen y de la de las personas de su entorno. Identificación y respeto de las diferencias.

Contenidos en Educación Infantil

Se puede agrupar los contenidos de EF en los siguientes bloques, que aparecen en las diferentes áreas de conocimiento de la educación infantil.

- Esquema corporal (incluye lateralidad y equilibrio)
- Percepción espaciotemporal (incluye la expresión corporal)
- Coordinación (incluye la iniciación de las habilidades motrices básicas)
- Discriminación sensorial
- Actitud: responsabilidad, participación, aceptación, respeto, cooperación...

Resumen en esquema



Bibliografía

- Coll C. (1992). *Psicología y Currículum*. Barcelona: Ed. Lana.
- Hebrard A. (1986). *EF, reflexiones y perspectivas*. Paris: EPS.
- Klein G. (2000). *Une affaire de discipline*. Paris : Revue française de pédagogie.
- Marsenach J. (1991). *EF, que enseñanza?* Paris: INRP.
- Real decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil.
- Decreto 36/2022, de 8 de junio, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación infantil.

Tema 8.1: Metodología – Estilos de enseñanza

¿Cómo enseñar?

Clarificación de conceptos

Estilo de enseñanza

Es la interacción entre el profesor y el alumno.

“Manera relativamente estable, en que el profesor de manera reflexiva adapta su enseñanza al contexto, los objetivos, el contenido y los alumnos, interaccionando mutuamente y adaptando las decisiones al momento concreto de la enseñanza y aprendizaje de sus alumnos”. (Delgado, 1991).

Es la forma peculiar que tiene cada profesor de elaborar el programa, aplicar el método, organizar la clase y relacionarse con los alumnos; es decir, “es el modo de llevar la clase” Es como un sello de personalidad.

Los estilos de enseñanza muestran cómo se desarrolla la interacción profesor alumno, en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Técnica de enseñanza

Es la forma de transmitir la información al alumnado, el tipo de comunicación entre el emisor (profe) y el receptor (alumno).

Estrategias pedagógicas o de prácticas

Arte de dirigir las operaciones de la enseñanza (forma de adaptación a la enseñanza). Es el modo en el que se presenta una tarea. Se puede presentar de forma analítico o de forma más global.

Recursos didácticos

Son materiales utilizados para poner en marcha las estrategias, técnicas y estilos de enseñanza. Son los materiales que permiten la transmisión de los contenidos.

Estilos de enseñanza

Consideraciones sobre los estilos de enseñanza

- Según Muska Mosston no hay ningún estilo de enseñanza que pueda considerarse el mejor. Cada estilo tiene su importancia.
- No pueden ser generalizables con la seguridad de alcanzar los mejores resultados.



- Se ha de adaptar al profesor, a los alumnos y a las interacciones.
- El profesor eficaz debe dominar diferentes estilos de enseñanza y deberá aplicarlos según un análisis previo de la situación.

¿En qué basarse para elegir un estilo de enseñanza?

1. Pensar siempre en la relación enseñanza-aprendizaje-objetivos.
2. Pensar en las características de las actividades que se hayan diseñado.
3. Pensar en el comportamiento que deseamos que desarrolle el alumno.

Clasificación según Muska Mosston

Estilos tradicionales

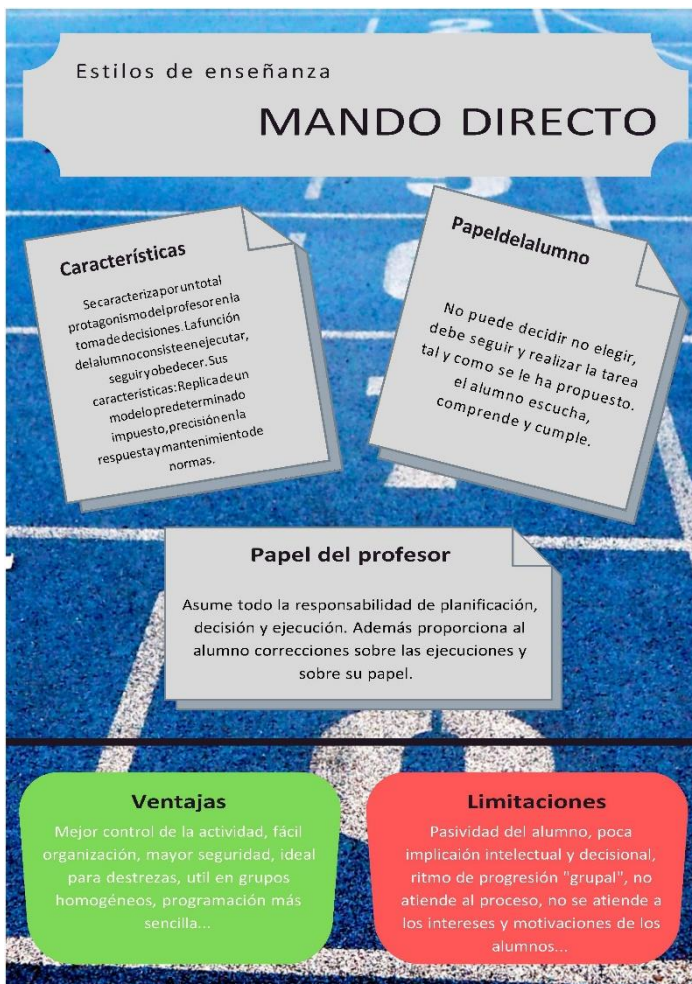


Ilustración 18: Mando directo, creación propia



Ilustración 19: Asignación de tareas - Creación propia

Estilos cognitivos



Ilustración 20: Descubrimiento guiado - Creación propia



Ilustración 21: Resolución de problemas - Creación propia

Estilos de enseñanza

CREATIVIDAD

Características

el alumno inicia su experiencia de aprendizaje, la diseña, la ejecuta y la evalúa. El alumno decide como utilizar el profesor. El profesor por su parte acepta las decisiones del alumno y proporciona las condiciones generales para los planes del alumno.

Papel del alumno

Control total.

Papel del profesor

Solo participa en la medida que se lo permite el alumno.

Ventajas

Responsabilidad del alumno en la toma de decisiones. El profesor esta cerca de los alumnos y da conocimiento de resultados a todos.

Limitaciones

Posibles problemas organizativos, menor control de la clase, posible evasión de los alumnos no motivados...

Ilustración 22: Creatividad - Creación propia

Estilos participativos

Estilos de enseñanza

ENSEÑANZA RECÍPROCA

Características
Se debe trabajar por pareja. Permite tener repetidas oportunidades para practicar la tarea con un observador personal. Se debe practicar la tarea bajo condiciones de feedback inmediato proporcionado por el compañero observador. Permite una práctica de la tarea aunque el profesor no proporcione feedback, ni sepa cuando los errores han sido corregidos.

Papel del alumno
Asume las responsabilidades de decisión, Ejecución y evaluación del ejecutante quien hace la tarea. El observador compara el trabajo del ejecutante con criterios facilitados por el profesor y ofrece feedback al ejecutante.

Papel del profesor
Organiza a los observadores. Les proporciona información sobre los feedback y contesta sus preguntas. Solo se comunica con los observadores.

Ventajas
Responsabilidad del alumno en la toma de decisiones. Se asigna diferentes papeles a los alumnos (ejecutante y observador). Trabajo en autonomía.

Limitaciones
Posibles problemas organizativos, mayor evasión del alumnado no motivado, menor control de clase, el profesor se tiene que dividir entre los diferentes observadores...

Ilustración 23: Enseñanza recíproca - Creación propia

Estilos de enseñanza

GRUPOS REDUCIDOS

Características
Se debe trabajar de 3 hasta 5 personas. Permite tener repetidas oportunidades para practicar la tarea con uno o varios observadores personales. Se debe practicar la tarea bajo condiciones de feedback inmediato proporcionado por el o los compañeros observadores. Permite una práctica de la tarea aunque el profesor no proporcione feedback, ni sepa cuando los errores han sido corregidos.

Papel del alumno
Asume las responsabilidades de decisión, Ejecución y evaluación del ejecutante quien hace la tarea. El observador compara el trabajo del ejecutante con criterios facilitados por el profesor y ofrece feedback al ejecutante.

Papel del profesor
Organiza a los observadores. Les proporciona información sobre los feedback y contesta sus preguntas. Solo se comunica con los observadores.

Ventajas
Responsabilidad del alumno en la toma de decisiones. Se asigna diferentes papeles a los alumnos (ejecutante y observador). Trabajo en autonomía.

Limitaciones
Posibles problemas organizativos, mayor evasión del alumnado no motivado, menor control de clase, el profesor se tiene que dividir entre los diferentes observadores...

Ilustración 24: Grupos reducidos - Creación propia

Estilos de enseñanza

PROGRAMAS INDIVIDUALES

Características

El alumno diseña, desarrolla y ejecuta una serie de tareas organizadas dentro de un programa individual. El profesor decide el contenido y el tema general a tratar.

Papel del alumno

Control total salvo el área temática: Selección, planificación, organización, ejecución y valoración.

Papel del profesor

Preselección del área temática, observación y escucha pasiva.

Ventajas

Estilo de enseñanza muy interesante en EF para alumnos con necesidades educativas especiales.

Limitaciones

Estilo de enseñanza más adecuado para otras áreas y no tanto para EF.

Ilustración 25: Programas individuales - Creación propia

Enseñanza Masiva

Características:

- Ideal para grupos homogéneos.
- Posición del profesor muy destacada.
- Atención del alumno centrada en el profesor.
- Actuación del alumno según una secuencia fija predeterminada.
- Ritmo de progresión grupal: (si alguien progresa más lentamente deberá practicar y esforzarse fuera del aula)

Problemas metodológicos:

- No motivación de los alumnos que están por encima o por debajo de la media del grupo.
- No desarrollo de la toma de decisiones en los alumnos.
- Dificultad en dar una información inicial y un conocimiento de resultados.
- Escasa interacción entre los alumnos entre sí y entre los alumnos y el profesor.

Enseñanza individualizada

Características:

- Ideal para grupos heterogéneos.
- Posición del profesor indiferenciada dentro del grupo.
- Atención del alumno centrada en la realización de la tarea.
- Actuación del alumno según una secuencia variable.
- Ritmo de progresión individual (aumenta el máximo nivel individual e indirectamente mejora el nivel del grupo).

Problemas metodológicos:

- Adaptación del profesor a los diferentes grupos.
- Tiempo de práctica limitado.
- Mayor necesidad de recursos materiales.
- Diversificación de objetivos.

Es la forma de ejecutar la habilidad motriz que se aprende.

“El sentido común dicta al profesor de educación física como deben practicar sus alumnos”

(Singer, 1980).

Estrategia práctica global

GLOBAL PURA:

- Ejecución en su totalidad de la tarea propuesta.
- Aconsejable para tareas simples o complejas no difíciles.

GLOBAL CON POLARIZACIÓN DE LA ATENCIÓN:

- La tarea se realiza completa, pero señalando aspectos concretos para centrar la atención del alumno en ellos.

GLOBAL CON MODIFICACIÓN DE LA SITUACIÓN REAL:

- Se modifican las condiciones de ejecución que a veces configuran la secuencia de una progresión, para disminuir la complejidad o el riesgo.

Estrategia práctica analítica

ANALÍTICA PURA:

- La ejecución comienza por la parte que el profesor considera más importante.
- Se utiliza para el perfeccionamiento específico de alguna parte.

ANALÍTICA SECUENCIAL:

- La tarea se descompone en partes y se va ejecutando de la primera a la última independientemente.

ANALÍTICA PROGRESIVA:

- La ejecución se realiza añadiendo a la primera secuencia la segunda y así sucesivamente.
- Es la que más se usa en la enseñanza.

- Delgado M. A. (1991). *Hacia una clarificación conceptual de los términos didácticos de la Educación Física y el Deporte*. Revista de Educación Física, Renovación de la Teoría y la Práctica, No 40, Número especial.
- Mosston M. y Ashworth S. (1993). *La enseñanza de la Educación Física, La reforma de los Estilos de Enseñanza*. Barcelona: Hispano Europea.
- Pierón M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Madrid: Inde.
- Ruiz L.M., Navarro F., Gutiérrez M., Graupera J.L., y Linaza J.L. (2001). *Desarrollo, Comportamiento Motor y Deporte*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Sánchez Bañuelos F. (1984). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Ed. Gymnos.
- Sánchez Bañuelos F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid: Ed. Biblioteca Nueva.

Tema 8.2: Metodología – Interacciones didácticas

Organización-control o formas de organizar la clase

Organización:

Es un factor metodológico cuyo objetivo es:

- Facilitar las condiciones de enseñanza y de aprendizaje.
- Ofrecer a los alumnos las máximas posibilidades de participación.
- Buscar las mejores condiciones de seguridad.



Organización formal



El profesor dispone el grupo. El alumno no toma decisiones de situación espacial.

Ventajas:

- Permite la práctica simultánea de todos los alumnos.
- Mayor control de la actividad y de los alumnos.
- La detección más rápida en los fallos de ejecución.

Inconvenientes:

- Limita la libertad de evolución de los alumnos.
- No propicia la interacción profesor-alumno ni alumno-alumno.

Organización semiformal

El profesor realiza grupos dentro del grupo

Ventajas:

- Permite una visión general de todo el grupo.
- Mayor facilidad para dar la Información Inicial y el Criterio de realización.
- Hay mayor posibilidad de interacción. (Se puede dedicar más tiempo al grupo que más lo necesite).

Inconvenientes:

- Interferencias entre los alumnos por problemas de espacio.
- Mayor posibilidad de descontrol.



Organización informal



El profesor propone realización de grupos. Los alumnos eligen con quien formar grupos

Ventajas:

- Mayor libertad de toma de decisiones por el alumno.
- Mayor posibilidad de interacción alumno-alumno.

Inconvenientes:

- Aumentan los problemas de control de la actividad y de los alumnos.
- Mayor atención por parte del profesor.
- Interferencias cuando existen interacciones negativas.

Para mejorar la organización...

- Analizar el tipo de actividades a enseñar.
- Analizar el grupo de clase.
- Programar la organización, evitando muchas variaciones en una misma clase.
- Reducir el tiempo empleado en la organización.
- Utilizar formas de organización establecidas de antes.
- Otorgar a los alumnos responsabilidad organizativa.
- Establecer normas de utilización y mantenimiento del material.

Hay que controlar el alumnado.

"Un buen control asegura el trabajo adecuado en clase y por consecuencia, el alcance de los objetivos fijados". Pieron, 1992.

El control del alumno se consigue si este tiene:

- **Actitud positiva** hacia la asignatura.
- **Gran implicación** hacia la actividad.

El profesor por lo tanto tiene que tener la capacidad para:

- Captar y mantener la atención del alumno.
- Señalar la importancia del tema.
- Establecer relación con la utilización de la actividad a corto, medio y largo plazo.
- Fijar una meta próxima.
- Reconocer el esfuerzo realizado.
- Provocar o asombrar a los alumnos.
- Favorecer el feedback.

¿Cómo favorecer y facilitar el feedback?

- Favorecer el conocimiento del movimiento.
- Erradicar conductas mecánicas (vale, bien...)
- Polarizar la atención en aspectos concretos de la realización a través de estilos que lo posibiliten.
- Establecer relación entre conceptos y procedimientos (sobre todo en aquellos alumnos que no se implican)
- Crear un ambiente apropiado.

Por lo tanto, el control será más fácil cuando:

- La actividad motiva a los alumnos.
- El profesor conoce bien la actividad y metodología.



- Hay mayor tiempo de realización de la actividad.
- Existe una buena organización adaptada a las características del grupo y al tipo de actividad.
- Hay un buen sistema de comunicación técnica.
- Se establecen normas de comportamiento claras y siempre se cumplen.
- Existe un clima positivo en clase.

Socioafectivo o clima de clase

Clima de clase

Relaciones que se establecen en la situación de enseñanza-aprendizaje por las condiciones de conducta del grupo. Está determinado por la Interacción profesor-alumno y la Interacción alumno-alumno. El clima de clase se conforma mediante la dirección de la clase (Control), la disciplina (Normas), y el uso del refuerzo (Vinculación afectiva profesor-alumno).



La dirección de la clase:

“Conjunto de comportamientos y actividades del profesor encaminados a que los alumnos adopten una conducta adecuada y a que las distracciones se reduzcan al máximo”.

Se debe:

- Asegurar el orden y la disciplina en el trabajo en clase.
- Garantizar el máximo aprovechamiento del tiempo.
- Conseguir que la atención del alumno se centre en la realización de las tareas.

¿Cómo?:

Forma correctiva: El profesor castiga las acciones cometidas mediante amenazas, sanciones... Puede provocar rechazo.

Forma preventiva: El profesor trata de adelantarse a las posibles infracciones para que no se produzcan.

Forma educativa: El profesor fomenta la autodisciplina y la toma de decisiones. El control se adquiere por la capacidad de persuasión del profesor, por la estima, la confianza y el respeto mutuo (Bernardo, 1994).

Aspectos a tener en cuenta:

- El profesor debe crear actitud de respeto hacia las normas.
- Una buena programación facilita la asimilación de tareas.
- Lo aprendido en la sesión será la base de la programación de la siguiente.
- Las clases variadas crean un ambiente de participación.
- A mayor participación del alumno, mayor control de la clase.
- El alumno debe saber lo que el profesor espera de él y hasta donde ha llegado en la consecución del objetivo.

La disciplina:

- Para que exista una disciplina adecuada es imprescindible que el profesor y los alumnos, conozcan cuales son los comportamientos adecuados que facilitan la situación de enseñanza.
- “Establecer normas, explicando las razones que las justifican, y corregir las situaciones cuando esas normas se contravienen, contribuye mucho al clima académico y de orden necesario para el aprendizaje” (Davis, 1992).
- Las normas se pueden consensuar y siempre se deben cumplir y decir que pasa si no se cumplen.

Prevención de conductas inapropiadas:

1. Ofrecer una imagen de respeto y profesionalidad.
2. Reducir al mínimo posible el tiempo de inactividad.
3. Presentar de forma entusiasta las actividades.
4. Mantener un control de la participación de los alumnos
5. Establecer unas normas de funcionamiento general y recordarlas en cada clase.

Las sanciones:

- Emplearla de forma correctiva, no como represalia.
- Ser coherente con su administración.
- Una vez cumplido el castigo, evitar dar la sensación de que nunca se va a subsanar el error.
- No usar una actividad física como castigo, ello provocará un rechazo hacia la actividad (Martens, 1996).

El uso de los refuerzos:

- “Los niños tienden a repetir las conductas por las que han sido recompensados positivamente y evitan aquellas otras por las que han sido castigados” (Ruiz y otros, 2001).
- “El refuerzo positivo ejerce generalmente un efecto favorable y duradero, aunque este efecto sea relativamente lento en asentarse....

...los refuerzos negativos modifican más rápidamente un comportamiento que cualquier otra intervención. Su eficacia queda limitada a un efecto a corto plazo... Cuando se repiten se tiende a crear un clima desfavorable...” (Pieron, 1998).

Aspectos a tener en cuenta:

- Para que el refuerzo sea educativo, debe ser equilibrado.
- Su consistencia provoca mayor fijación en el alumno.
- Mejor utilizar un refuerzo positivo que negativo.
- Reforzar positivamente las actitudes de ganas de mejorar.
- Reforzar frecuentemente, sobre todo en los inicios.
- Evitar que transcurra demasiado tiempo desde que se produce la conducta y se utiliza el refuerzo.



Factores que determinan el clima de clase

Factores externos:

- Aspectos del contexto que el profesor deberá tener en cuenta al plantear la enseñanza.
- Algunos se pueden controlar, otros no.
 - Nivel socio cultural
 - Expectativas hacia la actividad
 - Experiencias previas
 - Actitud del alumno y del entorno
 - El grupo de clase

Factores internos:

- Aspectos vinculados a la situación y actuación de los integrantes que conforman el grupo de clase y que marcan las pautas de relación en una situación docente.
 - Interacción de forma impuesta.
 - Diferencia de poderes.
 - Diferencia de intereses: El profesor quiere enseñar, pero quizá el alumno no quiere aprender.

- Clasificación de los componentes del grupo: Prejuicios de los profesores hacia los alumnos.
- Distancia: Física, psicológica...

Directrices didácticas:

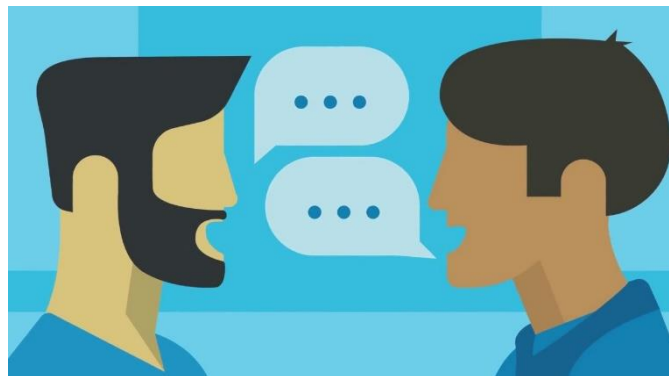
- Analizar las actuaciones de los alumnos en las primeras sesiones de clase.
- Realizar sociogramas para conocer la relación grupal.
- Apoyar las manifestaciones e iniciativa de los alumnos.
- Ayudarles a clasificar su escala de valores respecto a su conducta social.
- Tener constancias en las interacciones con los alumnos: – No actuar de forma arbitrarias según mi estado de ánimo. – Las normas deben aplicarse a todos los alumnos por igual.
- El refuerzo ha de ser proporcional a lo realizado.

Comunicativo o técnica de enseñanza

La comunicación

“La comunicación es el intercambio de significados entre las personas y es posible en el grado en que los individuos poseen en común unos conocimientos, unos deseos y unas actitudes” (Krech, 1965).

En el proceso enseñanza-aprendizaje la comunicación es un requisito básico. En este proceso distinguimos:



- **La comunicación técnica:** Contenido del mensaje.
- **La comunicación didáctica:** Relación profesor-alumno.

Los problemas en la comunicación técnica

El profesor selecciona, organiza, elabora y emite un mensaje que el alumno recibe, percibe, asimila y retiene; pero pueden existir problemas en este proceso comunicativo de tipo:

Técnico: ¿Con qué precisión puede ser transmitida la información deseada?

El profesor debe adaptar la información a las capacidades cognitivas del alumno, empleando un lenguaje adecuado para su comprensión. Conseguido este primer paso, la retención del mensaje dependerá de la capacidad de memorización del alumno, que a su vez estará influenciada por su motivación, atención y capacidad de asimilación del mensaje.

De significado: ¿Cómo el mensaje transmitido es portador del significado deseado?

El profesor deberá asegurarse que el mensaje transmitido tiene relación total con la tarea que se pretende enseñar. La eficacia dependerá de la amplia y objetiva información del profesor sobre la materia. No vale sólo con la comprensión del mensaje. Es necesaria la acción, la ejecución física.

De eficiencia: ¿Con qué efectividad el mensaje recibido afecta a la conducta en la forma deseada?

La información deberá ser:

- Objetiva: Concreta y sin errores conceptuales o descriptivos.
- Suficiente: Equilibrio entre la saturación y la insuficiencia de datos.
- Organizada: Estructurada lógicamente.
- Adecuada: Selección de los canales de comunicación y formas de expresión adaptadas a las capacidades cognitivo-sensoriales.



Recursos técnicos de comunicación

Los canales de los que dispone el profesor para la comunicación son:

Visual: Mediante gestos y acciones.

Auditivo: Mediante el lenguaje y sonidos.

Kinestesico-táctil: Mediante manipulaciones.

Factores de la comunicación técnica

a) **información inicial:** Conjunto de habilidades que utiliza el profesor mediante las cuales logra una transmisión precisa, clara y ordenada de la información para que el alumno construya un esquema mental de la acción lo más ajustada posible al valor previsto.

- **Visual:** Proporcionar imágenes en relación con la tarea motriz solicitada. Es la de más efectividad. El profesor debe realizar una **demonstración:** “Realización del movimiento que se va a enseñar, a ritmo normal de ejecución y con todas sus consecuencias”. También puede presentar una **ayuda visual:** “La información que el profesor puede proporcionar directamente a sus alumnos sobre la ejecución del movimiento que quiere enseñar, sin que, ésta implique por su parte la realización global del mismo con todas sus consecuencias”. Sánchez, F. (1984).
- **Verbal:** Demostración de la tarea motriz a nivel verbal. El profesor da una **explicación** de la acción motriz: Razonamiento del movimiento descrito, Establecer la relación causa-efecto, Control de las acciones motrices incorrectas. El profesor debe **plantear problemas:** Información parcial para la solución motriz, Técnica de enseñanza mediante la búsqueda.
- **Kinestesico-táctil:** Proporcionar la toma de conciencia de sensaciones propioceptivas asociadas a una ejecución correcta del movimiento. El profesor puede proveer: **ayuda manual**, Acciones para guiar el movimiento “sentirlo y sentirse seguro”. (Sujeciones, etc...), **ayuda automática**, Alteraciones de las condiciones normales de ejecución. (Apoyos, pesos, referencias...)

b) **información de los resultados:** Información que recibe el alumno por parte del profesor sobre la ejecución realizada y complementa el feedback propio.

Funciones:

- **Como información para corregir errores en la ejecución:** Identificando las partes correctas del movimiento, Identificando el origen de los errores, Dando información para efectuar la corrección.
- **Como refuerzo para consolidar la acción correcta:** Cuando se refuerza una actuación correcta, aumenta la probabilidad de que ocurra en condiciones similares en el futuro.

Conocimiento de resultados según la intencionalidad:

- **Evaluativo:** Estimación cualitativa de la ejecución: Aprobatorio (bien, si...), Reprobatorio (mal, no...)
- **Descriptivo:** Compara lo que ha hecho el alumno con la realización correcta.
- **Prescriptivo:** Partiendo de la ejecución, da instrucciones para una ejecución posterior.
- **Afectivo:** Implica en la ejecución o conducta, una forma de: Reforzar (Refuerzo positivo), Erradicar (Refuerzo negativo)

Conocimiento de resultados según el momento:

	VENTAJAS	INCONVENIENTES.
<u>CONCURRENTE</u>	Influencia directa sobre los errores. Información en el momento. Posibilidad de modificar.	Puede distorsionar la ejecución. Crea dependencia. Mediatizado por la tarea.
<u>TERMINAL</u>	Cercanía de la ejecución. Retención en memoria.	No significativo en una acción aislada.

Conocimiento de resultados según la referencia:

Grupal: cuando se emite a un grupo de alumnos. Si el error es generalizado:

- Puede existir interferencias al dar la información inicial
- Puede no estar ajustado al nivel del grupo.
- Puede ser una información deficiente.

Individual: cuando se emite a un alumno en particular.

- Atención a la significación negativa.
- Intentar aportar efectividad.

Para facilitar el aprendizaje, el conocimiento de resultado debe:

- Dar posibilidad al alumno de una práctica posterior para corregir el error.
- Ser coherente con el nivel de aprendizaje de los alumnos.
- Adaptado a su nivel de procesamiento de la información.
- Favorecer la toma de conciencia del error.
- Polarizar la atención en los aspectos concretos de la ejecución incorrecta.
- No extenderse en informaciones suplementarias que pueda distraer la ejecución motriz del alumno.
- Llevar cierto nivel de afectividad.

Bibliografía

- Delgado M. A. (1991). *Hacia una clarificación conceptual de los términos didácticos de la Educación Física y el Deporte*. Revista de Educación Física, Renovación de la Teoría y la Práctica, N° 40, Número especial.
- Mosston M. y Ashworth S. (1993). *La enseñanza de la Educación Física, La reforma de los Estilos de Enseñanza*. Barcelona: Hispano Europea.
- Pierón M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Madrid: Inde.
- Ruiz L.M., Navarro F., Gutiérrez M. Graupera J.L. y Linaza J.L. (2001). *Desarrollo, Comportamiento Motor y Deporte*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Sánchez Bañuelos F. (1984). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Ed. Gymnos.
- Sánchez Bañuelos F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid: Ed. Biblioteca Nueva.

Tema 9: Evaluación

Definición

“Proceso sistemático que tiene por finalidad la determinación de hasta que punto han sido alcanzado los objetivos”.

Blazquez, 1990.

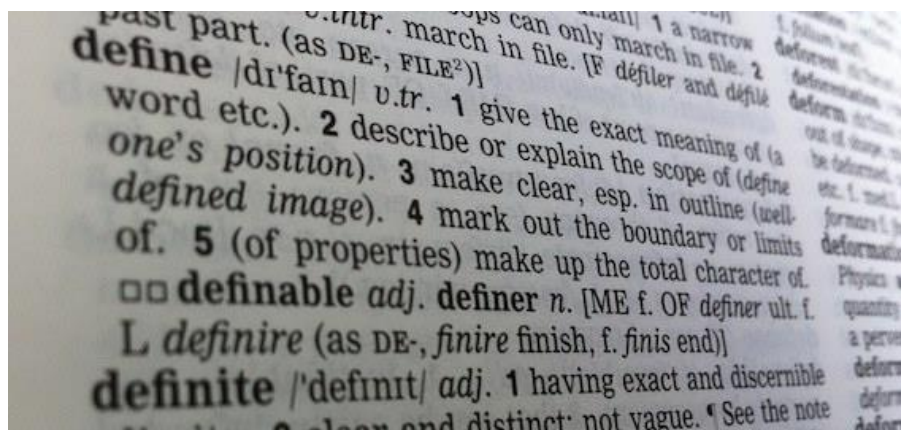


Ilustración 26: Esquema del proceso de evaluación - Creación propia

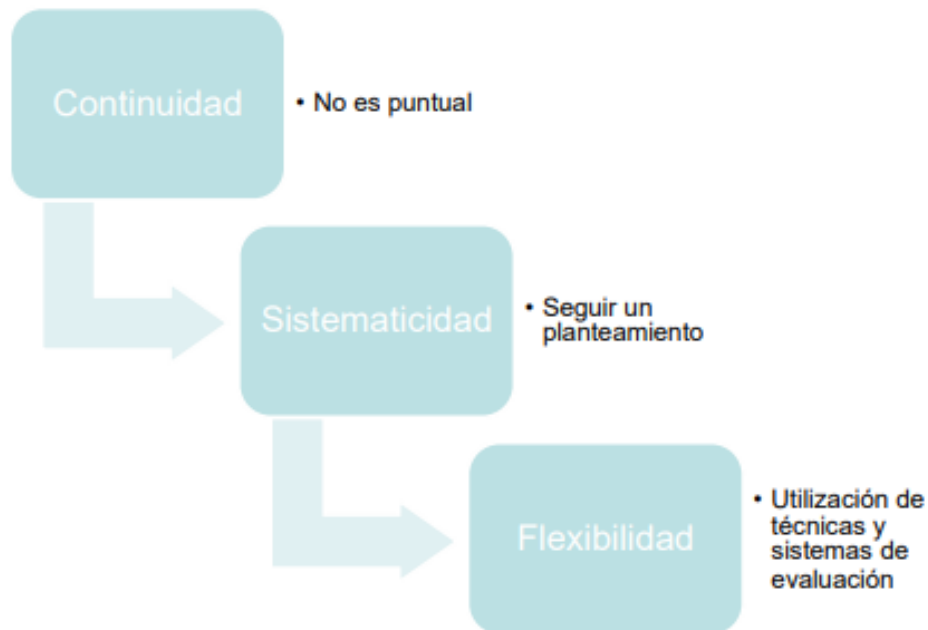


Ilustración 27: ¿Cómo tiene que ser la evaluación? - Creación propia

Blazquez (1990) además señala que la Evaluación debe estar integrada en el proceso educativo y debe tener en cuenta las diferencias individuales.

Tipos de evaluación

Según el agente:

- EV. Interna: por agentes del propio centro (autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación).
- EV. Externa: por agentes que no pertenecen al centro (inspectores).

Según el ámbito:

- Global: información de distintos ámbitos de la persona.
- Parcial: estudio de determinadas dimensiones.

Según la finalidad:

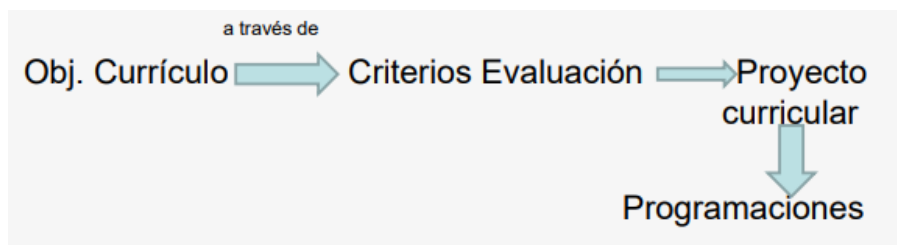
- Formativa: recoge información y determina necesidades.
- Sumativa: para ver si los alumnos son capaces de realizar lo que deberían haber aprendido.

Según el momento:

- Inicial
- Procesual
- Final

Proceso de aprendizaje

Finalidad: Valorar grado de desarrollo que los alumnos han alcanzado según los objetivos programados.



- Tradicionalmente la EF ha desarrollado aspectos meramente motores.
- Actualmente busca un desarrollo integral de todas las capacidades del alumno.

Por lo tanto,

Cognitivas, afectivas, motrices, de relación ... etc. (Evolución Global)

Proceso de enseñanza

Escamilla y Llanes (1993), “Antes, la Evaluación de la enseñanza se refería únicamente al profesorado, ahora también a los distintos factores y elementos que participan en el proceso: centro, contexto, familia...”.

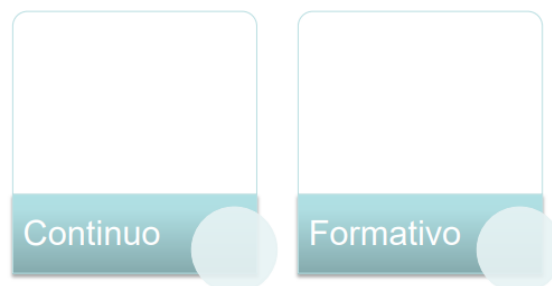


Ilustración 28: Tipos de evaluación



Ilustración 29: Ítems de evaluación

¿Cómo evaluar?

Mecanismos

- La observación cotidiana
- La observación sistemática
- La observación experimental
- La observación indirecta
- La entrevista



Instrumentos

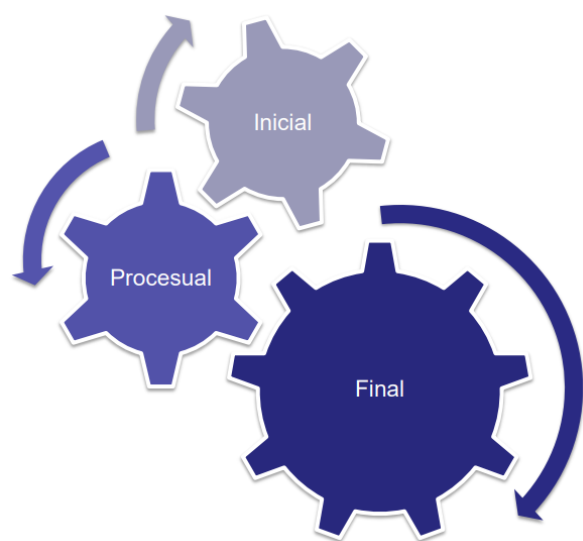
- La lista de control
- La escala de estimación
- El diario de clase
- La entrevista

Inicial

Indica la situación del alumno respecto a los aprendizajes que va a adquirir.

Hay 3 nivel de información:

- Diagnóstico general: a comienzo de curso, primera toma de contacto.
- Diagnóstico específico: información sobre aprendizajes previos del alumno.
- Diagnóstico de las NE (Necesidades especiales): Información sobre ACNEE.



Procesual

Se realiza a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje. Permite ir introduciendo modificaciones o no. Permite conocer en qué medida se van alcanzando los objetivos programados.

Nos basamos en la observación sistemática de las actuaciones motrices.

La evaluación procesual tiene que ser motivadora para los alumnos, ya que les informa de su actuación.

Final

Se realiza al terminar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Tiene como finalidad obtener información sobre la consecución o no de los objetivos programados a los alumnos.

Criterios de evaluación

Constan de un enunciado y una breve explicación de este y establecen el tipo y grado de aprendizaje que se esperan hayan alcanzado los alumnos con respecto a las capacidades indicadas en los alumnos.

Características básicas:

- Carácter prescriptivo: de obligado cumplimiento por todos los centros.
- Carácter general: cada centro los adapta según sus circunstancias.

Funciones:

- **Formativa:** indican la evolución de los aprendizajes con la posibilidad de introducir mecanismos correctores.
- **Orientadora:** sirven como modelo para diseñar Criterios de evaluación de otros niveles.
- **Homogeneizadora:** establecen un criterio de comparación similar para todos los alumnos.
- **Sumativa:** nos permiten valorar la promoción o no de un alumno.

- Escamilla y Llanos E. (1993). *La evaluación del aprendizaje y la enseñanza en el aula*. Zaragoza: Edelvives
- Casanova M^a A. (1996). *Manual de evaluación educativa*. Madrid: La muralla.

Tema 10: Programación y planificación

Definición de conceptos

Planificación

- Es la coordinación previa de distintos factores para la consecución de un fin.
- Sienta las bases generales de actuación.
- Incluye la programación como un elemento más.

El proceso de planificación debe ser:

- Explicitado: (qué se va a hacer)
- Ordenado: (cómo y cuándo se va a hacer)
- Justificado: (para qué se va a hacer)

Programación

Es la pormenorización de los contenidos y actividades para llegar a la consecución de los objetivos propuestos.

Diseño de enseñanza:

- Comprende la selección de estrategias, métodos, recursos y medios para desarrollar el programa.
- Se estructura en sesiones

¿Por qué es necesario planificar y programar?

- **Planificar para...**

...Definir el problema.

...Tener claras las ideas.

...Establecer metas.

...Atender a la diversidad.

- **Programar para...**

...facilitar el trabajo.

...no improvisar sobre la marcha.

...establecer una progresión adecuada.

...evitar repeticiones.

...facilitar la información a los alumnos.



Niveles de planificación educativa

MACROPLANIFICACIÓN.

MICROPLANIFICACIÓN.

PROGRAMACIÓN.



Evaluación Inicial

- Conocimiento-concepto.
- Aptitud-procedimiento.
- Motivación-actitudes.

Establecimiento de los objetivos de enseñanza



- Identificación: (qué objetivos quieres desarrollar en los niños)
- Jerarquización: (cuáles son importantes conseguir primero)
- Determinación: (cuáles vas a desarrollar concretamente)

Selección de contenidos

- Selección de contenidos asociados a los objetivos: **UU.DD.**
- Secuenciación y temporización: **Sesión**

Diseño del método de enseñanza

1. Establecimiento de las estrategias de comunicación.
2. Selección de la técnica de enseñanza.
3. Determinación de los sistemas de organización y control.

Selección de los materiales a emplear

- Instalación y material.
- Gestión de acceso a las instalaciones.
- Organización y control para el uso del material.

Evaluación continua y final

- Evaluación continua formativa de conceptos, procedimientos y actitudes.
- Evaluación continua de la adecuación de objetivos, contenidos, métodos y medios.
- Evaluación final de proceso-producto.
- Evaluación final de la eficacia global del sistema.



Criterios básicos para la programación

Principio General

“La **utilización** del cuerpo precede al **conocimiento**”.

(En E.F. para llegar a una elaboración correcta del Esquema Corporal (imagen mental del cuerpo) es necesario haber utilizado previamente nuestro cuerpo y sus miembros en multitud de actividades y juegos.)

- Los movimientos de tipo **global** preceden a los movimientos de tipo **segmentario**.
- Los movimientos **conscientes** y voluntarios preceden a los hábitos **automáticos**.

Relacionar contenidos con objetivos

un contenido de enseñanza es justificable en el supuesto de que a través de su asimilación, el alumno alcanzara el objetivo.

Hay que hacer un proceso de selección de contenidos y variará en función de unas variables:

- Situación donde se desarrolla la enseñanza.
- Nivel de motivación del alumnado.
- Medios de los que se dispone.

Selección de tareas de menor a mayor complejidad

- La dificultad de la tarea viene determinada en función de los mecanismos de Percepción, Decisión y Ejecución.
- En Infantil y primaria nos interesa trabajar los dos primeros ya que en estas edades será más interesante el desarrollo de factores psicomotrices que la ejecución en sí de determinados gestos.



Utilización adecuada de la transferencia

TRANSFERENCIA LATERAL	TRANSFERENCIA VERTICAL
TAREA SIMILAR. <u>MISMO</u> NIVEL DE COMPLEJIDAD.	ACTIVIDAD SIMILAR. <u>MAYOR</u> NIVEL DE COMPLEJIDAD.
ESQUIAR > PATINAR SOBRE HIELO	BUEN NIVEL DE DESPLAZAMIENTOS EN EL AGUA > FACILIDAD PARA EL APRENDIZAJE DEL CROL.

Progresión en cuanto a factores cualitativos/cuantitativos

1° FASE	<u>PROCESO NATURAL</u>	DESARROLLO PARALELO: <u>CUANTITATIVO</u> <u>CUALITATIVO</u>
2° FASE	PRIORIDAD AL <u>CONTROL</u> DEL MOVIMIENTO	INCIDIR EN ASPECTOS <u>CUALITATIVOS.</u>
3° FASE	<u>EQUILIBRIO</u>	EQUIVALENCIA ENTRE <u>CUANTITATIVO</u> <u>CUALITATIVO</u>
4° FASE	<u>MEJORA DEL</u> <u>RENDIMIENTO</u>	INCIDIR EN FACTORES <u>CUANTITATIVOS.</u>

La importancia de una retención significativa por parte del alumno

La retención será mayor cuando:

- mayor sea el nivel inicial.
- mayor sea el nivel de aprendizaje.
- el tiempo asignado a la práctica sea el suficiente. la práctica sea significativa
- las actividades sean variadas y divertidas.
- exista sobre aprendizaje.

Una clase eficaz es aquella que asegura altos cómputos de tiempo activo específico:

- **Tiempo total:** Corresponde al módulo horario que el colegio ha asignado a la clase de E.f. Normalmente 1h o 45 min.
- **Tiempo real:** Es el tiempo que se logra tras haber descontado el invertido en traslados, aseo, control de asistencia, etc. No debería superar los 10 min.
- **Tiempo de práctica:** Es el tiempo que el grupo de clase está practicando alguna actividad física. Resulta de descontar el tiempo dedicado a proporcionar información y a la organización de alumnos y materiales.
- **Tiempo de actividad motriz individual:** Es el tiempo que cada alumno está ocupado en ejecutar actividad física. Resulta de restar el tiempo de esperas de cada alumno para su turno de actuación.
- **Tiempo de actividad motriz efectiva (TAME):** Es el tiempo que cada alumno invierte en practicar tareas directamente relacionadas con el propósito específico de la clase, es el realmente útil para alcanzar los objetivos motores que se pretenden al término de la sesión.

Esquema de una unidad didáctica

- Título: (motivador para los alumnos)
- Tema: (determina el aprendizaje)
- Justificación: (conexión con el currículo)
- Objetivos didácticos
- Contenidos: Conceptuales, procedimentales y actitudinales.
- Actividades: Número y secuencia de las sesiones.
- Metodología: Técnicas, Estilo de enseñanza (interacción didáctica), Recursos materiales.
- Evaluación: Cómo evaluar. Criterios de evaluación.
- Transversalidad: Educación ambiental, para la paz, del consumidor, vial, para la salud, en la sexualidad, coeducación y educación cívica y moral.
- Relación con otras áreas:
- Atención a la diversidad:

Planteamiento previo al diseño de la sesión

- La sesión se diseñará en base a la consecución de un propósito u objetivo inmediato.
- El objetivo y las actividades seleccionadas guardarán relación con lo asimilado anteriormente.
- La presentación de las tareas se realizará atendiendo al principio de la transferencia vertical.
- Se decidirá por anticipado la organización y el tipo y número de material.
- Se debe asignar un determinado tiempo a cada tarea, de acuerdo con sus características.

Estructuración de la sesión

1º parte: fase inicial:

Presentación de la clase:

- Elegir lugar y forma de organización.
- Informar y motivar sobre la actividad a realizar.
- Comunicar contenido y objetivos a alcanzar.
- Relacionar los aprendizajes con otros adquiridos con anterioridad.

Puesta en acción progresiva: Progresiva adaptación fisiológica y psicológica del alumno para:

- Un mejor rendimiento
- Evitar lesiones

2º parte: fase fundamental o principal:

Desarrollo del tema:

Aquí es donde se procuran alcanzar los objetivos concretos que se fijaron para la clase.

Combinación de la intensidad:

- Capacidad física.

Mantenimiento de la motivación y la atención:

- Capacidad de motivación y psicológica.

Posibilitar la actuación:

- Situaciones de aprendizaje.

3º parte: fase final:

– vuelta a la calma:

- Relajación y estiramientos.

– información de la actuación:

- Participación y logros alcanzados.

– comprobación de la consecución de objetivos:

- Tareas y juegos aplicados.

La comprobación de objetivos más la opinión de los alumnos:

Son las bases para la confección de la próxima sesión.

Bibliografía

- Blázquez Sanchez, D. (2010). *Didáctica de la Educación Física*. Barcelona: Graó.
- Gómez Ruano, Subijana Hernández, Campos Izquierdo, González Rivera, Rico Sánchez. (2013). *La evaluación de las competencias en las asignaturas de la metodología de la enseñanza de las actividades físicas y del deporte en el grado en ciencias del deporte*. Alcalá: Editorial Universidad de Alcalá.
- González C. y Lleixá, T. (2010). *Didáctica de la educación física*. Barcelona: Graó.