

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

NÚMERO 1 NOVIEMBRE-DICIEMBRE DE 2009

Editor: Juan Carlos Muñoz Díaz
Edición: <http://emasf.webcindario.com>
Correo: emasf.correo@gmail.com

Fecha de inicio: 13-10-2009
Depósito legal: J 864-2009
ISSN: 1989-8304

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

EDITORIAL

EmásF es una revista digital dedicada a la Educación Física y el Deporte. Con esta revista pretendemos abrir una nueva ventana al profesorado de Educación Física para que pueda exponer a los demás sus experiencias, trabajos, inquietudes, opiniones, reflexiones...

En la actualidad coexistimos con una gran variedad de revistas digitales dedicadas a esta área, no pretendemos rivalizar con ellas, sino ofrecer un abanico más amplio de posibilidades para que los profesionales del área puedan publicar sus artículos.

Nacemos, de momento, sin ISSN porque es requisito que la revista esté ya funcionamiento para que se le pueda otorgar el mismo. En cuanto se disponga de él se les enviará los certificados correspondientes a los autores de los artículos que se vayan publicando.

Por tanto, el nº 1 queda abierto para ir incorporando los nuevos artículos que vayáis enviando, una vez se haya recogido un número significativo de los mismos se dará por cerrado y se iniciará la preparación del número siguiente.

En principio la revista saldrá con una periodicidad bimensual, aunque estará condicionada por la respuesta, medida en número de artículos que enviéis, para que se cambie a un periodo de publicación más breve. ESTAMOS EMPEZANDO, NUESTRA ILUSIÓN ES MÁXIMA Y DESEAMOS COMPARTIRLA CON VOSOTROS.

¡ANÍMATE Y PARTICIPA!

El Editor.

Juan Carlos Muñoz Díaz

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

ÍNDICE

ANTONIO RAFAEL CORRALES SALGUERO. La instrucción directa o la reproducción de modelos como metodología de enseñanza en el área de Educación física.

JUAN CARLOS MUÑOZ DÍAZ. Adaptaciones en el área de Educación Física en las actividades para alumnos con paraplejia que pueden usar andador.

RAÚL LÓPEZ PINTOR. Competencias básicas y Educación Física. Selección de aprendizajes.

ROGELIO FRANCISCO FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ. Fomento y tratamiento del plurilingüismo en el área de Educación Física en Primaria.

FRANCISCO ANDRÉS FERNÁNDEZ MUÑOZ Experiencia educativa de Educación Física en 2º ESO: cómo trabajar los objetivos generales de etapa a través de los "run-dictation).

JOSÉ MANUEL GÓMEZ CADENAS. Desarrollo de la percepción espacial y temporal en alumnado ambliope con dificultades en la competencia lingüística.

DAVID MEGÍAS SAYAZO. Comportamiento visual y rendimiento en la defensa al jugador con balón en el baloncesto.

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

LA INSTRUCCIÓN DIRECTA O REPRODUCCIÓN DE MODELOS COMO METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Autor: Antonio Rafael Corrales Salguero

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Maestro Especialista en Educación Física
E-mail: corralesgastor@hotmail.com

RESUMEN

La Educación Física difiere del resto de áreas en cuanto a su objeto de estudio, constituyéndose el cuerpo y el movimiento como ejes fundamentales e indisolubles de su proceder. Así pues, la metodología empleada en esta área poseerá unas características peculiares y únicas con las que trabajar dichos ejes. Los estilos de enseñanza basados en la reproducción de modelos son los que se han considerado englobados dentro del denominado concepto tradicional de enseñanza, cuya característica principal es la repetición de un contenido hasta que se ajuste a un modelo establecido de antemano como correcto. En el desarrollo de este artículo podremos ver los diferentes estilos dentro de esta metodología de enseñanza, así como las orientaciones más oportunas para llevarlo a cabo.

PALABRAS CLAVE:

Instrucción directa, reproducción de modelos, enseñanza tradicional, metodología, técnica de enseñanza, estilo de enseñanza.

INTRODUCCIÓN

Cuando hablamos de metodología estamos refiriéndonos al modo en que enfocamos los problemas y buscamos las respuestas. Los métodos de enseñanza para la Educación Física, suponen, como para el resto de las áreas, los procedimientos para alcanzar unos determinados objetivos. Las vías para conseguirlos no son únicas, y se puede optar por uno o por otro, en función de las propias concepciones educativas que cada uno tenga y del tipo de objetivo que se pretende alcanzar.

Siedentop (1998) define la enseñanza como “el comportamiento de los profesores durante su trabajo profesional”. Este mismo autor define el aprendizaje como “el cambio en un comportamiento resultante de una experiencia y no de un desarrollo genético”.

La Educación Física difiere del resto de áreas en cuanto a su objeto de estudio, constituyéndose el cuerpo y el movimiento como ejes fundamentales e indisolubles de su proceder. Así pues, la metodología empleada en el área de Educación Física poseerá unas características peculiares y únicas con las que trabajar dichos ejes.

Son varios los términos que se hallan directamente vinculados al proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física. Así tenemos que:

Siguiendo a Mosston (1978), los “Estilos de Enseñanza” muestran cómo se desarrolla la interacción profesor-alumno en el proceso de toma de decisiones y para definir el rol de cada uno en ese proceso. Por su parte, Delgado (1987), define el término como “el modo o forma que adoptan las relaciones didácticas entre los elementos personales del proceso de enseñanza y aprendizaje tanto a nivel técnico y comunicativo, como a nivel de organización del grupo de la clase y de sus relaciones afectivas, en función de las decisiones que tome el profesor”. Y en palabras de Mosston y Ashworth (1993), estilo de enseñanza es la relación que en todo proceso de enseñanza-aprendizaje se establece entre el profesor y el alumno.

También es importante el plantearnos qué entendemos por “Método de Enseñanza”, que es definido según Nerici, (citado por Mena, 1997) como “los caminos para llegar a un fin”, por otro lado, Nerici, (citado por Delgado, 1991) afirma que el método se concreta mediante las técnicas de enseñanza y que estas tienen por objeto la comunicación didáctica, es decir, los comportamientos del profesor relacionados con la forma de ofrecer la información, la presentación de las tareas y actividades, y todas aquellas reacciones del profesor referidas a la actuación y ejecución de los discentes.

Por otro lado tenemos la “Técnica de Enseñanza”, definida según Delgado (1991) como, “la habilidad para utilizar el conjunto de recursos que posee la didáctica de la educación física”. Jiménez (citado en Manzano y Carrera, 2005), propone la estructuración de la técnica de enseñanza en cuatro apartados: información inicial, conocimiento de resultados, organización de la clase e interacciones afectivo-sociales.

El objetivo fundamental de la técnica radica en seleccionar el modo más adecuado de transmitir lo que pretendemos que realicen nuestros alumnos. Por lo tanto son objetivos de la técnica de enseñanza:

- Forma de dirigir la atención hacia la actividad.
- Forma de motivar y mantener el interés de los alumnos.
- Forma de presentar el modelo.
- Forma de proporcionar la retroalimentación.

Una buena técnica de enseñanza permitirá que la función docente, de orientar y comunicar al alumno, se logre eficazmente en cualquiera de las situaciones de enseñanza-aprendizaje.

Los estilos de enseñanza basados en la reproducción de modelos son los que se han considerado englobados dentro del denominado concepto tradicional de enseñanza, cuya característica principal es la repetición de un contenido hasta que se ajuste a un modelo establecido de antemano como correcto. Se basa en los siguientes principios:

- Existencia de un modelo, ideal definido con claridad y establecido previamente.
- Transmisión por parte del profesor que a su vez observa y compara el aprendizaje o la ejecución con el modelo establecido.
- Aprendizaje por parte del alumno de forma pasiva-receptiva.

El mecanismo de aprendizaje utilizado es por imitación y/o repetición del modelo. Es como aprenden los discentes cuando se les muestra una respuesta eficaz a un problema determinado.

Esta enseñanza-aprendizaje recibe diferentes denominaciones. Así, mientras Novak (1982) y Sánchez Bañuelos (1986) la denominan como enseñanza basada en la Instrucción Directa, otros la denominan enseñanza expositiva. En el caso de la enseñanza de la Educación Física, este modelo parte de la existencia de un gesto o modelo a alcanzar a través de la ejecución, ajuste y automatización por la repetición de los gestos (modelo) establecidos por la transmisión, supervisión y valoración del profesor. Tiene como objetivo fundamental la obtención por parte del alumno de una respuesta que coincida con el modelo, basándose en la utilización de unos estímulos apropiados.

LA REPRODUCCIÓN DE MODELOS – INSTRUCCIÓN DIRECTA.

La reproducción de modelos está basada en el modelo de comunicación unidireccional o de "cadena directa" propuesto por Couignal (citado por Baena, 2005). Sigue los modelos de enseñanza clásicos y tradicionales, y se estructura alrededor de concepto de clase magistral, donde el profesor emite y el alumno recibe y reproduce el modelo con mayor o menor precisión.

Teniendo en cuenta el concepto de técnica de enseñanza visto anteriormente, Delgado (1991) establece dos tipos:

- Técnica reproductiva, reproducción de modelos o instrucción directa.
- Técnica productiva, de indagación o búsqueda.

No podemos olvidar que los modelos interactúan simultáneamente con otros elementos metodológicos y que sin estos no se podría comprender el papel de los diferentes modelos de enseñanza-aprendizaje dentro del ámbito educativo.

Según Bañuelos (1986), la Instrucción Directa es un tipo de información directa y concreta que el docente aporta al alumnado sobre aquello que debe realizar.

Siguiendo a Delgado (1991) los estilos de enseñanza que podrían encontrarse dentro de la técnica de enseñanza de la reproducción de modelos o instrucción directa son los siguientes:

- *Estilos tradicionales:* Mando Directo; Modificación del Mando Directo y Asignación de Tareas.
- *Estilos participativos:* Enseñanza Recíproca; Grupos Reducidos y Microenseñanza.
- *Estilos individualizadores:* Programa Individual; Trabajo por Grupos; Enseñanza Modular y Enseñanza Programada.

Los estilos tradicionales se caracterizan por su origen militar o acorde con los objetivos de determinados sistemas políticos. Han sido los más utilizados en Educación Física hasta hace unos años, cuando se inició el predominio de la corriente deportiva. Existe una dependencia estímulo-respuesta por parte del profesor, que aporta el estímulo y del alumno que aporta la respuesta. Tiene según Sánchez Bañuelos (1986) los siguientes supuestos: el profesor de Educación Física es el protagonista del proceso enseñanza-aprendizaje; existe una solución de probado rendimiento y bien definida que es comunicada al alumno por parte del profesor.

A continuación damos una explicación de cada uno de los estilos basados en la reproducción de modelos o también llamados instrucción directa, basándonos en autores como Delgado (1991), Contreras (1994), Mosston y Ashworth (1993) y Baena (2005):

- Estilos de enseñanza tradicionales.
 - ▶ El mando directo: es el modelo más tradicional, tiene como objetivo la repetición de los ejercicios que enseña el profesor, el papel de este sigue un esquema lineal con control y disciplina severa, actúa sobre toda la clase, es una enseñanza masiva. El alumno simplemente obedece y ejecuta los ejercicios. En cuanto a la planificación y desarrollo de la clase priman la organización y el control. La posición del grupo es formal mientras que la del docente es externa al grupo, la evolución de la clase es baja. La sesión es un ensayo, una explicación-demostración, con un sistema de señales que regulan su inicio y final y con una corrección de

tipo masivo y general. Las relaciones afectivas no existen y la comunicación es unidireccional. La evaluación se limita a la corrección que es masiva y retardada. Sobre los contenidos el objetivo de las tareas son el orden y control del alumno, los ejercicios son analíticos, con trabajos localizados y ejecución de las técnicas deportivas.

- ▶ Modificación del mando directo: encontramos en la planificación y desarrollo de clase que la organización se vuelve más flexible, se modifica el sistema de señales se indica solo el inicio y final de la clase, se elimina el conteo rítmico por lo que el docente puede hacer correcciones durante el ejercicio con lo que se logra cierta libertad y un ligero aumento de las relaciones afectivas entre el docente y el alumno. En cuanto al contenido el calentamiento es dirigido por el docente que indica el modo y el ritmo, aparecen los contenidos que supongan un riesgo, además de la danza y del deporte.
- ▶ La asignación de tareas: su objetivo es repetir el ejercicio que realiza el profesor, su ejecución puede ser masiva o por subgrupos, el papel del profesor es menos destacado ya que deja que algunas decisiones las tome el alumno por lo que este se vuelve más activo. La planificación de la clase está centrada en la organización de la tarea que está muy bien cuidada, el profesor realiza una información inicial siempre general que además es clarificadora ya sea de forma verbal o visual. El profesor puede atender a las diferencias individuales pero realizando el mismo trabajo para todos. Las tareas se realizan siguiendo un circuito. La asignación de tareas se puede plantear desde una lista con una tarea única para todos o una secuencia de tareas, durante la ejecución el profesor da conocimientos de la ejecución y conocimientos de resultados estimulando e interactuando con los alumnos. Las relaciones afectivas se mejoran y el profesor escucha al alumno. En cuanto a la evaluación está centrada en el producto y tiene al docente como responsable. Por último los contenidos se refieren a deportes con enseñanza de la técnica tanto para individuales, de adversario y colectivos. Añadir que este tipo de modelo requiere cierta madurez por parte del alumno para asumir sus decisiones e interpretar y comprender la tarea que debe realizar; las tareas deben ser significativas, el material y las instalaciones debe ser adecuado, es un buen método para introducir otros estilos de enseñanza dirigidos a la individualización ya que el alumno toma sus decisiones y el profesor gana tiempo para centrarse en el conocimientos de la ejecución y conocimientos de resultados.

- Estilos que fomentan la participación del alumno.

- ▶ Enseñanza recíproca: un alumno realiza el ejercicio y otro toma nota y evalúa, se trabaja en parejas. El profesor elabora la hoja de enseñanza y establece la secuencia de tareas. Se eligen los puntos a observar más significativos y un criterio de ejecución: correcto-incorreto. Se parte de una organización muy bien cuidada y de una información inicial de carácter general pero clarificadora. Durante la clase el profesor puede atender a las diferencias individuales de los alumnos pero sin individualizar, además estimula e interactúa con los alumnos. La

evaluación depende del docente y del alumno que evalúa y está centrada en el producto. La mayor dificultad al aplicar este estilo radica en la capacidad cognitiva que se exige a los alumnos.

- ▶ **Grupos reducidos**: el grupo se encarga de observar, evaluar y ejecutar. La planificación es similar a la enseñanza programada solo que se trabaja en grupos de tres, cuatro o cinco personas y la tarea es más compleja si se necesita mayor número de observadores. La evaluación también es igual a la anterior y en cuanto a los contenidos la ejecuciones técnicas se adaptan a la individualidad del alumnado. Por último añadir que este estilo se recomienda en la iniciación técnico-deportiva.
- ▶ **Microenseñanza**: el profesor no interviene si no es necesario mientras que el alumno adquiere total protagonismo. Los alumnos-profesores son responsables y grandes dominadores del contenido a trabajar. El profesor se ocupa de la planificación y el alumno-profesor de las decisiones preactivas. De nuevo la organización está muy bien cuidada, los grupos son de cuatro a ocho y cada alumno-profesor se encarga de un grupo. La complejidad de la tarea dependerá del nivel de los alumnos, de la etapa educativa, de su responsabilidad, etc. La evaluación depende del alumno-profesor, centrada en el producto. Útil en cualquier contenido pero es necesario un alto conocimiento de la materia por parte de los alumnos-profesores.

- **Estilos que fomentan la individualización.**

Su objetivo es lograr el aumento del nivel de autodecisión y autonomía, permitir mayor número de decisiones por parte del alumno y que él pueda elegir entre varias opciones según sus intereses.

- ▶ **Trabajo por grupos**: su objetivo más concreto es atender al grupo con distintos niveles de ejecución e intereses. El papel del profesor es central ya que elabora y ofrece toda la información del proceso, se convierte en guía, en una persona experta, el alumno adquiere un papel protagonista ya que tarea está centrada en él. Se distinguen distintos subgrupos debido al nivel de ejecución, los intereses o de ambos (enseñanza modular), la planificación la decide el profesor así como la actuación de los distintos; en cuanto al desarrollo de la clase el profesor debe evitar las interferencias entre grupos. Las relaciones afectivas mejoran sobre todo entre los integrantes del mismo grupo. La evaluación se puede realizar mediante la autoevaluación, la observación o por pruebas estándar. Los contenidos se refieren a actividades deportivas y en general cualquier actividad que pueda trabajarse con este sistema.
- ▶ **Programas individuales**: su objetivo es bastante diferente al anterior, el ejercicio está bajo el mando del profesor pero se realiza sin que este tenga que estar presente, supone el máximo en individualización y concreción curricular siendo una enseñanza directa, cada alumno tiene un programa adaptado a sus características. El profesor elabora y entrega la información del proceso al alumno y este realiza su programa específico de tareas. En cuanto a la planificación y desarrollo de la clase

las características que debe cumplir el programa son: comprensibilidad, con información general acompañada de una específica, autoevaluación, etc.; en cuanto a los niveles por ejecución pueden existir cambios de nivel. Las relaciones afectivas son nulas; la evaluación depende del docente y puede realizarse cualquier contenido siempre que el profesor lo sepa individualizar.

- ▶ **Enseñanza programada:** el objetivo se caracteriza por utilizar programaciones lineales y ramificadas, promoviendo la contingencia por medio de programas adaptados a esos patrones y características del alumnado. Siguiendo a Huertas (citado por Delgado, 1991) la enseñanza programada es la enseñanza precisa y cuidadosa en su más mínimo detalle. Es necesario una buena planificación por parte del profesor, debe buscar la pedagogía del éxito ya que este proporciona refuerzo positivo inmediato. Las tareas se organizan secuencias lógicas y progresiva, accesibles en lo posible a la mayoría del alumnado. En cuanto al programa puede ser de distintos tipos: lineal, ramificado, por salto...
- ▶ **Enseñanza por módulos:** reúne todas las características del trabajo por grupos excepto que el alumno puede elegir entre diferentes actividades según sus intereses y se enlazan estos con el nivel de ejecución. Puede resultar eficaz cuando se coinciden en la sala varios profesores de educación física y alumnos.

LA REPRODUCCIÓN DE MODELOS EN LOS DIVERSOS BLOQUES DE CONTENIDOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

El área de Educación Física, se caracteriza por tener dos grandes ejes de acción: el cuerpo y el movimiento. Los contenidos a trabajar en el área de Educación Física, según el Real Decreto 1513/06 de 7 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas para la Educación Primaria, son:

- Bloque 1: Imagen y percepción
- Bloque 2: Habilidades motrices
- Bloque 3: Actividades físicas artístico-expresivas
- Bloque 4: Actividad física y salud
- Bloque 5: Juegos y actividades deportivas

Algunos autores como Bueno, Moral y Machón (1992) entre otros, nos dan algunas nociones interesantes al respecto de cómo tratar la Reproducción de Modelos en los diversos bloques de Contenidos y en los diferentes Ciclos de la Educación Primaria, así tenemos que:

- **Bloque 1: Imagen y percepción**

- ▶ **En el Primer Ciclo**, sus contenidos conceptuales, requieren un trabajo basado en la reproducción de modelos, facilitado por el docente, que sea conector y garantice los aprendizajes a partir de los cuales el alumno desarrolle el conocimiento. Por ejemplo: Trabajar contenidos como la lateralidad, nociones espaciales, o la toma de conciencia de estados tensos o relajados, implica una constante ejemplificación por parte del docente que haga más rápida la adquisición de estos conceptos.
- ▶ **En el Segundo Ciclo**, contenidos como la adecuación postural, exigirá una demostración previa por parte del docente, para que se garantice la ejecución correcta de determinados movimientos, por ejemplo, levantar pesos de manera adecuada (una imagen vale más que mil palabras).
- ▶ **En el Tercer Ciclo**, la complejidad de determinadas posiciones de equilibrio o movimientos, puede requerir de la demostración previa o con ayuda de imágenes (modelos) que facilite la correcta reproducción del modelo, por ejemplo, un equilibrio por parejas, tríos...

- **Bloque 2: Habilidades motrices**

- ▶ **En el Primer Ciclo**, lo importante es que el alumnado experimente el mayor número de posibilidades de movimiento, de ejecución, para resolver problemas motrices, así que el uso de la reproducción de modelos está desaconsejado totalmente.
- ▶ **En el Segundo Ciclo**, sigue siendo importante, intentar que el alumnado siga experimentando y perfeccionando sus habilidades motrices, variando los contextos y situaciones, para no limitar su bagaje motriz. La reproducción de modelos en caso de producirse será a través de estrategias globales e inespecíficas.
- ▶ **En el Tercer Ciclo**, el trabajo debe estar orientado a una mejora de las ejecuciones motrices y al desarrollo de las habilidades, lo que exigirá un tratamiento más específico y al uso por parte del docente de modelos, que faciliten el aprendizaje Y/o perfeccionamiento del alumnado en dichas habilidades, normalmente aplicadas al ámbito deportivo.

- **Bloque 3: Actividades físicas artístico-expresivas**

- ▶ **En el Primer Ciclo**, En este ciclo, es recomendable dar ejemplos iniciales que los alumnos puedan imitar y perfeccionar posteriormente. Por ejemplo, conocer las expresiones faciales y su significado: tristeza, alegría, enfado..., así puede observarse el uso de la reproducción de modelos.
- ▶ **En el Segundo Ciclo**, la iniciación del alumnado en bailes y coreografías sencillas, implica la imitación de modelos previos. Facilitados por el docente normalmente.

- ▶ En el Tercer Ciclo, puede observarse la reproducción de modelos por parte del alumnado en la creación de bailes y coreografías, ya sean facilitados o no por el docente.
- **Bloque 4: Actividad física y salud**
 - ▶ En el Primer Ciclo, la adquisición de hábitos saludables de higiene corporal, postural,... debe trabajarse a través de la reproducción de modelos: lavarse los dientes correctamente, las manos, la ducha, sentarse, dormir, llevar la mochila... (por ejemplo, de manera lúdica usando cuentos motores).
 - ▶ En el Segundo Ciclo, la adquisición de rutinas de calentamiento, estiramientos, relajación, implica por parte de los alumnos, la reproducción de modelos, adecuados. que garanticen una práctica saludable de actividad física.
 - ▶ En el Tercer Ciclo, se consolidan dichas rutinas, se corrigen si son erróneas y se usa la reproducción de modelos.
- **Bloque 5: Juegos y actividades deportivas**
 - ▶ En el Primer Ciclo, a veces, el apoyo visual (con modelos) a las explicaciones acerca de un juego, facilita su ejecución correcta y rápida por los niños y niñas.
 - ▶ En el Segundo Ciclo, las habilidades comunicativas y de ejecución del alumnado facilita que sean ellos los que se conviertan en modelos para los compañeros.
 - ▶ En el Tercer Ciclo, las dinámicas de clase pueden hacerse más complejas, y podemos seguir utilizando al alumnado (cuando sea posible) como modelos a imitar, por sus compañeros/as.

ORIENTACIONES A TENER EN CUENTA EN LA APLICACIÓN DE LOS ESTILOS DE ENSEÑANZA BASADOS EN LA REPRODUCCIÓN DE MODELOS EN LA ETAPA.

A continuación daremos una serie de orientaciones que debemos de tener en cuenta a la hora de aplicar la reproducción de modelos en nuestro área de Educación Física, pero debemos dejar claro que es difícil generalizar y ofrecer soluciones concretas, transferibles a cualquier situación de enseñanza-aprendizaje, y más aún en un área que ofrece un abanico tan amplio de posibilidades para su desarrollo.

Seguendo a Rivera (2000), las orientaciones principales a destacar son:

- Su utilización, debe restringirse a la enseñanza de modelos que presentan una solución muy concreta.

- Los bloques de contenidos, que más se van a prestar a la hora de aplicar esta metodología van a ser el de Juegos y actividades deportivas, especialmente en la parte de enseñanza de los deportes y el de condición física.
- La utilización de estos estilos de enseñanza, no está reñido con un planteamiento curricular dentro de una línea de aprendizaje constructivista; muy por contra, pueden ser favorecedores del mismo si sabemos aplicarlos correctamente.
- En el respeto del nivel de desarrollo operativo del alumno, encontraremos en muchos casos el éxito de la utilización de estilos, que favorezcan la participación e individualización en la enseñanza; no podemos pretender tener éxito con alumnos de un primer ciclo de primaria.
- El respeto de la progresión y continuidad en su aplicación, es fundamental si deseamos tener éxito en su utilización. No debemos esperar buenos resultados el primer día que utilizamos un estilo, o tratar de involucrar al alumno en estilos individualizadores, si nuestros planteamientos anteriores, han tenido su fundamento en una línea tradicional.
- Ser conscientes de los riesgos que comporta la utilización de un planteamiento metodológico, y en este sentido asumir en su globalidad. Una microenseñanza, donde al final de la unidad temática, la evaluación recayera en exclusiva en el profesor sin dar participación en la misma al alumno-profesor; significaría romper el principio de participación, base de todo el planteamiento metodológico.
- La utilización de un estilo concreto dentro de una clase de trabajo, no implica que toda ella deba ser realizada dentro de la más pura aplicación del mismo, es el profesor quien debe decidir qué y cuándo desea enseñar utilizando esa metodología específica.

BIBLIOGRAFÍA

BAENA, A. (2005). *Bases teóricas y didácticas de la Educación Física escolar*. Gioconda: Granada.

BUENO, M.; MORAL, P. y MACHÓN, P. (1992): *Educación Primaria. Educación Física, Primer, Segundo y Tercer Ciclo*. Himnos: Madrid.

CONTRERAS, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*. Inde: Barcelona.

DELGADO NOGUERA, M. A. (1991). *Los estilos de enseñanza en la Educación Física*. Universidad de Granada: Granada.

MANZANO MORENO, J. I. y Carrera Sánchez, I. (2005). *La Educación Física en el proceso educativo*. Infonet: Madrid.

MENA, B. (1997). *Didáctica y currículum escolar*. Anthena: Salamanca.

MOSSTON, M. (1978). *La enseñanza de la educación física*. Paidós: Buenos Aires.

MOSSTON, M. y ASHWORTH, S. (1993). *La enseñanza de la educación física. La reforma de los estilos de enseñanza*. Hispano Europea: Barcelona.

NOVAK, J. D. (1982). *Teoría y práctica de la educación*. Alianza: Madrid.

SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1986). *Bases para una didáctica de la Educación física y el deporte*. Gymnos: Madrid.

SIEDENTOP, D. (1998). *Aprendiendo a enseñar la Educación Física*. Inde: Barcelona.

RIVERA, E. (2000) *Metodología reproductiva. Aplicación de los estilos de enseñanza tradicionales y participativos en Primaria*. Material reprografiado.

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

ADAPTACIONES EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LAS ACTIVIDADES PARA ALUMNOS CON PARAPLEJIA QUE PUEDEN USAR ANDADOR

Autor: Juan Carlos Muñoz Díaz

Maestro de Educación Física
E-mail: donjuancarlos@telefonica.net

RESUMEN

Con este artículo se pretende aportar estrategias concretas para favorecer la integración en el área de Educación Física de los alumnos con parálisis cerebral que ha dado lugar a paraplejia y que usan como medio de transporte tanto la silla de ruedas como el andador. Se presentan actividades físicas y juegos para las distintas partes de la sesión de Educación Física y se establecen las medidas a tener en cuenta para la integración de estos niños.

PALABRAS CLAVE:

Parálisis cerebral, paraplejia, integración, necesidades educativas especiales, integración en Educación Física, silla de ruedas, andador, la sesión, deficiencia motriz, discapacidad motora.

1. LA PARÁLISIS CEREBRAL.

BABIO (1.991), define al niñ@ deficiente motórico como aquel que presenta de manera transitoria o permanente alguna alteración en su aparato locomotor, debido a un deficiente funcionamiento de su sistema óseo-articular, muscular y/o nervioso, y que limita alguna de las actividades que pueda realizar con el resto de niñ@s de su edad.

Desde el punto de vista educativo, la deficiencia física no debe implicar ningún tipo de barrera que imposibilite la adquisición de conocimientos, hábitos..., o el pleno desarrollo cognitivo y emocional. Para ello los centros educativos han de procurar que no existan barreras materiales u organizativas que lo impidan.

La parálisis cerebral de origen cerebral que es la que vamos a presuponer en la adaptación de actividades que propongo, se trata de una anomalía de tipo neuromotor provocada por un desarrollo defectuoso o lesión del cerebro. Este trastorno no evolutivo puede afectar al control motor, al tono, al movimiento y a la postura. La lesión cerebral puede tener lugar antes, durante o poco después del parto. Es de destacar que en la mayoría de los casos de parálisis cerebral se debe a una anoxia cerebral (insuficiencia de aporte de oxígeno a las células de la corteza cerebral), aunque también puede producirse por otras causas como infecciones (meningitis, encefalitis...) o por traumatismos craneales. Suele llevar asociadas algunas otras deficiencias, como en lenguaje, disminuciones intelectuales (no forzosamente), convulsiones, problemas de visión y/o audición, problemas afectivos.

La parálisis cerebral se clasifica según varios criterios, nosotros nos vamos a centrar en el criterio topográfico, es decir, según radica la afectación:

- ▶ Tetraplejia: a las cuatro extremidades.
- ▶ Displejia: extremidades superiores.
- ▶ Paraplejia: miembros inferiores.
- ▶ Hemiplejia: extremidades de un lado del cuerpo.

Para el caso que nos ocupa nos centraremos en la paraplejia, y más en concreto cuando el alumno puede desplazarse utilizando el andador.

2. INTEGRACIÓN ESCOLAR EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

El primer y gran problema que se encuentra un alumno que precisa silla de ruedas es el acceso al propio centro como a sus instalaciones, los bordillos, peldaños o escaleras se convierten en auténticos muros infranqueables. Luego para favorecer estos accesos se ha de contar con rampas y ascensores. De carecer de ascensor se tendrá que prever que el aula donde se integre el alumno esté situada en planta baja.

Una vez el alumno se puede trasladar libremente por el centro, hay que plantearse si requiere algún tipo de adaptación curricular en base a sus necesidades motrices, afectivo-sociales o cognitivas.

El área de Educación Física, que es la que nos afecta, se convierte en un instrumento idóneo para tratar estas necesidades, especialmente las de tipo motriz, en base a compensar las partes de su cuerpo que no están afectadas, el tratamiento de las zonas corporales afectadas sería una labor que correspondería a un personal especializado, como es el caso de un fisioterapeuta.

Los ámbitos afectivos y sociales deben ser trabajados paralelamente, de lo contrario el alumno se sentirá aislado, puesto que el resto de los alumnos de forma inconsciente tienden a olvidarlo.

En tanto y cuanto el movimiento se produce gracias a procesos cognitivos, este aspecto del desarrollo se verá igualmente beneficiado.

A la hora de programar nuestras sesiones en un aula en donde se encuentra un alumno con parálisis cerebral se nos plantean varias cuestiones:

- ¿Cómo voy a integrar al alumno si todas las actividades en las que se encuentren implicadas las piernas se verán afectadas?
- ¿Tengo que adaptar todas las actividades que he planeado para los demás a sus posibilidades?
- ¿Y el resto de la clase? ¿Tengo que limitar el desarrollo del currículo de los demás en función de lo que sea capaz de realizar el alumno con NEE?

Realmente resulta problemático. Entonces, ¿qué puedo hacer?

La normativa está clara, atenderlos a todos (atención a la diversidad). Darle a cada uno lo que requiere o precisa. Eso no es nada fácil llevarlo a la práctica, los docentes lo sabemos. Pero la dificultad no nos puede llevar a ignorar el problema o a realizar una falsa inclusión.

Hemos de recordar que en nuestra área trabajamos principalmente el juego y a través de él, el niño se educa (Piaget). En el momento en que excluimos a un alumno del juego o de otros contenidos de la Educación Física se le está negando una fuente de relación y de formación. Si actuamos así no reconocemos el valor educativo de nuestra área y le negamos al niño la posibilidad de conocer su cuerpo y sus posibilidades de movimiento, entre otros objetivos. Además, hemos de tener en cuenta el papel de la Educación Física en la promoción de la salud y la mejora de la calidad de vida, y en estos niños este aspecto suele ser crucial.

Por tanto la inclusión de los alumnos con NEE en la sesión de E. F. debe tender a englobar en todas las actividades posibles a todos los individuos, facilitando su participación activa, efectiva y real. Este es nuestro gran reto como educadores.

Ciertamente para propiciar una adecuada integración de los alumnos con necesidades educativas especiales, dada la diversidad de tipologías que nos podemos encontrar, requiere una alta preparación. Preparación que no se nos ha facilitado en nuestra formación universitaria ni en la formación continua.

Por tanto, esta preparación debe ser en muchos casos de forma autodidacta, es decir, debe partir de nuestra propia iniciativa. Esta iniciativa nos lleva a experimentar, a investigar en la acción, no cabe duda que a equivocarnos, pero únicamente de esa forma iremos progresando, acumulando experiencia.

En la búsqueda de información topamos con autores que nos dan pistas para guiar nuestra intervención docente, ese es el caso de Cumellas Riera (2000) quien nos habla de la necesidad de sensibilizar al resto de los alumnos con el fin de que puedan valorar las posibilidades y limitaciones del compañero que presenta una atención especial. Esta fase de sensibilización también se sustenta en hacer del alumno con discapacidad el principal protagonista de la clase. Esta autora también nos aporta estrategias de comunicación, seguridad y de adaptación de las actividades.

Desde un punto de vista más práctico López González (1997) nos aporta sesiones prácticas con juegos y actividades físicas en las que los alumnos con discapacidad motora pueden integrarse en nuestra área.

Desde esa experiencia y desde los conocimientos adquiridos a través de una formación autodidáctica realizo las siguientes propuestas de actividades físicas y juegos con las adaptaciones correspondientes para que pueda participar de forma efectiva un alumno con paraplejia. Para ello planteo dichas actividades en función de la estructura de la sesión.

Pero antes de desarrollarlas hemos de tener en cuenta una serie de estrategias generales:

- El juego es el medio más fácil de integrar a un alumno con esta discapacidad motora, y de forma más efectiva a través de juegos cooperativos. Los juegos de competitivos y de iniciación deportiva marcan más la diferencia con los demás, es decir es más complicado realizar propuestas de integración o de adaptación.
- Cuando más haya que utilizar las piernas igualmente se marcan más las diferencias con los demás. Si jugamos en el suelo se igualan nuestras posibilidades.
- Los materiales que se utilicen con estos alumnos deben estar adaptados, prácticamente en la misma medida que con cualquier otro niño en edad escolar. El uso de material multifuncional o polivalente facilita la actividad de todos los alumnos.
- Se favorece la integración afectivo-social si el alumno participa en el mayor número de actividades que se le presentan al resto de los niños de la clase, pero también hemos de ser conscientes de que no siempre es posible, o al menos que a nosotros no se nos ocurren otras alternativas.
- Los apoyos manuales se hacen indispensables en muchas ocasiones, a veces hemos de sujetar al niño para que éste pueda realizar determinados movimientos.

- En muchas ocasiones lo fundamental es que el alumno perciba sensaciones, especialmente las de carácter propioceptivo porque son las que menos suelen desarrollar debido a su inmovilidad.
- Hemos de adaptar las reglas de los juegos para favorecer la integración, delimitar espacios, adaptar materiales, reducir número de participantes,...
- A la hora de organizar agrupamientos, para favorecer el aprendizaje podremos utilizar estrategias de igualación (crear un déficit en el otro equipo) o por compensación (en el equipo del déficit hay más o menos jugadores, al alumn@ con NEE se le da ventaja).
- En algunos momentos el alumno deberá realizar una actividad paralela porque es muy complicado integrarlo con los demás, especialmente en aquellas que requiera uso de las piernas, como por ejemplo saltar.
- Se ha de prever distintas posibilidades de desplazamiento del alumno: en la silla de ruedas, con el andador, ayudado por el profesor, con su propio cuerpo en el suelo protegido con colchonetas.

Todo lo apuntado anteriormente será efectivo siempre y cuando el alumno con deficiencia venga a nuestra clase motivado y con ganas de participar y mejorar. Esa predisposición no está presente siempre.

3. ACTIVIDADES PARA LA PARTE INICIAL DE LA SESIÓN.

- **Nombre del juego: "MUÉVETE Y TOCA":**
 - ▶ **Disposición inicial:** dentro de un espacio limitado (área de 6 metros de la cancha de balonmano)
 - ▶ **Desarrollo del juego:** desplazamiento tocando las partes del cuerpo del compañero que se vayan indicando.
 - ▶ **Variantes:** variar tipos de desplazamiento: andando, lateral, corriendo, marcha atrás, saltando, pata coja... Otras formas propuestas por los alumnos.
 - ▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** las posibilidades de desplazamiento del alumno se reduce a caminar hacia delante con el andador, hacia atrás suele resultar muy complicado de coordinar el movimiento del andador y el de las piernas. Dependerá no obstante de las posibilidades de movilidad de las piernas del alumno. El resto de los desplazamientos propuestos son realmente difíciles de realizar.

- **Nombre del juego: “AGRUPAR Y DISPERSAR”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** inicialmente se forman parejas, pero el juego va progresando en la formación de grupos más numerosos hasta llegar al afectar al grupo clase.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** los alumnos se desplazan libremente por el patio intentando ocupar todo el espacio y no estar cerca del resto de los jugadores. A la señal las parejas deben juntarse rápidamente. La última pareja que se agrupe recibirá un “castigo”: recibir las cosquillas de otros compañeros, hacer 10 abdominales, realizar 7 flexiones... A continuación se juntan dos parejas pasando el grupo a tener cuatro componentes. El juego se desarrolla del mismo modo, pero ahora a la señal el grupo se debe unir formando un corro. El último grupo recibe el “castigo” correspondiente. El juego va evolucionando a grupos de 8, 12 ó grupo clase.
 - ▶ **Variantes:** variar tipos de desplazamiento: en zig-zag (esquivando), marcha atrás, talón-glúteos, girando... Otras formas propuestas por los alumnos.
 - ▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno puede realizar prácticamente todos los desplazamientos propuestos con su andador, salvo que los realizará andando. El grupo en donde se integre el alumno deberá descubrir la necesidad de unirse en función de la posición de este alumno.

- **Nombre del juego: “ENANOS Y GIGANTES”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** libre por el espacio (media pista de balonmano).
 - ▶ **Desarrollo del juego:** juego de persecución donde un alumno debe tratar de pillar al resto los jugadores. Los perseguidos se quedan “a salvo” de dos formas, si dicen “enanos”, se agachan en forma de “burro” y son liberados cuando un compañero los salta a la piola, si dicen “gigantes” se sitúan de pie con las piernas abiertas y los compañeros lo liberan pasando por debajo de sus piernas.
 - ▶ **Variantes:** variar tipos de desplazamiento: marcha atrás, lateral, pata coja, saltando, talón-glúteos, skiping...
 - ▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno de NEE se desplazará con el andador, puede tratar de elevar los talones o las rodillas en la medida de sus posibilidades. En su caso cuando diga “gigante” se quedará quieto y de pie con el andador y los demás lo liberan tocando sobre su hombro, si dice “enano” se sitúa en la misma posición, pero se libera tocándole en el andador.

- **Nombre del juego: “CARRERA CON CRUCES”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** se divide la clase en cuatro grupos y se sitúan en los extremos de una cruz marcadas con conos separados a la misma distancia (20 metros).

- ▶ **Desarrollo del juego:** a la señal deberán desplazarse hasta el extremo contrario. De esta manera todos los niños se cruzarán en el centro, tratando de esquivar al resto de sus compañeros. Debemos advertirles para evitar riesgos de accidentes que hay que tratar de no chocarse. Para ello le daremos la consigna de que el que se toque con otro suma un punto. Gana el niño y el equipo que menos puntos obtenga.
- ▶ **Variantes:** modificar en cada salida el tipo de desplazamientos: andando rápido, corriendo, en desplazamiento lateral, marcha atrás, girando, a pata coja, saltando, agachados y dando palmadas entre las piernas...
- ▶ **Material necesario:** conos, nuestro propio cuerpo y el de los demás.
- ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno de NEE se desplazará andando con el andador. Las únicas variantes que podrá realizar será la de girar con el andador e intentar ir marcha atrás, que será bastante complicado para coordinar sus movimientos de piernas y de andador. Se le puede coger de la cintura o del cuello de la ropa para que intente realizar el desplazamiento agachado dando palmadas entre las piernas.

4. ACTIVIDADES PARA LA PARTE PRINCIPAL DE LA SESIÓN.

- **Nombre del juego: “EL PAÑUELO”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** se forman dos grupos que se sitúan separados unos 20 metros en dos líneas (líneas de banda de la cancha balonmano). Cada grupo se numera en función del nº de componentes. Entre las dos líneas se sitúa el profesor con un pañuelo en sus manos.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** el profesor dice un número en voz alta y un niño de cada equipo corre hacia el centro para recoger el pañuelo y volver a la línea de partida sin ser tocado por el rival.
 - ▶ **Variantes:** los perdedores se van situando a un lado del profesor y puede ser salvados por un compañero que recoja el pañuelo y le choque las manos volviendo a su línea sin ser tocado por el oponente.
 - ▶ **Material necesario:** un pañuelo, nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** se le da ventaja al niño de NEE para que recoja el pañuelo y posteriormente toma salida el rival.

- **Nombre del juego: “CARRERA DE BRUJAS”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** por equipos situados en filas. el primer componente de cada grupo tiene una pica que se la coloca entre las piernas a modo de “escoba”.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** en relevos, sale el primero de cada fila corriendo con la pica entre las piernas y cogida con las manos como si se tratase de una “bruja” hasta llegar a lugar determinado y volver a la posición inicial para entregarle la pica al siguiente relevista.
 - ▶ **Variantes:** desplazamiento en zig-zag entre conos, recorrer una fila de bancos...;; realizar los desplazamientos por parejas subidos en la “escoba”.

- ▶ **Material necesario:** varias picas de madera, conos, bancos, nuestro propio cuerpo.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el niño transportará la pica suspendida sobre el travesaño inferior andador. Saldrá el primero y se le dará mucha ventaja. La variante del paso por encima de bancos o el de realizar la acción por parejas lógicamente no la podrá realizar, en su caso lo ejecutaría sobre el suelo.
- **Nombre del juego: “CARRERA DE MULETAS”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** por equipos situados en filas. el primer componente de cada grupo tiene dos picas que utilizará a modo de “muletas”.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** en relevos, sale el primero de cada fila, se desplaza a pata coja utilizando las picas como si se tratasen de “muletas” hasta llegar a lugar determinado y volver a la posición inicial para entregarle las picas al siguiente relevista.
 - ▶ **Material necesario:** varias picas de madera, nuestro propio cuerpo.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el niño transportará una pica suspendida sobre el travesaño inferior del andador. Saldrá el primero y se le dará mucha ventaja. Su desplazamiento se realizará caminando con el andador. Otra posibilidad es que salgan todos a la vez, pero en el equipo rival hay un mayor número de componentes, ésta es otra forma de compensar.
- **Nombre del juego: “EL ZORRO Y LAS GALLINAS”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** en grupos de 4, tres forman un corro cogidos de las manos, uno de ellos es la “gallina”, y el que queda, el “zorro”, se sitúa fuera del corro.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** el “zorro” tiene que intentar tocar a la “gallina” desplazándose por los lados del corro, los otros giran para evitarlo.
 - ▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el niño será sujetado por las manos por los otros dos niños y ayudado por el profesor porque se realizan movimientos rápidos. Realizará la función de “zorro” si a los otros tres se le atan las piernas a los compañeros.
- **Nombre del juego: “INQUILINO, SÓTANO Y TEJADO”.**
 - ▶ **Disposición inicial:** se forman tríos, quedándola uno. Cada trío se sitúa del siguiente modo, dos frente a frente y cogidos de las manos y el otro en medio. El que está dentro será el inquilino, el que queda a la derecha del inquilino será el sótano y el de la izquierda el tejado. Entre todos los tríos formamos un gran círculo situando en el centro el niño que la queda.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** el que la queda pronunciará en voz alta una de estas palabras (inquilino, sótano o tejado) y los niños que ocupan esa posición deben cambiar de grupo pasando a ser inquilinos. Los antiguos inquilinos cambian a la posición que se ha quedado libre. Como el alumno que la queda también busca un grupo, quedará un jugador sin casa pasándola a quedarla ahora.

- ▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el niño se desplazará con su andador y se le dará ventaja en la salida, para ello el que la queda le advierte previamente y sale antes de que lo haga el resto. En la posición de sótano o tejado el compañero situado enfrente se cogerá al andador.
- **Nombre del juego: “CRUZAR EL RÍO”.**
 - ▶ **Disposición inicial:** los niños se sitúan sobre dos líneas paralelas separadas 5 metros. Un niño la queda entre las dos líneas. Es conveniente limitar la longitud de estas líneas, para ello utilizamos conos para marcar sus extremos.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** tras las líneas los niños están a salvo, pero entre ellas corren peligro de ser atrapados. Se trata de cruzar de una línea a otra sin ser tocado por el que la queda. Cuando un niño es tocado pasa a quedarla junto al que la quedaba. ¿Quién es el último en quedar libre? Tampoco se puede sobrepasar los extremos de las líneas, en este caso el que se salga pasa igualmente a quedarla.
 - ▶ **Material necesario:** si no disponemos de líneas en la pista, la trazamos con tizas, pañuelos o cuerdas, nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** como el desplazamiento con el andador será muy lento será conveniente introducir un handicap en los demás para igualar, para ello les ataremos los pies con pañuelos o cuerdas.
- **Nombre del juego: “CRUZAR EL PUENTE”.**
 - ▶ **Disposición inicial:** en fila tras una fila de bancos suecos.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** se les dice a los niños que vamos a cruzar un puente y hay que evitar caerse al vacío. Los niños en fila cruzarán el puente de distintas formas: andando, andando rápido, andando y realizando un giro de 360º en cada banco, corriendo, andando marcha atrás, saltando vallas intercaladas entre los bandos, saltando entre los bancos que se separan 1 metro...
 - ▶ **Material necesario:** bancos suecos, vallas de psicomotricidad (se forman con ladrillos, picas de plástico y adaptadores)
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** será preciso que este juego se realice sin andador y para ello se cogerá al niño de las manos entre el profesor y otro alumno.
- **Nombre del juego: “EL TRANVÍA”.**
 - ▶ **Disposición inicial:** en grupos de tres, uno se sienta sobre una plataforma con ruedas y los otros dos lo cogen cada uno de una mano.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** cada grupo se desplaza llevando al que está sobre la plataforma de un extremo a otro del patio. En cada recorrido se va cambiando el que va sentado.
 - ▶ **Variantes:**
 - Realizar un recorrido en zigzag.

- Pasar entre un pasillo de conos.
- Al llegar a la mitad del recorrido lanzar al que va sobre la plataforma.
- Igual que el anterior, pero el que va en la plataforma se sitúa tumbado en decúbito prono sobre ella (vientre y pecho sobre la plataforma).
- En grupos de 6, dos sentados sobre las plataformas y cogidos de una mano, los otros cuatro se sitúan en los extremos (dos y dos) para llevarlos, al llegar a la mitad del recorrido los lanzan y estos deben tratar de cogerse de la otra mano para terminar cogidos de las dos manos.
- En gran grupo, los que van sobre plataformas cogidos de la mano, el resto se reparten entre los extremos y hay que intentar transportar a todos los que van en la plataforma sin que se separen los “vagones”.

▶ **Material necesario:** plataformas con ruedas, conos.

▶ **Adaptación al alumno con NEE:** la única función que podrá realizar este niño es la de ser transportado, por ello favoreceremos que sea llevado en más ocasiones que el resto. Hay que tener mucha precaución en los ejercicios de lanzamiento si el niño no domina la posición del cuerpo sentado. Conviene que una de las ayudas sea la del profesor para controlar la velocidad de desplazamiento.

▪ **Nombre del juego: “FORMAS COLECTIVAS”.**

▶ **Disposición inicial:** en grupos de 8 componentes.

▶ **Desarrollo del juego:** cada grupo debe realizar la forma sugerida por el profesor/a (número, letra...) tumbándose en el suelo y utilizando todos sus cuerpos en el menor tiempo posible.

▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.

▶ **Adaptación al alumno con NEE:** la forma se iniciará a partir del cuerpo de este niño, el resto se irán sumando a él.

▪ **EJERCICIOS SOBRE COLCHONETAS:**

▶ **Voltereta:** se realizará si el niño pesa poco, precisará la ayuda del profesor para realizarla. Lo importante en este caso no es la realización del ejercicio que será muy complicado de ejecutar sino que el alumno reciba las sensaciones propioceptivas que se derivan de este movimiento.

▶ **Giros sobre el eje longitudinal tumbados:** en principio el alumno puede realizarlo sin dificultad, se ayudará para que no se salga de la trayectoria marcada por la fila de colchonetas.

▶ **“El arado”:** partiendo de decúbito supino se trata de intentar de girar el cuerpo para que los pies toquen en el suelo por detrás de la cabeza. Será necesario ayudar al niño cogiéndolo de los pies y realizando el movimiento lentamente hasta llegar al punto máximo de repliegue corporal.

▶ **“El clavo”:** partiendo de la posición de decúbito supino se trata de levantar el cuerpo y las piernas sujetando el cuerpo con las manos en la espalda y mantener el equilibrio. La base de sustentación se forma con los hombros, los brazos y la cabeza. Será necesario ayudar al niño cogiéndolo de las

piernas. Lo importante será también las sensaciones propioceptivas que se generan.

- ▶ **“La mesa”**: situarse en equilibrio en cuadrupedia boca arriba. Se deberá ayudar al niño para que ponga las piernas en ángulo recto, de esta forma podrá mantenerse en equilibrio.
- ▶ **Caminar en cuadrupedia**: en función de las posibilidades del alumno, se tratará de que se desplace en cuadrupedia normal e invertida, tanto hacia delante como hacia atrás. Si le cuesta mantener el equilibrio se le ayudará sujetándolo por la cintura.
- ▶ **Reptar**: desplazamiento realizando reptaciones utilizando como apoyo codos y rodillas. El uso de las rodillas y las piernas será muy limitado por lo que todo el esfuerzo se realizará con los brazos.
- ▶ **Ejercicios de acrosport**: podrá realizar tanto la función de “portor” como de “ágil” en función de sus posibilidades y limitaciones.
 - **Portor**: ayudado del andador siempre y cuando tenga que sostener pequeños pesos, por ejemplo que otro niño se sujete de sus hombros mientras que la gran parte de su peso es soportado por otro alumno.
 - **Ágil**: en posiciones que no entrañen mucha dificultad, será sujetado por al menos dos niños.

▪ **JUEGOS CON BALONES. (actividades genéricas)**

- ▶ **Pases con las manos**: se realizarán de dos modos, bien en silla de ruedas si ésta le permite realizar el lanzamiento y la recepción con comodidad, o bien sentado en el suelo, con o sin apoyo de la espalda para mantener la postura. Desde esta posición se pueden realizar ejercicios y juegos en donde el resto de los compañeros ocuparan una posición similar (igualación). Por ejemplo, en un “mareo (juego de 3 contra 1), todos ocuparían un posición sentados. Siempre que el niño se siente en el suelo se utilizará una colchoneta.
- ▶ **Ejercicios de adaptación y manejo de balón**: sentado en el suelo o en la silla de ruedas.
- ▶ **Lanzamientos con las manos**: se realizarán igualmente desde la silla de ruedas, en este caso se ha de poner el freno de la misma y el lanzamiento se efectúa con una mano (tener en cuenta que el tamaño del balón o la pelota se adapte a la mano del niño) con la otra se coge a la silla para ejercer tracción. En el caso de lanzamiento a canasta, se ha de realizar sobre canastas adaptadas (tipo juegos de agua), es decir a baja altura, o bien a través de un aro sujetado por un compañero o colgado de una portería.
- ▶ **Transportes de balón con las manos**: precisaría realizarlo en silla de ruedas y ésta deberá ser empujada por un niño o el profesor.
- ▶ **Bote de balón**: si no tiene muy condicionada la movilidad del brazo y de la mano se efectuará también desde la silla y si no es posible sentado en el suelo.

- ▶ **Juegos con balón donde se usen las manos:** los realizará sentado en la silla de ruedas, si es posible él mismo será quien se empuje.
- ▶ **Juegos de balones usando los pies:** caben varias posibilidades:
 - Sentado en la silla de ruedas y usando un implemento con las manos para golpear el balón. Este implemento será una especie de bota con un palo, si no se dispone del mismo se puede emplear un stick de hockey.
 - Caminando con el andador y llevando la pelota dentro del mismo, toca con los pies para que no se salga.
 - Cogido del cuello de la ropa para que realice lanzamientos con el pie (siempre que haya una mínima movilidad de la pierna).

Veamos a continuación algunos juegos de aplicación con balones o pelotas.

- **Nombre del juego: “RECOGE LA BOLA DEL HELADO”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** Por parejas, uno con un cono y otro con una pelota blanda.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** Uno lanza la pelota y el otro trata de recogerla con el cono. Cada vez que acierta retrocede hacia atrás aumentando la distancia de lanzamiento. Para ello se marcan varias posiciones en la pista.
 - ▶ **Material necesario:** conos, pelotas blandas tamaño tenis.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno recogerá la pelota sentado en la silla de ruedas, pero realizará los lanzamientos cogido al andador o sujetado por el profesor. Las distancias de lanzamientos serán menores que el resto.

- **Nombre del juego: “PASO A TODOS”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** en gran grupo y disposición libre por el espacio, la mitad de los alumnos con balones.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** todos se desplazan por el espacio y el que tiene balón debe pasar a alguien que no tenga, hay que intentar pasar con todos los niños de la clase.
 - ▶ **Material necesario:** balones blandos tipo balonmano.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno se desplazará de forma autónoma con su silla de ruedas, tanto para lanzar como para recepcionar pondrá los frenos de la misma.

- **Nombre del juego: “BALÓN-PIVOTE”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** en equipos de 4 componentes, en los extremo el terreno de juego se marcan dos círculos de 1,5 metros de diámetro (jugar a lo ancho de la pista). Dentro del círculo se sitúa un pivote de cada equipo.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** juego de iniciación al baloncesto de tres contra tres más un jugador que hace de pivote. Se anota punto cuando un jugador pasa a su pivote la pelota. El pivote no se puede salir del círculo y ningún jugador de campo puede penetrar en el mismo.

- ▶ **Material necesario:** balones blandos tipo baloncesto, tizas.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno se desplazará de forma autónoma con su silla de ruedas para lanzar o recepcionar. Si es muy complicado su integración dentro de este juego porque los demás se mueven con mayor rapidez, se puede poner de pivote. También se puede añadir algún handicap al resto: atarles los pies con una cuerda o pañuelo, juntar dos jugadores y atarles una de las piernas de modo que se tengan que desplazar unidos. Otra posibilidad es reducir el espacio y jugar sentados en el suelo de modo que no se produzcan desplazamientos.
- **Nombre del juego: “BALÓN PERSEGUIDO:**
 - ▶ **Disposición inicial:** en gran grupo, todos contra todos, sobre un espacio delimitado. Se utilizan tres balones.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** los jugadores que tienen el balón lanzan desde el lugar en el que están al resto de los jugadores. Estos para evitar que le den con el balón corren y esquivan. Al que le den con el balón se sienta en el suelo hasta que recoja una pelota, entonces se salva y vuelve a jugar.
 - ▶ **Material necesario:** balones blandos tipo balonmano.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** se pueden utilizar las mismas estrategias expuestas en el juego anterior.
- **Nombre del juego: “BALÓN-TIRO” (“QUEMAO”):**
 - ▶ **Disposición inicial:** se marca un terreno de juego dividido en dos campos, para ello podemos utilizar las líneas de la pista de voley o bien lo marcamos con conos. Se forman dos equipos, cada equipo se sitúa en un campo, menos un jugador de cada equipo se coloca detrás de la línea de fondo del equipo contrario (“cementerio”).
 - ▶ **Desarrollo del juego:** los jugadores de un equipo lanzan un balón contra los del equipo contrario intentando darle en el cuerpo y que posteriormente la pelota caiga al suelo. En este caso el jugador está “matao” y pasa al “cementerio”. El equipo rival esquivo las pelotas o intentan atraparlas sin que se les caiga al suelo. Los jugadores desde el cementerio siguen jugando, bien lanzando a matar, o bien pasando a sus compañeros que hay en el campo. Gana el equipo que logra matar a todos los contrarios.
 - ▶ **Material necesario:** balón blando tipo balonmano, conos.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno se desplazará de forma autónoma con su silla de ruedas para lanzar, recepcionar o esquivar. Se advertirá a los demás que lancen con poca fuerza sobre él o que le den tiempo para que pueda desplazarse a un lugar más seguro. Otra posibilidad es reducir el espacio y jugar sentados en el suelo de modo que no se produzcan desplazamientos.

- **Nombre del juego: “ATRAVESAR EL ARO”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** en grupos de tres, uno con un aro.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** dos lanzan un balón alternativamente para atravesar un aro que es sostenido por un niño situado entre ambos. Cuando uno logre un nº de aciertos el perdedor coge el aro.
 - ▶ **Material necesario:** balones blandos tipo balonmano, aros.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno lanzará y cogerá el aro desde la silla de ruedas.

- **Nombre del juego: “EL RELOJ ENCESTADOR”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** dos equipos, uno en fila lanza tiros libres y el otro realiza un recorrido.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** el grupo A lanza a canasta de forma alternativa mientras el B realiza un recorrido en relevos botando un balón. ¿Cuántas canastas se meten mientras que el otro equipo completa el recorrido? Cambio de roles.
 - ▶ **Material necesario:** balones de minibasket, aro.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** cuando debe lanzar tiros libres lanza sobre un aro que cogido por un compañero. El recorrido lo realizará con el andador o la silla de ruedas sin transportar botando el balón. Además es conveniente que en su equipo haya un jugador menos para compensar.

5. ACTIVIDADES PARA LA PARTE FINAL DE LA SESIÓN.

- **Nombre del juego: “PASAR POR EL ARO”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** En corro cogidos de las manos.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** se colocan uno o varios aros entre los brazos y hay que tratar de pasarlo a un compañero en una dirección determinada. Para ello ellos niños elevan sus manos y el receptor mete su cabeza para atrapar el aro, lo pasa por todo su cuerpo hasta llegar a las piernas, levanta éstas para depositar el aro en el otro brazo y seguir pasándolo al de al lado. Hay que evitar que se les caiga, que se suelten de manos o que alguien acumule dos aros.
 - ▶ **Material necesario:** varios aros de psicomotricidad, nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** el alumno en la medida de lo posible realiza estas acciones sujetado por el profesor por el cuello de su sudadera o por su cintura.

- **Nombre del juego: “LA PELOTA CALIENTE”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** sentados en círculo, la queda uno en el centro con los ojos cerrados.

- ▶ **Desarrollo del juego:** se pasa una pelota de mano en mano hasta que el que la queda diga “¡se quemó!”, el que tenga la pelota se sienta de espaldas. Éste saca en la dirección que quiera y cuando la vuelva a quedar pasa al centro.
 - ▶ **Material necesario:** una pelota blanda, nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** no precisa ningún tipo de adaptación.
- **Nombre del juego: “MENSAJE LOCO”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** sentados en círculo.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** Un niño la queda y se aparta para no oír la palabra que se debe decir entre el grupo. Dentro del grupo se hacen tantos subgrupos como sílabas tenga la palabra. El juego consiste en que el niño que la queda debe averiguar de qué palabra se trata pero oirá las sílabas todas a la vez.
 - ▶ **Material necesario:** ninguno.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** no precisa de ningún tipo de adaptación.
- **Nombre del juego: “LA GRÚA”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** dos equipos sentados en fila, uno detrás de otro (los pies tocan en la espalda del que está delante).
 - ▶ **Desarrollo del juego:** el juego se inicia con un balón en el primero de cada fila. A la señal, se va pasando el balón hacia atrás (pasando de sentado a tumbado), cuando el balón llega al último, este se levanta y sale corriendo para ponerse el primero de la fila y sigue pasando el balón. El juego finaliza cuando el jugador que comenzó el juego regresa a su posición inicial.
 - ▶ **Variantes:** invertir el sentido de pase de la pelota, se empieza por el último y el primero es el que se levanta y pasa a ocupar el último lugar de la fila. En este caso la acción de pase del balón será de tumbado a sentado
 - ▶ **Material necesario:** dos balones blandos, nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** en la realización de pase de sentado a tumbado es posible que el niño no requiera ninguna adaptación, sin embargo es conveniente utilizar colchonetas para evitar que se golpee en la parte posterior de la cabeza al tumbarse. En cambio puede resultarle difícil pasar de tumbado a sentado, en este caso se le ayudará a levantarse. Igualmente precisará ayuda para pasar de sentado a pie y caminar con el balón hasta la posición primera o última, según el caso. Como en esta acción tiene una clara desventaja con los demás será necesario que el niño comience situándose el último de la fila para que sea él el que realice el primer relevo, igualmente se tendrá que dar una gran ventaja en la salida del balón respecto al equipo contrario.

- **Nombre del juego: “EL ASESINO”:**
 - ▶ **Disposición inicial:** sentados en círculo, la queda uno el “detective”.
 - ▶ **Desarrollo del juego:** en el grupo se nombra un asesino que “mata guiñando un ojo, el alumno muerto se dejará caer al suelo (tumbado). El detective debe averiguar quién es el asesino.
 - ▶ **Material necesario:** nuestro propio cuerpo y el de los demás.
 - ▶ **Adaptación al alumno con NEE:** no precisa ningún tipo de adaptación.

BIBLIOGRAFÍA.

CUMELLAS RIERA, M. (2000): “Alumnos con discapacidades en las clases de Educación Física convencionales”. Lecturas de Educación Física y deportes. Buenos Aires - Año 5 - N° 23 - Julio 2000.

LÓPEZ GONZÁLEZ, P. (1997): “El área de Educación Física y el alumnado con discapacidad motora”. M.E.C. Madrid.

MUÑOZ DÍAZ, J. C. y ANTÓN HERRERA M^º A. (2006): “Las discapacidades físicas. Integración en Educación Física”. www.efdeportes.com. Revista digital. Buenos Aires. Año 11, n° 98, julio de 2006.

MUÑOZ DÍAZ, J. C. y ANTÓN HERRERA M^º A. (2008): “Intervención educativa en Educación Física con alumnos de necesidades educativas especiales”. Portaldeportivo la revista, n° 4, enero-febrero 2008, Chile.

RIOS HERNÁNDEZ, M. (2005) “Manual de Educación Física adaptada al alumno con discapacidad”. Paidotribo, Barcelona.

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

COMPETENCIAS BÁSICAS Y EDUCACIÓN FÍSICA. SELECCIÓN DE APRENDIZAJES

AUTOR: Raúl López Pintor

Maestro Especialista en Educación Física

E-mail: ralopin@hotmail.com

Blog: <http://ralopin-educarfisica.blogspot.com/>

RESUMEN:

A través de este artículo aportaremos algunas ideas interesantes sobre que son las competencias básicas, como se relacionan con la educación física. Para llevar a cabo todo lo expuesto de manera práctica, proponemos finalmente una unidad didáctica, en la que se integra el trabajo de las competencias básicas. En ésta unidad abordaremos un apartado final en el que desgranamos de manera clara que contenidos de la unidad propuesta están mas relacionados con las distintas competencias básicas.

PALABRAS CLAVE.

Competencia básica, proyecto DESECO, proyecto PISA, evaluación de competencias, enseñanza, aprendizaje, educación física y competencias básicas, unidad didáctica y competencias básicas.

CINCO PREGUNTAS SOBRE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

1. ¿Qué es una competencia básica?

Antes de responder a esta pregunta hemos aclarar el término **competencia**. La competencia es la forma en que una persona utiliza todos sus recursos personales (habilidades, actitudes, conocimientos, experiencias) para resolver de forma adecuada una tarea en un contexto definido. Una competencia representa un tipo de aprendizaje distinto de la conducta, el comportamiento, la habilidad, o la capacidad. Estos aprendizajes son complementarios y mutuamente dependientes, pero se manifiestan y se adquieren de forma diferente.

A partir de los estudios de Lévy Leboyer (2003) sobre la delimitación del término competencia, podemos sacar dos conclusiones:

- El término competencia se refiere al conjunto de acciones o decisiones que una persona o institución puede adoptar.
- El término competencia se refiere al modo en que una persona o institución utiliza sus posibilidades de decisión, esto es, al modo en que las decisiones adoptadas o las acciones realizadas son buenas.

Competencia se refiere a todo aquello que hace posible que una persona o institución haga un buen uso de su poder de decisión y/o de acción.

Aproximándonos mas al competencia básica, el proyecto DeSeCo hace una delimitación definitiva del concepto competencia básica. Este proyecto, vinculado al proyecto INES, para la determinación de indicadores de calidad de la educación y al proyecto PISA de evaluación de los estudiantes, tiene como finalidad establecer un marco teórico y conceptual de que permita a los países de la OCDE definir y seleccionar competencias clave y un sólido fundamento para desarrollar indicadores estadísticos de competencias clave.

El proyecto DeSeCo pone de manifiesto una definición de competencias basada en dos perspectivas, una funcional y otra estructural:

- Funcionalmente las competencias permiten solucionar tareas de manera satisfactoria, es decir a través de realizaciones y producciones.
- Estructuralmente las competencias permiten la configuración de un espacio mental surgido de la combinación ordenada de los distintos componentes, tanto los cognitivos como los no cognitivos.

Fijado el concepto de competencia vamos a añadirle el “apellido” **básica** analizando el concepto competencia en el marco educativo que plantea la LOE.

La LOE añade un nuevo tipo de aprendizaje, las competencias básicas y lo sitúa como referente de toda la enseñanza obligatoria, es decir tanto en Educación primaria como en educación Secundaria Obligatoria.

La forma en la que cualquier persona utiliza sus recursos personales (habilidades, actitudes, conocimientos y experiencias) para actuar de manera activa y responsable en la construcción de su proyecto de vida tanto personal como social. El conjunto de **competencias básicas** constituyen los aprendizajes indispensables para llevar una vida plena. La incorporación de las competencias básicas a la enseñanza obligatoria se utiliza con el soporte para la resolución de un problema recurrente: la selección de los aprendizajes básicos que una persona debe alcanzar para ser considerada una persona educada.

2. ¿Cuáles son las competencias básicas?

La selección de las competencias obedece a la conjunción de tres criterios:

- Las competencias seleccionadas esta al alcance de la mayoría y por tanto su selección no tiene ningún sentido selectivo, sino, muy al contrario, de construcción de una cultura común.
- Las competencias seleccionadas son relevantes para una amplia variedad de ámbitos de la vida y las prácticas sociales vinculadas a ellos.
- Las competencias sociales contribuyen al aprendizaje a lo largo de toda la vida, y por tanto en si conjunto pueden ser consideradas como instrumentales respecto a otras competencias mucho mas específicas.

Las competencias seleccionadas por la UE y el MEC son ocho:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia matemática.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
- Tratamiento de la información y la competencia digital.
- Competencia social y ciudadana.
- Competencia cultural y artística.
- Competencia para aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa personal.

Las competencias básicas son comunes a toda la enseñanza obligatoria y constituye, de hecho, el hilo conductor que permite considerarla como una unidad. Las competencias básicas ponen de manifiesto los niveles de consecución de las capacidades propias de cada una de las etapas.

3. ¿Qué consecuencias pueden tener para los centros?

La incorporación de las competencias a los proyectos educativos de centro podría tener dos tipos de consecuencias: en el currículo y en la organización.

Las consecuencias más importantes para el **currículum** serían dos: una modificación sustancial de las tareas actuales, y una mejor integración entre el currículo formal, informal y no formal.

Para saber que tareas habría que modificar sería necesario que todo profesorado analizara la relación entre las tareas que actualmente ofrece a su alumnado y la contribución de cada una de ellas a la adquisición de las competencias básicas. Para facilitar la integración del currículo formal, informal y no formal, sería necesario un desarrollo del compromiso educativo entre el centro, la familia y el entorno.

Las consecuencias **organizativas** más importantes serían:

- Una mayor flexibilidad de los agrupamientos, facilitando el desarrollo de proyectos e itinerarios personalizados.
- Una mayor apertura del centro a su entorno, y especialmente, a la colaboración con las familias y las organizaciones locales.
- Un aprendizaje eficaz, utilizando todas las posibilidades que nos ofrecen los entornos virtuales.

Todas estas medidas tienen una finalidad común: ampliar las oportunidades educativas aumentando el tiempo efectivo para la resolución de las tareas.

4. ¿Se pueden evaluar?

Se pueden y se deben evaluar. Para evaluar las competencias, como para evaluar cualquier aprendizaje, es necesario disponer de alguna fuente de información (trabajos del alumnado, exámenes, observaciones en el aula, entrevistas, etc) y algunos criterios de evaluación (adecuados al nivel educativo del alumno). En el ámbito escolar las fuentes de información deberán ser variadas, prestando especial atención a las tareas. Los criterios de evaluación serán los establecidos en los diseños curriculares.

Es muy importante que las administraciones educativas reconozcan a todas las personas, una vez concluida su formación obligatoria, el nivel de dominio alcanzado en cada una de las competencias, sobre todo, si esas personas no han logrado la titulación correspondiente.

En la evaluación de las competencias nuestra atención debe estar centrada en la realización de tareas, dado que son ellas las que hacen posibles que el dominio del contenido se transforme en competencia. Las tareas son también el centro de la evaluación, como lo eran en el desarrollo del currículum, de modo que, para obtener información relevante de los trabajos realizados por los alumnos, es necesario identificar claramente las tareas implicadas en la realización de esos trabajos, y asociar el éxito en esas tareas a los criterios de evaluación definidos dentro de cada área curricular.

5. ¿Se pueden enseñar y aprender las competencias básicas?

Antes de responder a la pregunta hemos de hacer una delimitación conceptual sobre dos términos, que se antojan importantes para aclarar la cuestión que se nos plantea. Estos términos son Enseñanza y Aprendizaje.

- **Enseñanza.** Proceso por el que se configuran las condiciones para que los alumnos puedan vivir experiencias educativas, que el centro ha dispuesto, es decir, proceso destinado a crear condiciones para que, a través de las experiencias educativas, los alumnos lleguen a aprender. El eje sobre el que se configuran esas condiciones son la estructura de las tareas y la estructura de la relación.
- **Aprendizaje.** Las capacidades, destrezas, habilidades, competencias que los alumnos llegan a adquirir como consecuencia de las experiencias educativas que el centro les ofrece.

Las competencias, en cuanto a una forma de aprendizaje diferenciado, se pueden aprender como el resto de los aprendizajes (conductas, comportamientos o capacidades) y, al igual que todos ellos, requieren de unas condiciones favorables.

Las competencias básicas requieren de un aprendizaje situado, es decir, de un aprendizaje vinculado a un contexto y tareas determinadas que las personas tendrán que resolver y que le permitirán adquirir las competencias básicas. Esta visión del aprendizaje contextualizado o situado, conecta una amplia tradición de teorías y prácticas educativas que ahora ven reforzado su valor.

En última instancia toda propuesta curricular, ya sea diseño, proyecto educativo, o programación, solo tiene una finalidad: determinar el tipo de experiencia educativa que mejor conviene a unos determinados alumnos. Toda propuesta de enseñanza persigue ampliar o reducir la posibilidad de ocurrencia de ciertos acontecimientos y /o actividades dentro del aula, como base para propiciar las experiencias mas adecuadas a los alumnos.

Los contenidos seleccionados en la unidad no logran por si mismos la consecución de las competencias, sino que es necesario definir un conjunto de actividades, que sobre la base de esos contenidos, proporcionen a los alumnos una determinada experiencia de la realidad. La experiencia que un alumno adquiere de la realidad viene dada por la forma en que se relaciona con ella y con el contenido, en el marco de una determinada estructura de tareas. Las capacidades se adquieren a partir de la experiencia, y ésta surge de las múltiples interrelaciones que tienen lugar en las actividades que se configuran en las tareas escolares. En definitiva, las tareas determinan la experiencia educativa de los alumnos.

La importancia de la relación entre el desarrollo del currículo y la estructura de las tareas, queda claramente puesta de manifiesto en este texto de Gimeno Sacristán: “los efectos educativos no se derivan lineal y directamente de los currículum que desarrollan los profesores y alumnos, como si unos y otros tuviesen un contacto estrecho con el mismo, o aprendiesen directamente de sus contenidos y propuestas. La labor de profesores y alumnos desarrollando un currículum está mediatizada por las formas de trabajar con él, pues esta mediación es la que condiciona la calidad de la experiencia que se obtiene”

COMPETENCIAS BÁSICAS Y EDUCACIÓN FÍSICA

La contribución de la Educación Física a la consecución de las competencias básicas viene regulada por el REAL DECRETO 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. En su anexo I se define la triple finalidad que tienen las CC.BB.

"En primer lugar, integrar los diferentes aprendizajes, tanto los formales, incorporados a las diferentes áreas o materias, como los informales o no formales.

En segundo lugar, permitir a todos los estudiantes integrar sus aprendizajes, ponerlos en relación con distintos tipos de contenidos y utilizarlos de manera efectiva cuando les resulten necesarios en diferentes situaciones y contextos.

Por último, orientar la enseñanza, al permitir identificar los contenidos y los criterios de evaluación que tienen carácter imprescindible y, en general, inspirar las distintas decisiones relativas al proceso de enseñanza y de aprendizaje".

En el citado Real Decreto se dice que las competencias básicas son transversales, y por tanto tienen que desarrollarse desde todas las áreas. Este documento prescriptivo contiene orientaciones generales sobre cómo contribuir a su desarrollo a través las diferentes áreas curriculares. Sobre la educación física, dice textualmente:

*El área de Educación física contribuye esencialmente a desarrollar la competencia en el **CONOCIMIENTO Y LA INTERACCIÓN CON EL MUNDO FÍSICO**, mediante la percepción e interacción apropiada del propio cuerpo, en movimiento o en reposo, en un espacio determinado mejorando sus posibilidades motrices. Se contribuye también mediante el conocimiento, la práctica y la valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud. Esta área es clave para que niñas y niños adquieran hábitos saludables y de mejora y mantenimiento de la condición física que les acompañen durante la escolaridad y, lo que es más importante, a lo largo de la vida.*

En la sociedad actual que progresa hacia la optimización del esfuerzo intelectual y físico, se hace imprescindible la práctica de la actividad física pero, sobre todo, su aprendizaje y valoración como medio de equilibrio psicofísico, como factor de prevención de riesgos derivados del sedentarismo y, también, como alternativa de ocupación del tiempo de ocio.

*Asimismo, el área contribuye de forma esencial a desarrollar la **COMPETENCIA SOCIAL Y CIUDADANA**. Las características de la Educación física, sobre todo las relativas al entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales, cuando la intervención educativa incide en este aspecto. Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad.*

La Educación física ayuda a aprender a convivir, fundamentalmente en lo que se refiere a la elaboración y aceptación de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad. Las actividades dirigidas a la adquisición de las habilidades motrices requieren la capacidad de asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas. El cumplimiento de las normas que rigen los juegos colabora en la aceptación de códigos de conducta para la convivencia. Las actividades físicas competitivas pueden generar conflictos en los que es necesaria la negociación, basada en el diálogo, como medio para su resolución. Finalmente, cabe destacar que se contribuye a conocer la riqueza cultural, a través de la práctica de diferentes juegos y danzas.

Esta área contribuye en alguna medida a la adquisición de la **COMPETENCIA CULTURAL Y ARTÍSTICA**. A la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa contribuye mediante la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento. A la apreciación y comprensión del hecho cultural, y a la valoración de su diversidad, lo hace mediante el reconocimiento y la apreciación de las manifestaciones culturales específicas de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como patrimonio de los pueblos.

En otro sentido, el área favorece un acercamiento al fenómeno deportivo como espectáculo mediante el análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen. La Educación física ayuda a la consecución de la **AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL** en la medida en que emplaza al alumnado a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar auto superación, perseverancia y actitud positiva. También lo hace, si se le da protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de las actividades físicas, deportivas y expresivas.

El área contribuye, en menor medida, a la **COMPETENCIA DE APRENDER A APRENDER** mediante el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a tareas motrices más complejas. Ello permite el establecimiento de metas alcanzables cuya consecución genera auto confianza. Al mismo tiempo, los proyectos comunes en actividades físicas colectivas facilitan adquirir recursos de cooperación.

Por otro lado, esta área colabora, desde edades tempranas, a la valoración crítica de los mensajes referidos al cuerpo, procedentes de los medios de información y comunicación, que pueden dañar la propia imagen corporal. Desde esta perspectiva se contribuye en cierta medida a la competencia sobre el **TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN Y LA COMPETENCIA DIGITAL**.

El área también contribuye, como el resto de los aprendizajes, a la adquisición de la **COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA**, al ofrecer gran variedad de intercambios comunicativos, del uso de las normas que los rigen y del vocabulario específico del área.

Debemos destacar que el REAL DECRETO 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación primaria, no hace alusión alguna a la COMPETENCIA MATEMÁTICA; aunque es obvio que desde la educación física también se puede desarrollar.

En este sentido Lleixá (2006) hace referencia al aprendizaje de elementos y razonamientos matemáticos, incidiendo en su utilización para la resolución de problemas en situaciones cotidianas propias de nuestra materia. Podemos desarrollarla, realizando y analizando cálculos; utilizando números; interpretando informaciones, datos y argumentaciones; realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, u otras nociones matemáticas...).

Como vemos estas orientaciones curriculares, como todo marco normativo, son genéricas y tienen un carácter orientador. Corresponde pues a los profesores o maestros, establecer a partir de los Objetivos Generales de la Educación Física, el diseño y la temporalización de unos contenidos y unas actividades concretas que contribuyan al desarrollo real de las competencias básicas.

UNIDAD DIDÁCTICA DE JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES.

Título: “Los juegos de Maricastaña”

Nivel: ciclo 3º Educación Primaria.

Nº SESIÓN: 1

Objetivos:

- Presentar la webquest que será la base para la investigación de los juegos populares.
- Conocer y practicar diferentes juegos populares, posibilitando la utilización de los mismos para ocupar el tiempo libre.
- Respetar las normas y reglas para gozar del juego.
- Desarrollar la imaginación y la creatividad.

Material: Ordenadores, conexión a Internet, tizas y piedras.

Instalación: Sala de informática. Patio de recreo.

Metodología: Resolución de problemas. Asignación de tareas.

La primera parte de la clase en torno a unos 10 minutos la realizaremos en la sala de informática. En ella plantearemos a los alumnos la webquest los juegos de mis abuelos, y a partir de ella podrá iniciar la búsqueda de otros juegos tradicionales.

Animación

“TULA” o “EL TIENTE”. El que la liga (tienta) persigue a todos los demás. En el momento que toca a alguien debe decir: “TULA”, y a partir de ese momento el tocado pasa a ser perseguidor.

Parte principal

“LA CADENA”. Uno se la queda. A la señal, el que se la queda trata de tocar a los demás. Al tocar a uno, se cogen de la mano y siguen la persecución. Se va formando una cadena con los tocados que nunca pueden soltarse. En caso de que por cualquier razón se rompiera la cadena, los “encadenados” que en ese momento se la quedaban, volverán a formar la cadena y el juego continua

“MARRO” o “LA PAELLA” o “LA OLLA” o “LA CHAMAGA AGARRADA”. Se delimita una zona que será la casa y un jugador que se la queda. Cuando se grite “¡Paella de uno...va!” el que la queda intentará alcanzar a alguien, cuando lo hace los dos corren hasta su zona, mientras los demás les persiguen para darles golpecitos. A la voz de “¡Paella de dos...va!” , salen cogidos de la mano para tocar a un tercer jugador y así sucesivamente hasta que sólo quede una persona, que será quien empiece el juego siguiente. Si la cadena se rompe, los jugadores que se quedan deben volver a la casa porque pueden ser golpeados. Si un jugador entra en la casa pasa también a quedársela.

Vuelta a la calma.

“SIETE Y MEDIA”. Dibujamos un cuadrado en el suelo y lo dividimos en cuatro partes. Dichas partes las numeramos del 1 al 4. En el centro del cuadrado, dibujamos un cuadrado pequeño y en su interior ponemos el número 7,5. Tras dibujar el cuadrado, se lanzan desde una distancia de 3 metros aproximadamente 3 piedras por participante, sumándose los puntos marcados en el lugar de la caída de las piedras. Si alguna cae en la línea, vale medio punto, y si cae en el interior del casillero central vale siete y media. Gana el que consiga siete y media o más.

Nº SESIÓN: 2

Objetivos:

- Conocer y practicar diferentes juegos populares, posibilitando la utilización de los mismos para ocupar el tiempo libre.
- Respetar las normas y reglas para gozar del juego.
- Desarrollar la imaginación y la creatividad.

Material: Sacos, picas, ladrillos, tizas, pelotas.

Instalación: Patio de recreo.

Metodología: Resolución de problemas. Asignación de tareas.

Animación

“TULIPÁN”. Un jugador se queda. Si el perseguidor toca a alguien se cambiará el rol con este. Los perseguidos podrán descansar, sin ser cazados, diciendo “TULIPÁN” y colocándose con los brazos extendidos y las piernas abiertas hasta que un compañero pase por debajo de sus piernas liberándole.

Parte principal

“CARRERAS DE SACOS”. Los grupos se colocan en filas. El primero de cada grupo se mete dentro del saco. A la señal debe desplazarse saltando hasta un lugar establecido de antemano, donde girarán para volver y darle el saco al siguiente compañero. Gana el equipo que antes termine el recorrido.

“DEFIENDE EL PALO”. Uno del grupo tiene que defender el palo (pica en un ladrillo dentro de un círculo de un metro de radio) del resto que lanzarán un balón para intentar derribarlo. El que lo consiga se cambia con el defensor.

“LA LIEBRE”. Uno la liga, se le hace el reloj y cuenta mientras todos los demás corren a esconderse. Cuando termina sale e intenta localizar a todos los escondidos. Cuando vea a alguien lo llama, este sale y da la mano al que la liga, de forma que se va formando una cadena cada vez más larga. El último (liebre) puede aprovechar cualquier descuido del que la liga para huir.

Vuelta a la calma

“1, 2, 3 GALLITO INGLÉS”. Uno cara a la pared dice la frase: "un, dos, tres gallito inglés", mientras los demás pueden avanzar desde la línea determinada. Al acabar la frase, el que se queda gira la cabeza y los otros tratan de permanecer inmóviles. El que esté en movimiento tendrá que volver al comienzo. El que llegue a la pared se la queda.

Nº SESIÓN: 3

Objetivos:

- Conocer y practicar diferentes juegos populares, posibilitando la utilización de los mismos para ocupar el tiempo libre.
- Respetar las normas y reglas para gozar del juego. Desarrollar la imaginación y la creatividad.

Material: Aros, pañuelos o trapos, pelotas grandes y pelotas pequeñas.

Instalación: Patio de recreo.

Metodología: Resolución de problemas. Asignación de tareas.

Animación

“LAS 4 ESQUINAS” o “ESQUINA A ESQUINA”. Un niño en el centro y el resto en cuatro aros. A la señal es obligatorio cambiar de esquina. Si el del centro llega antes a una esquina, se la queda el que no encuentra esquina libre.

Parte principal

“PI”. Uno la liga, colocándose con los brazos en cruz y los ojos cerrados; los demás jugadores permanecen en contacto con él hasta que empiece a contar en voz alta, en ese momento todos salen corriendo a buscar un escondite. El que se

queda cuenta de 20 a 0 diciendo: PI 20, PI 19, PI 18... Cuando acaba, sin moverse, intenta ver a los escondidos y decir su nombre (los vistos quedan eliminados). El que se queda puede dar tres pasos en una única dirección para intentar descubrir a más jugadores. Cuando ya no ve a nadie más grita PI, los jugadores que no han sido descubiertos salen de sus escondites y corren a tocarlo puesto que ahora contará desde un número menos. Gana el último en ser visto.

“EL PAÑUELO”. Los equipos colocados frente a frente y numerados. Situamos en el centro del espacio de juego a un alumno o el mismo maestro que hará el papel de “madre” con el pañuelo. La madre dice un número y saldrá el que lo tenga de cada equipo. El que pueda cogerá el pañuelo que tiene el maestro agarrado en el centro y el otro intentará atraparlo antes de que llegue a su grupo. Mientras que el pañuelo este en la mano de la madre, los jugadores no pueden atravesar al campo contrario.

Vuelta a la calma

“LA PETANCA”. Delimitamos un espacio rectangular y lanzamos un boliche (bola pequeña). El juego consiste en lanzar las bolas metálicas (pelotas grandes intentando aproximarlas más que el equipo contrario al boliche (pelota pequeña), que se encuentra a una distancia aproximada de 6-10 metros.

Nº SESIÓN: 4

Objetivos:

- Conocer y practicar diferentes juegos populares, posibilitando la utilización de los mismos para ocupar el tiempo libre.
- Respetar las normas y reglas para gozar del juego.
- Desarrollar la imaginación y la creatividad.

Material: Pañuelos o trapos, pelotas y botellas de plástico.

Instalación: Patio de recreo.

Metodología: Resolución de problemas. Asignación de tareas.

Animación

“EL CORTAHILOS”. El que se la queda decide a por quién va y comienza la persecución. Si lo toca, cambio de rol. Si se interpone entre ellos dos algún otro jugador, el perseguidor deberá ir a por el niño que se ha cruzado (cortado el hilo).

Parte principal

“POLICIAS Y LADRONES” o “EL RESCATE”. Delimitamos un espacio que nos servirá de cárcel y hacemos dos grupos, los policías y los ladrones. Los policías deben perseguir a los ladrones, y llevarlos a su zona (cárcel). Los ladrones deben intentar rescatar a sus compañeros. El juego finaliza cuando todos los ladrones son atrapados

“EL ESPANTAPÁJAROS”. Se juega igual que al pañuelito salvo que con dos pañuelos. El jugador nombrado saldrá, cogerá uno de los dos pañuelos e irá a atárselo en el brazo a un jugador del otro equipo; después volverá a desatar el pañuelo atado a uno de sus compañeros de equipo por el rival e irá a atárselo a un jugador del equipo contrario en la pierna, volverá a desatar el pañuelo atado en la pierna a uno de los compañeros de su equipo por el rival, y por último se lo atará en el brazo al profesor que espera en el medio. El primero en hacerlo consigue un punto para su equipo.

Vuelta a la calma

“LOS BOLOS”. Se colocan los bolos (botellas) en el centro de la pista, los jugadores se colocarán de 8 a 10 metros de los bolos. Lanzarán un balón rodando hacia los bolos, cada bolo derribado vale un punto. Podemos variar la distancia de lanzamiento el tamaño del balón para disminuir o incrementar la dificultad.

Nº SESIÓN: 5

Objetivo:

- Conocer y practicar diferentes juegos populares.

Material: Botella de plástico, tiza y piedras.

Instalación: Patio de recreo.

Metodología: Resolución de problemas. Asignación de tareas.

Animación

“LADRÓN Y MINISTRO”. Se sortean los cinco que se quedan (un, dos, tres, cuatro y cinco, viva Carlos V, ladrón y ministro). Los cinco a los que les toque ministro llevarán cada uno un pañuelo a la vista y tratarán de coger al resto de la clase que serán los ladrones. En el momento en que un ministro toca a un ladrón, este pasa a ser ministro y debe colocarse el pañuelo cambiándose los roles.

Variante: Podemos dedicar la fase de animación a que los alumnos vayan exponiendo algunos de los juegos que han ido recopilando a partir del trabajo de investigación planteado en la primera sesión.

Parte principal

“LA PALMA DEL MORO” o “MOROS Y CRISTIANOS”. Cada equipo se sitúa en un extremo del campo, numerándose los participantes. El profesor dice un número y el alumno de cada equipo con ese número saldrá hacia la línea donde está el otro equipo, tocando suavemente las manos de los rivales. A uno de ellos le dará más fuerte que al resto, saliendo este detrás del jugador que le ha dado en la mano. Se salva si llega a su campo sin que su perseguidor lo coja (y manda al otro al lateral del campo). Si es tocado forma una hilera en un lateral del campo. Antes de llegar a su campo, si hubiera jugadores de su equipo en la línea lateral, puede ir a salvarlos, tocándoles en alguna parte de su cuerpo. Si no son tocados por un contrario se salvan, pero si alguno es dado por el perseguidor vuelve a la línea lateral.

“EL BOTE” o “BOTE, BOTERO”. Uno la liga. Se golpea el bote (que está colocado dentro de un círculo) para alejarlo lo máximo posible; el que se queda debe ir a por el bote y volver de espaldas al círculo, mientras los demás han corrido a esconderse. Cuando el que la liga ve a alguien, corre hasta el bote, lo toca y dice el nombre de este y el lugar donde se encuentra escondido. Si acierta, este debe salir (sino rompe la olla y se la vuelve a quedar volviendo a lanzar la botella). Si un jugador escondido consigue llegar hasta el bote antes que el que la liga, da una patada al bote y libera a todos los compañeros descubiertos anteriormente que correrán a esconderse mientras el que la liga va a por la botella. El juego termina si consigue nombrar a todos los escondidos.

Vuelta a la calma

“LA RAYA”. El juego consiste en lanzar el tejo (piedra) desde detrás de una raya, intentando dejarlo lo más cerca posible de otra raya situada a 3 metros.

Nº DE SESIÓN: 6.

Objetivos:

- Conocer y practicar diferentes juegos populares, posibilitando la utilización de los mismos para ocupar el tiempo libre.
- Respetar las normas y reglas para gozar del juego. Desarrollar la imaginación y la creatividad.

Material: Conos y pelotas.

Instalación: Patio de recreo.

Animación

“EL PASACALLES” o “¿QUIÉN TEME AL LOBO?” o “ATRAPAR LA CALLE” o “CORTAR LA CALLE”. Todos los alumnos excepto uno (que estará en el centro de la pista) se sitúan en el fondo de la pista formando una línea. El alumno situado en el centro dirá: SE ABRE LA CALLE Los demás correrán hacia el otro fondo. El alumno situado en el centro intentará tocar a sus compañeros desplazándose lateralmente. El niño que sea tocado se quedará también en el centro para capturar a los demás. El juego finaliza cuando todos los alumnos son capturados.

Variante: si queremos hacerlo un poco mas dinámico y elevar la intensidad, propondremos que el que es capturado intercambie el rol con el alumno que estaba en el centro.

Parte principal

“MATAR”, “BALÓN BRUTO”, EL CEMENTERIO. Se delimita un espacio rectangular dividido en dos partes Los grupos se colocan en cada parte, uno enfrente de otro. A la espalda de cada uno de los equipos, se sitúan los prisioneros del equipo rival. El juego consiste en lanzar la pelota para golpear con ella a un rival y hacerlo su prisionero, sin que éste logre cogerla (si así fuera su grupo pasaría a lanzar). Los prisioneros pueden combinar y pasarse la pelota con sus compañeros.

“EL ESCONDITE”. Uno la liga, se le hace el reloj y mientras cuenta los demás corren a esconderse. Cuando termina de contar, el que la liga va a por sus compañeros, cuando ve a alguien, corre hasta la casa, la toca y dice el nombre de este y el lugar donde se encuentra escondido. Si acierta, este debe salir (sino rompe la olla). Si un jugador escondido consigue llegar hasta la casa antes que el que la liga, toca la casa y dice: POR MÍ (librándose él) o POR TODOS MIS COMPAÑEROS Y POR MÍ PRIMERO (librando a todos los pillados hasta ese momento). El juego termina si consigue nombrar a todos los escondidos, quedándose el jugador que pilló en primer lugar.

Vuelta a la calma

“PIES QUIETOS”. Una pelota cada grupo y en lugares separados. Todos en el centro, se lanza la pelota al aire y se dice el nombre de un compañero, el nombrado recogerá la pelota y dirá: "¡pies quietos!". Los que han huido se paran. En ese momento el niño con el balón decidirá a que jugador lanzar la pelota para intentar darle. Podremos dar la posibilidad de que el jugador con balón pueda dar una serie de pasos de aproximación hacia su objetivo. Se lanza la pelota y al que es dado se la penaliza con un punto. Gana quien después de un tiempo determinado tiene menos puntos.

Nº DE SESIÓN: 7.

La última sesión la dividiremos en dos partes claramente diferenciadas. En una primera parte recogeremos los trabajos de investigación de los alumnos y revisaremos la realización de la webquest como parte de la evaluación de la unidad. La segunda parte de la sesión la desarrollaremos en el patio o pista y serán los alumnos los que expongan algunos de los juegos que han recopilado, bien en las entrevistas con sus abuelos, tíos padres, o a través de Internet y la webquest.

ANÁLISIS DEL TRABAJO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA EN RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

En relación a la competencia Conocimiento e interacción con el mundo físico las actividades realizadas en la unidad contribuyen a la adquisición de dicha competencia en el sentido de que a través de los diferentes juegos realizados el niño trabaja y continúa desarrollando sus posibilidades motrices, claves para una buena relación con su entorno.

Por lo que se refiere a la Competencia social y ciudadana la presente unidad didáctica a través de sus juegos y las reglas de los mismos, posibilita que el alumno acepte las normas que rigen dichos juegos así como las normas que regulan el funcionamiento de la clase contribuyendo así su buena integración dentro del grupo.

En cuanto a la Competencia en Autonomía e iniciativa personal, la unidad didáctica “los juegos de Maricastaña” contribuye a que el alumno desarrolle esta competencia ya que en algunos momentos de determinadas sesiones serán ellos los que expongan algunos de los juegos que han encontrado en el trabajo de investigación. Por otro lado puesto que les estamos dando la oportunidad de que

investiguen de forma libre, serán ellos los que seleccionen los juegos que les parezcan más interesantes.

Refiriéndonos a la Competencia Aprender a Aprender, a través de los juegos populares trabajados en la unidad, el alumno continúa afianzando y enriqueciendo su bagaje motriz, percibiendo cuales son sus posibilidades y limitaciones en relación a las conductas motrices trabajadas a partir de los juegos populares propuestos.

Por otro lado los el planteamiento de un trabajo de investigación a través de la webquest “los juegos de los abuelos” estaremos propiciando un desarrollo del tratamiento de la información y la competencia digital. Los alumnos deberán navegar por una serie de páginas web propuestas por el maestro en relación con los juegos populares y tradicionales y seleccionar la información mas adecuada.

Después deberán tratar esa información y elaborar un documento utilizando procesador de textos donde se recojan una serie de juegos y una opinión personal sobre dichos juegos.

En cuanto a la Competencia Cultural y Artística, con el trabajo de esta unidad estamos propiciando que el alumno se interese por el patrimonio lúdico de la región, valorando estos juegos como una manifestación más de la cultura y la manera de ser y de vivir de generaciones pasadas.

Es indudable que a través de esta unidad estamos propiciando que el niño conozca e incorpore a su vocabulario, palabras y expresiones desconocidas y que corren el peligro de desaparecer: marro, rayuela, “a la una anda la mula”, “pico, zorro, zahína”...etc.

En cuanto a la competencia matemática la relación de esta unidad con dicha competencia se basa en el razonamiento. El alumno comprende y razona las reglas, las pautas de un juego y a partir de dichas pautas inventa variantes e incluso un nuevo juego en el que se integran las pautas y variables propuestas.

BIBLIOGRAFÍA

ESPINOSA MANSO C. (2007): Los niños y jóvenes del tercer milenio: guía práctica para padres y educadores. Ed. Sirio. Madrid.

ESCAMILLA GONZÁLEZ A. (2008): Las competencias básicas: claves y propuestas para su desarrollo. Ed. Graó. Barcelona.

LLEIXÀ. T. (2007). Educación física y competencias básicas. Contribución del área a la adquisición de las competencias básicas del currículo. Revista Tándem, N°. 23, pp. 31-37.

BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, D. (2009): Enseñar por competencias en Educación Física. Ed Inde. Barcelona.

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

FOMENTO Y TRATAMIENTO DEL PLURILINGÜISMO EN EL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA

Autor: Rogelio Francisco Fernández Rodríguez

Maestro de Educación Física

E-mail: rffr1975@yahoo.es

RESUMEN:

Este artículo pretende orientar y guiar a los maestros/as Educación Física en nuestra labor diaria en un Centro Educativo Bilingüe (INGLÉS), aportando una serie de estrategias metodológicas, unidad didáctica y sesiones de clase, desarrolladas desde una perspectiva interdisciplinar, práctica y realista. Acercando el Área de Educación Física al Fomento del Plurilingüismo y Currículo integrado.

Presentamos una Unidad Didáctica, orientada al 2º Ciclo de Educación Primaria, desarrollada en 5 Sesiones de clase y que podremos llevarla a la práctica a lo largo de todo un curso escolar.

PALABRAS CLAVE:

Plurilingüismo, L2 (Lengua Inglesa), formación plurilingüe, Unidad Didáctica, Sesión de clase, Juegos Populares Tradicionales Ingleses.

1. JUSTIFICACIÓN PEDAGÓGICA:

El Plan de Fomento del Plurilingüismo, aprobado como Acuerdo del Consejo de Gobierno el 22 de marzo del año 2005 (Junta de Andalucía), subraya la riqueza que aportan el plurilingüismo y el propio proceso de enseñanza / aprendizaje de una lengua. Además de que el aprendizaje de un idioma suponga el desarrollo de competencias lingüística, textual, discursiva y cultural, este proceso de adquisición lingüística, permite lo que se ha llamado el “diálogo de culturas”, pues la clase de lenguas extranjeras es el primer espacio de encuentro y donde el profesorado pasa a ser un “mediador” entre la cultura materna y la extranjera, situándose entre el universo conocido y lo exterior y remoto.

Así pues, la finalidad propuesta por esta política lingüística pretende promover:

- **La formación plurilingüe:** que consiste en valorar y desarrollar los repertorios lingüísticos de los hablantes, desde los primeros aprendizajes y a lo largo de toda la vida. Nos referimos pues, a las enseñanzas de lenguas cuya finalidad es el desarrollo del plurilingüismo como competencia.
- **La educación para el plurilingüismo:** que constituye una de las condiciones del mantenimiento de la diversidad lingüística. Nos referimos a las enseñanzas, no necesariamente lingüísticas, destinadas a educar en la tolerancia lingüística y a formar para la ciudadanía europea.

FORMACIÓN PLURILINGÜE + EDUCACIÓN PARA EL PLURILINGÜISMO
= EDUCACIÓN PLURILINGÜE

Para la puesta en marcha de enseñanzas que respondan a estos principios, no existen soluciones prefabricadas sino múltiples opciones que permiten la creación de enseñanzas plurilingües, partiendo del principio de que las clases de lenguas se pueden fabricar a medida: adquirir una lengua se puede efectuar según diferentes modalidades y con distintos grados.

Por ello, lo importante es superar la idea preconcebida de que existe una única manera, casi obligatoria, de enseñar lenguas de la que no se puede uno apartar.

De hecho, la diversificación de las enseñanzas puede realizarse en términos de niveles de competencia que hay que adquirir en cada lengua, de tipos de competencias (recepción oral o producción oral, por ejemplo), tipos de discurso que hay que dominar, momentos y modalidades de aprendizaje. Esta pluralidad de itinerarios, de competencias, de niveles fundamenta la organización del plurilingüismo.

El proyecto plurilingüe demanda, además de esta nueva organización curricular, la creación de nuevas formas organizativas de las enseñanzas. Efectivamente, la educación plurilingüe desborda los habituales marcos de fragmentación de las áreas, de los ritmos escolares, de las etapas, de la propia Escuela. Su implantación progresiva requiere la creatividad colectiva, en el ámbito administrativo, en la determinación de los productos (definición de los currículos y de las programaciones) y en las prácticas pedagógicas.

En la clase bilingüe de áreas no lingüísticas, el alumnado pone en práctica y amplía sus conocimientos de la lengua 2, mientras aprende determinados contenidos extraídos del currículo oficial de conocimiento del medio, ciencias sociales, ciencias naturales, etc.

Aunque la lengua 2 está omnipresente en esta clase, su principal objetivo sigue siendo la adquisición de nuevos conocimientos del área y los objetivos lingüísticos ocupan sólo un segundo plano. En la enseñanza bilingüe se requerirá la adaptación del currículo oficial eligiendo los temas que se presten más para ser impartidos en una lengua 2.

Lo más conveniente es elegir temas de los que el alumnado posee ya conocimientos previos porque tengan una relación directa con los contenidos que se está aprendiendo en lengua 1 o con el mundo cotidiano y experiencias vitales de los jóvenes. Otro criterio de selección es la posibilidad de establecer una perspectiva intercultural y un trabajo interdisciplinario durante el desarrollo del tema. Además se tratarán preferentemente temas que faciliten una interacción verbal en clase y que se limiten a un léxico específico de uso general. Se observa pues que, entre los criterios citados, no dominan los puramente lingüísticos. El tratamiento didáctico que se dará al tema seleccionado, se regirá ante todo por las exigencias del área no lingüística y las actividades se centrarán en la observación, asimilación y manejo de fenómenos científicos. Sólo cuando se presenten dificultades de comprensión por razones del idioma se recurrirá a explicaciones lingüísticas ya sea en la clase correspondiente del área no lingüística o expresar valoraciones es más complejo, pero se puede iniciar de manera muy sencilla también ya en los primeros ciclos de Educación Primaria usando parejas de oposición como:

- Sano / insano, por ejemplo, en relación con los hábitos de vida o actividades del tiempo libre.
- Bueno / malo en relación con conductas en el aula o el colegio.
- Peligroso / no peligroso en relación con el comportamiento vial etc.

En el tercer ciclo de la Educación Primaria, se puede empezar a sistematizar las argumentaciones elaborando esquemas en la lengua 2 que se rellenan posteriormente con las reflexiones mantenidas en el aula. Para facilitar la en la clase le lengua. Desde este nivel básico se avanza, paso por paso, ampliando la expresión de acuerdo con el desarrollo cognitivo del niño o niña hasta llegar a la realización de tareas como tomar apuntes y escribir textos muy breves. Al final de la Educación Primaria, el alumnado será capaz, por ejemplo, de explicar en la lengua 2 la construcción de un aparato guiado por un esquema.

2. UNIDAD DIDÁCTICA: JUEGOS POPULARES TRADICIONALES INGLESES:

CICLO: 1º y 2º CURSO: 2º y 4º TRIMESTRE: 2º		UNIDAD DIDÁCTICA: JUEGOS POPULARES TRADICIONALES INGLESES		
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		<ul style="list-style-type: none"> • Practicar juegos que pueden ser practicados en cualquier entorno. • Saber y conocer los juegos tradicionales populares de la cultura inglesa.(L2) • Buscar en el juego el beneficio meramente lúdico. • Tratar los juegos como impulsor de valores como la colaboración y el respeto. • Para aumentar con la diversidad de juegos la capacidad motora del alumno/a. • Favorecer las relaciones favorables entre los compañeros/as cerca respecto a sus posibilidades y limitaciones. 		
CONTENIDOS	Cp	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento de juegos populares y tradicionales ingleses.(L2) • Reconocer los recursos y posibilidades de los juegos populares y tradicionales como forma del uso de su tiempo libre y de ocio.(L2) 		
	Pr	<ul style="list-style-type: none"> • Práctica de diversos juegos populares y tradicionales ingleses.(L2) • Practicar los juegos con los que han contribuido y creado los alumnos/as.(L2) 		
	Act	<ul style="list-style-type: none"> • Confianza en sí mismo y en las posibilidades motoras propias y de los demás. • Valoración de los juegos como actividad física practicada en el tiempo libre y ocio de los alumnos/as. 		
RELACIÓN CON...		Otras Áreas	Otras Unidades	T.Transversales
		Lengua Castellana: Uso de la comunicación oral. Matemáticas: Uso de los números. Conocimiento del Medio: parque más cercano...	Con todas, debido a que el eje conductor de cualquier proceso de enseñanza aprendizaje es el juego.	Educación para la Salud. Educación para la Ciudadanía. Educación del Consumidor Educación para la Paz. Educación en Valores.
TEMPORALIZACIÓN		Esta unidad consta de 5 sesiones que serán trabajadas en el segundo trimestre.		
RECURSOS DIDÁCTICOS		Recursos didácticos: Cuestionarios y fichas de Educación física. Materiales: Material propio de Educación física. Instalaciones: Patio de recreo.		
METODOLOGÍA	Técnica de Ens.	Indagativa e Instrucción Directa. (L2)		
	Estilo de Ens.	Asignación de tareas.		
	Estrategia Prc.	Global		
	Tipo Enseñanza	Metodología activa y adaptada a las posibilidades individuales, el juego como el eje de la actividad.		
EVALUACIÓN		Instrumentos de Ev.	Observación directa y sistemática.	
		CRITERIOS: <ul style="list-style-type: none"> • Participa en todos los juegos por favorecer la actividad en el grupo. • Respeto a las normas de los juegos así como a los compañeros/as. 		
OTROS ASPECTOS		<ul style="list-style-type: none"> • Acorde con PC y recogida en PCC y PA • Aprobada por consejo escolar. • Permisos al Patronato de Deportes si fuera necesario (instalaciones y materiales) • Presentación actividad en claustro • Coordinación con el equipo educativo 		

<p>CICLO: 1º-2º CURSO: 2º Y 4º TRIMESTRE: 2º</p>	<p>SESIÓN: 1 LOS JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES INGLESES</p>	<p>Lugar: Patio de recreo. Material: Tizas y piedras.</p>
<p>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Emplear el tiempo de libre y de ocio con la práctica de actividad física. • Respetar las normas y reglas de los juegos. (L2) • Desarrollar la imaginación y la creatividad. (L2) 	
<p>METODOLOGÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas. • Asignación de tareas. 	
<p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se modificarán materiales, roles, organización de grupos, espacios, distancias y formas de actuación, en función de la discapacidad que se presente. Por otro lado atenderemos a las necesidades educativas que puedan surgir de forma temporal. 	
<p>EVALUACIÓN</p>	<p>Instrumentos: Observación sistemática y registros anecdóticos. Criterios:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación de forma activa respetando las reglas y a los demás. • Concienciación limitaciones y posibilidades propias y ajenas. • Colaboración y cooperación. 	
<p>FASE</p>	<p>DESCRIPCIÓN</p>	
<p>PARTE INICIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar en qué consista la unidad didáctica que se va a desarrollar y la sesión de ese día. Desplazamiento al patio de recreo. • WARM UP DANCE. Baile del Calentamiento. Aprox. 5´ minutos. • TULA o EL TIENTE. El que la liga (tienta) persigue a todos los demás. En el momento que toca a alguien debe decir: "TULA", y a partir de ese momento el tocado pasa a ser perseguidor. (L2) Aprox. 10´ minutos. 	
<p>PARTE PRINCIPAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> • LA CADENA. Uno se la queda. A la señal, el que se la queda trata de tocar a los demás. Al tocar a uno, se cogen de la mano y siguen la persecución. Se va formando una cadena con los tocados que nunca podrán romper. (L2) • MARRO o LA PAELLA o LA OLLA. Cuando se grite "¡Paella de uno...va!" el que la queda intentará alcanzar a alguien, cuando lo hace los dos corren hasta su zona, mientras los demás les persiguen para darles golpecitos. A la voz de "¡Paella de dos...va!", salen cogidos de la mano para tocar a un tercer jugador y así sucesivamente hasta que sólo quede una persona, que será quien empiece el juego siguiente. Si la cadena se rompe, los jugadores que se quedan deben volver a la casa porque pueden ser golpeados. Si un jugador entra en la casa pasa también a quedársela. (L2) Aprox. 30´ minutos. 	
<p>PARTE FINAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> • SIETE Y MEDIA. Tras dibujar el esquema de la figura, se lanzan desde una distancia de 3 metros aproximadamente 3 piedras, sumándose los puntos marcados en el lugar de la caída de las piedras. Si alguna cae en la línea, vale medio punto, y si cae en el interior del casillero central vale siete y media. Gana el que consiga siete y media o más se aproxime sin pasarse. (L2) • Aseo personal en los vestuarios. Aprox. 10´ minutos. 	

CICLO: 1º-2º CURSO: 2º Y 4º TRIMESTRE: 2º	SESIÓN:2 JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES INGLESES	Lugar: Patio de recreo. Material: Sacos, caminos estrechos, ladrillos, tizas, las pasiones bajas.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<ul style="list-style-type: none"> • Emplear el tiempo de libre y de ocio con la práctica de actividad física. • Respetar las normas y reglas de los juegos. (L2) • Desarrollar la imaginación y la creatividad. 	
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas. • Asignación de tareas. 	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Se modificarán materiales, roles, organización de grupos, espacios, distancias y formas de actuación, en función de la discapacidad que se presente. Por otro lado atenderemos a las necesidades educativas que puedan surgir de forma temporal. 	
EVALUACIÓN	<u>Instrumentos:</u> Observación sistemática y registros anecdóticos <u>Criterios:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Participación de forma activa respetando las reglas y a los demás. • Concienciación limitaciones y posibilidades propias y ajenas. • Colaboración y cooperación. 	
FASE	DESCRIPCIÓN	
PARTE INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar en qué consista la unidad didáctica que se va a desarrollar y la sesión de ese día. • Desplazamiento al patio de recreo. • WARM UP DACE. Baile del Calentamiento. Aprox. 5´ minutos. • TULIPÁN. Un jugador se queda. Si el perseguidor toca a alguien se cambiará el rol con este. Los perseguidos podrán descansar, sin ser cazados, diciendo "TULIPÁN" y colocándose con los brazos extendidos y las piernas abiertas hasta que un compañero pase por debajo de sus piernas liberándole. (L2) Aprox. 5´ minutos. 	
PARTE PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> • CARRERAS DE SACOS. Los grupos se colocan en filas. El primero de cada grupo se mete dentro del saco. A la señal debe desplazarse saltando hasta un lugar establecido de antemano, donde girarán para volver y darle el saco al siguiente compañero. Gana el equipo que antes termine el recorrido. (L2) • DEFIENDE EL PALO. Uno del grupo tiene que defender el palo (pica en un ladrillo dentro de un círculo de un metro de radio) del resto que lanzarán un balón para intentar derribarlo. El que lo consiga se cambia con el defensor.(L2) • LA LIEBRE. Uno la liga, se le hace el reloj y cuenta mientras todos los demás corren a esconderse. Cuando termina sale e intenta localizar a todos los escondidos. Cuando vea a alguien lo llama, este sale y da la mano al que la liga, de forma que se va formando una cadena cada vez más larga. El último (liebre) puede aprovechar cualquier descuido de la liga para huir y volver a esconderse, pero si es nuevamente visto debe volver a la cadena para volver a intentarlo.(L2) Aprox. 30´ minutos. 	
PARTE FINAL	<ul style="list-style-type: none"> • 1, 2, 3 RELOJ INGLÉS. Uno cara a la pared dice la frase: "un, dos, tres gallito inglés", mientras los demás pueden avanzar desde la línea determinada. Al acabar la frase, el que se queda gira la cabeza y los otros tratan de permanecer inmóviles. El que esté en movimiento tendrá que volver al comienzo. El que llegue a la pared se la queda. (L2) • Aseo personal en los vestuarios. Aprox. 10 minutos. 	

CICLO: 1º-2º CURSO: 2º Y 4º TRIMESTRE: 2º	SESIÓN:3 LOS JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES INGLESES	Lugar: Patio de recreo. Material: Pañuelos o ropas de goma grandes, pasiones bajas y pasiones bajas pequeñas.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<ul style="list-style-type: none"> • Emplear el tiempo de libre y de ocio con la práctica de actividad física. • Respetar las normas y reglas de los juegos. (L2) • Desarrollar la imaginación y la creatividad. 	
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas. • Asignación de tareas. 	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Se modificarán materiales, roles, organización de grupos, espacios, distancias y formas de actuación, en función de la discapacidad que se presente. Por otro lado atenderemos a las necesidades educativas que puedan surgir de forma temporal. 	
EVALUACIÓN	Instrumentos: Observación sistemática y registros anecdóticos Criterios: <ul style="list-style-type: none"> • Participación de forma activa respetando las reglas y a los demás. • Concienciación limitaciones y posibilidades propias y ajenas. • Colaboración y cooperación. 	
FASE	DESCRIPCIÓN	
PARTE INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar en qué consista la unidad didáctica que se va a desarrollar y la sesión de ese día. • Desplazamiento al patio de recreo. • WARM UP DANCE. Baile del Calentamiento. Aprox. 5´ minutos. • LAS 4 ESQUINAS o ESQUINA A ESQUINA. Un niño en el centro y el resto en cuatro aros. A la señal es obligatorio cambiar de esquina. Si el del centro llega antes a una esquina, se la queda el que no encuentra esquina libre. (L2) Aprox. 10´ minutos. 	
PARTE PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> • PI. Uno la liga, colocándose con los brazos en cruz y los ojos cerrados; los demás jugadores permanecen en contacto con él hasta que empiece a contar en voz alta, en ese momento todos salen corriendo a buscar un escondite. El que se queda cuenta de 20 a 0 diciendo: PI 20, PI 19, PI 18... Cuando acaba, sin moverse, intenta ver a los escondidos y decir su nombre (los vistos quedan eliminados). El que se queda puede dar tres pasos en una única dirección para intentar descubrir a más jugadores. Cuando ya no ve a nadie más grita PI, los jugadores que no han sido descubiertos salen de sus escondites y corren a tocarlo puesto que ahora contará desde un número menos. (L2) • EL PAÑUELO. Los equipos colocados frente a frente y numerados. Se dice un número y saldrá el que lo tenga de cada equipo. El que pueda cogerá el pañuelo que tiene el maestro agarrado en el centro y el otro intentará atraparlo antes de que llegue a su grupo. (L2) Aprox. 30´ minutos. 	
PARTE FINAL	<ul style="list-style-type: none"> • LA PETANCA. El juego consiste en lanzar las bolas metálicas (pelotas grandes) intentando aproximar las más que el equipo contrario al boliche (pelota pequeña), que se encuentra a una distancia aproximada de 6-10 metros. (L2) • Aseo personal en el vestuario. Aprox. 10´ minutos. 	

CICLO: 1º-2º CURSO: 2º Y 4º TRIMESTRE: 2º	SESIÓN:4 LOS JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES INGLESES	Lugar: Patio de recreo. Material: Conos y pelotas.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<ul style="list-style-type: none"> • Emplear el tiempo de libre y de ocio con la práctica de actividad física. • Respetar las normas y reglas de los juegos. (L2) • Desarrollar la imaginación y la creatividad. 	
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas. • Asignación de tareas. 	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Se modificarán materiales, roles, organización de grupos, espacios, distancias y formas de actuación, en función de la discapacidad que se presente. Por otro lado atenderemos a las necesidades educativas que puedan surgir de forma temporal. 	
EVALUACIÓN	<u>Instrumentos:</u> Observación sistemática y registros anecdóticos <u>Criterios:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Participación de forma activa respetando las reglas y a los demás. • Concienciación limitaciones y posibilidades propias y ajenas. • Colaboración y cooperación. 	
FASE	DESCRIPCIÓN	
PARTE INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar en qué consista la unidad didáctica que se va a desarrollar y la sesión de ese día. • Desplazamiento al patio de recreo. • WARM UP DANCE. Baile del Calentamiento. Aprox. 5´ minutos • EL CORTAHILOS. El que se la queda decide a por quién va y comienza la persecución. Si lo toca, cambio de rol. Si se interpone entre ellos dos algún otro jugador, el perseguidor deberá ir a por el niño que se ha cruzado (cortado el hilo). (L2) Aprox. 5´ minutos. 	
PARTE PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> • POLICIAS Y LADRONES o EL RESCATE. Los policías deben perseguir a los ladrones, y llevarles a su zona (cárcel). Los ladrones deben intentar rescatar a sus compañeros. (L2) • EL ESPANTAPÁJAROS. Se juega igual que al pañuelito salvo que con dos pañuelos. El jugador nombrado saldrá, cogerá uno de los dos pañuelos e irá a atárselo en el brazo a un jugador del otro equipo; después volverá a desatar el pañuelo atado a uno de sus compañeros de equipo por el rival e irá a atárselo a un jugador del equipo contrario en la pierna, volverá a desatar el pañuelo atado en la pierna a uno de los compañeros de su equipo por el rival, y por último se lo atará en el brazo al profesor que espera en el medio. El primero en hacerlo consigue un punto para su equipo. (L2) Aprox. 30´ minutos. 	
PARTE FINAL	<ul style="list-style-type: none"> • LOS BOLOS. Se colocan los bolos (botellas) en el centro de la pista, los jugadores se colocarán de 8 a 10 metros de los bolos. Lanzarán un balón rodando hacia los bolos, cada bolo derribado vale un punto. (L2) • Aseo personal en el Vestuario. Aprox. 10´ minutos. 	

3. BIBLIOGRAFIA: (MATERIAL EN FORMATO ELECTRÓNICO)

www.vts.rdn.ac.uk/tutorial/english

www.ucl.ac.uk/internet-grammar/home.htm

<http://classweb.gmu.edu/>

<http://www.teachingenglish.org.uk/index.shtml>

<http://www.bbc.co.uk/skillswise/words/listening/> (+ grammar, spelling, reading, writing).

<http://www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish/multimedia/index.shtml>

<http://www.frontlinephonics.com/research.html>

<http://www.onestopenglish.com/>

<http://www.songsforteaching.com/>

<http://www.wordsurfing.co.uk/4598.html>

<http://www.learnenglish.org.uk/>

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

EXPERIENCIA EDUCATIVA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 2º ESO: CÓMO TRABAJAR LOS OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA A TRAVÉS DE LOS “RUN-DICTATION”

Autor: Francisco Andrés Fernández Muñoz

Profesor de EF. Jefe de Departamento de EF del IES “CASTUERA”
(Castuera, Badajoz)
e-mail: franciscoandresfernandez@hotmail.com

RESUMEN:

En el siguiente documento se describe el recorrido vertical que se ha seguido para la elaboración de una Unidad Didáctica de Condición Física. Lo más interesante desde mi punto de vista está al final de ese viaje: la descripción detallada de una sesión real, novedosa y motivante para nuestro alumnado. Esta sesión tiene como pilares fundamentales la contribución a la consecución tanto de los Objetivos Generales de Etapa como de las Competencias Básicas y “subcompetencias” que hemos definido.

PALABRAS CLAVE:

“Educación Física”, “Objetivos Generales de Etapa”, “Competencias Básicas”, “Condición Física”, “Run-Dictation”, “Proyecto Atlántida”

1. INTRODUCCIÓN.

A lo largo de este artículo, voy a describir una forma diferente de trabajar la Condición Física en 1º ESO. Tal y como el lector sabe, en los primeros cursos de la Etapa Secundaria Obligatoria debemos ofrecer actividades lúdicas y amenas que traten de “enganchar” a los alumnos a la práctica deportiva. No obstante, no debemos olvidar que estamos en un Sistema Educativo integral y que todas las asignaturas deben contribuir a la consecución del mayor número de Objetivos Generales de Etapa así como de Competencias Básicas.

Por tanto la Educación Física se enfrenta a una situación difícil, ya que se encuentra con unas variables poco facilitadoras en su ámbito (sobrepeso infantil, apatía por el esfuerzo físico, deslegitimación del área por algunos sectores...) y con la obligación de generar respuestas que cumplan con objetivos de carácter procedimental, conceptual y actitudinal propios sin dejar de lado aspectos generales que antes comentábamos.

La propuesta que presento y justifico a continuación es otra opción de desarrollar una Unidad Didáctica de “Condición Física y Salud”, y concretamente voy a explicar en profundidad la primera sesión a través de una nueva metodología que me permita trabajar contenidos que oscilan desde la Resistencia, la Coordinación dinámica general y la Agilidad, pasando por otras “habilidades” como la memoria, la lectoescritura, la comprensión oral-escrita y competencias básicas que ya abordaremos con profundidad.

2. LOS OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA COMO REFERENCIA DIARIA.

Muchos profesores centran su actuación educativa en los contenidos que les marca el currículo y dejan de lado, a la hora de planificar, los objetivos generales y las Competencias Básicas que les marca el currículo. Tal y como concibo esta problemática, una de las causas que pueden producir este acontecimiento se debe a que, en no pocas ocasiones, la planificación de las intervenciones educativas se orienta de forma inadecuada. Esto es, se selecciona los contenidos/actividades que se quieren impartir y después se busca de qué manera pueden encajar estos contenidos/actividades en el currículo, adecuándolos a determinados objetivos concretos de Unidades Didácticas, Objetivos Generales de Área y Objetivos Generales de Etapa.

Por este motivo propongo, a continuación, una sesión práctica y describo el recorrido vertical que debe seguir una actuación educativa adecuada: desde los elementos superiores (objetivos generales de etapa y de área, junto con las Competencias Básicas) hasta que acabe desembocando en una actividad de enseñanza – aprendizaje concreta.

No hemos de olvidar que se ha de perder el menor tiempo posible de nuestras clases de Educación Física para garantizar un adecuado desarrollo morfo-funcional de nuestro alumnado.

Ahora bien, esto no significa que una clase donde el alumnado esté en movimiento 45 minutos tenga que ser mejor que otra en la que el tiempo de práctica motriz ronde los 25 minutos. Por ejemplo, en la primera los alumnos han practicado carrera continua durante ese tiempo o se les ha dado un balón para que jueguen a su siempre tan demandado “deporte libre”. Sin embargo en la segunda, aparte de estar en movimiento han estado reflexionando antes de actuar, han cooperado para realizar unas producciones que luego se muestran a sus compañeros, se les exige un esfuerzo no sólo motriz sino cognitivo y además aprenden realmente algún contenido. Sin dudarlo, me quedo con el segundo tipo de sesión. Menos tiempo de práctica pero más calidad educativa en esos minutos de movimiento.

Es por ello que vamos a comenzar nuestro recorrido curricular para tener siempre presente los Objetivos Generales de Etapa y los Objetivos Generales de Área. Además, no olvidaremos qué Contenidos y Competencias Básicas tenemos de referencia a lo largo de esta actividad, ya que como algunos autores de renombre y grupos de trabajo institucionales, las competencias básicas se adquieren a través de tareas concretas, es decir, de experiencias y ambientes de enseñanza – aprendizaje.

2.1. OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA Y ÁREA.

Dicho esto, comenzamos nuestro recorrido vertical que guíe y justifique en última instancia, nuestra actividad. Analicemos qué Objetivos Generales de Etapa (OGE) pretendo ayudar a que mis alumnos desarrollen (los aspectos que pretendo desarrollar están subrayados y comentados después de cada OGE):

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

Nuestra actividad por tanto debe tener un tiempo de tarea para el trabajo individual donde cada alumno tenga que esforzarse pero también, debemos ofrecer tiempo en la tarea para que se trabaje en equipo y que estos contenidos ayuden a su desarrollo personal.

e) Utilizar procedimientos de selección, recogida, organización y análisis crítico de la información a partir de distintas fuentes para la adquisición de conocimientos, desarrollo de capacidades, y para transmitirla de manera autónoma, organizada, coherente e inteligible.

Debemos pensar en alguna estrategia o actividad para que el alumnado tenga un tiempo en la tarea donde transmita de forma coherente y organizada una información.

g) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

Presentaremos la Educación Física en esta actividad como una disciplina que se encuadra en un conjunto de saberes científicos, y fruto de ello, relacionaremos estos conocimientos con el resultado de investigaciones científicas.

i) Comprender y expresar con corrección textos y mensajes complejos, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

Buscaremos estrategias para que el alumnado pueda comunicarse y expresar con corrección textos y mensajes tanto oralmente como por escrito.

l) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

Este objetivo debe ayudar a que el alumnado comprenda el funcionamiento de su cuerpo y pueda respetar las diferencias entre unos y otros. También queremos que tomen conciencia de la necesidad del cuidado corporal y de la importancia de la práctica deportiva para favorecer su desarrollo, relacionando estos aprendizajes con los hábitos sociales la práctica deportiva y el consumo.

Una vez seleccionados con los OGE que pretendo ayudar a desarrollar en mi Unidad Didáctica, y por tanto, en la actividad de alguna sesión o en muchas de ellas, pasemos a seleccionar los Objetivos Generales de Área:

1. Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que esta tiene para la salud individual y colectiva.

Tenemos intención de que el alumnado diferencia una actividad física saludable de la que no lo es.

2. Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

Queremos que valoren la práctica habitual como herramienta para mejorar sus condiciones de salud y en ese proceso, son interesantes las explicaciones con datos contrastados que podemos ofrecerles.

3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.

Lo interesante de las actividades que podamos proponer es relacionar el apartado teórico y las reflexiones individuales o grupales con unas tareas donde el componente motriz esté muy presente, por eso es importante encontrar alguna manera de que **estén pensando y en movimiento a la vez.**

10. *Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.*

Hoy en día no es fácil luchar contra la opinión creada e interesada de algunos medios de comunicación y de agresivas campañas publicitarias que nos venden productos milagrosos para obtener el objetivo deseado sin esfuerzo. Frente a esto, debemos mostrar y descubrir al alumnado la realidad de forma rigurosa y científica, enseñándoles el esfuerzo diario es el único camino para alcanzar tu meta y recompensa.

2.2. COMPETENCIAS BÁSICAS Y CONTENIDOS.

Tal y como nos señala la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de Educación, ocho son las competencias básicas que en el marco común de las enseñanzas de la Unión Europea se han tomado como referencia:

1. Competencia en comunicación lingüística.
2. Competencia matemática.
3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
4. Tratamiento de la información y competencia digital.
5. Competencia social y ciudadana.
6. Competencia cultural y artística.
7. Competencia para aprender a aprender.
8. Autonomía e iniciativa personal.

De estas ocho, el Decreto 83/2007 que establece el currículo de la ESO en la CC.AA. de Extremadura, nos orienta hacia las competencias que desde el punto de vista del legislador más nos debemos enfocar. Éstas, son las siguientes:

1. Competencia en comunicación lingüística.
3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
5. Competencia social y ciudadana.
6. Competencia cultural y artística.
7. Competencia para aprender a aprender.
8. Autonomía e iniciativa personal.

Así, dentro de nuestras posibilidades y la realidad del aula debemos buscar proponer ambientes de aprendizajes en los que se propicien experiencias educativas marcadas interacciones entre el alumnado que contribuyan a conseguir partes de las competencias básicas citadas anteriormente. Concretamente nuestra Unidad Didáctica se centrará en:

1. Competencia en comunicación lingüística, ya que deberán recurrir a sus habilidades lingüísticas para analizar, comprender y comunicar los mensajes que trataremos.

3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, ya que aprenderán a conocer las características de su cuerpo y cómo cuidarlo y mejorar su salud.

5. Competencia social y ciudadana, favoreceremos situaciones donde el trabajo en grupo sea una importante pieza en el desarrollo de las metodologías.

7. Competencia para aprender a aprender, les dotaremos de herramientas y conocimientos que puedan manejar para guiar su práctica física y planificar sus actividades de manera más saludables.

8. Autonomía e iniciativa personal, el alumnado será un participante activo y un procesador de información que tendrá que gestionar de forma autónoma para extraer conocimiento útil.

Respecto a los contenidos que queremos trabajar en la Unidad Didáctica tiene relación con los que a continuación se citan, extraídos del Decreto 83/07:

2. Valoración del calentamiento y la vuelta a la calma como hábito saludable al inicio y final de una actividad física.

3. Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud.

4. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las capacidades físicas relacionadas con la salud.

Pues bien con todo eso, deberíamos elaborar nuestra Unidad Didáctica de Condición Física, dentro de la cual nos encontraríamos con la Sesión que vamos a detallar.

3. SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA DENTRO DE UNA U.D. DE CONDICIÓN FÍSICA: “RUN – DICTATION: ¿SUDAR ADELGAZA?”

Esta sesión está concebida para una clase de 55 minutos y un grupo de 1º ESO aunque es fácilmente adaptable y extrapolable a casi cualquier curso de la ESO, siempre y cuando se modifique la redacción, objetivos y presentación de la misma para que puedan éstos puedan conectar con los intereses y motivaciones de los alumnos.

Creo adecuado que se desarrolle en las primeras sesiones, en la segunda sesión, después de que en la primera sesión hayamos evaluado inicialmente al grupo y sepamos sus conocimientos previos, su nivel de desarrollo motor respecto a los contenidos que nos ocupan y haber trabajado algunas actividades lúdicas de juegos donde la resistencia y la agilidad sean los componentes principales. Además se les comunica que para el próximo día deben traer una hoja y un lápiz, y en él deben traer anotado si piensan que sudar adelgaza y por qué.

¿Pero en qué consiste la sesión exactamente? Perseguiamos como objetivos:

- Comprender el origen del mito de la Actividad Física “sudar adelgaza” reflexionando sobre hábitos sociales de consumo.

- Desarrollar la Coordinación Dinámica General y la Resistencia, mejorando el sentimiento de pertenencia a un grupo mientras se trabaja en equipo.
- Valorar las aportaciones de los compañeros para enriquecer el conocimiento propio poniendo en práctica las habilidades sociales más importantes.

Pues vamos a enseñar a los alumnos algunos contenidos sobre la importancia de la hidratación, la actividad física practicada de forma continua y de baja intensidad así como sobre un mito muy común en la actividad física: el mito sobre si sudar adelgaza o no.

Lo primero es encontrar o redactar un texto que se adapte al tema y que los alumnos puedan comprender. Personalmente, tomé como referencia un texto sobre el mito de la pérdida de peso sólo a través de la sudoración y lo adapté al nivel comprensivo y cognitivo de mis alumnos. El texto original puede encontrarse en “Mitos y Falsas creencias en Educación Física” de López Miñarro (2002) de Editorial Inde.

El texto final adaptado es el siguiente:

SUDAR ADELGAZA ¿VERDADERO O FALSO?

La **obesidad** se ha convertido en una enfermedad metabólica muy frecuente y la causa de otros problemas como la baja autoestima y dificultades en las relaciones sociales.

Las causas de esta **obesidad** son: ausencia de una dieta equilibrada con exceso de calorías y el grave sedentarismo de nuestra sociedad. Muchas personas se plantean el reto de perder peso

a través del ejercicio físico. Pero estas **personas** piensan que para tal fin hay que realizar ejercicio y cuanto más sudoración provoque éste, mayor será la pérdida de peso.

Estas **personas** piensan que el uso de una vestimenta excesivamente gruesa para las condiciones ambientales, impermeables, fajas... proporciona una pérdida de peso muy grande.

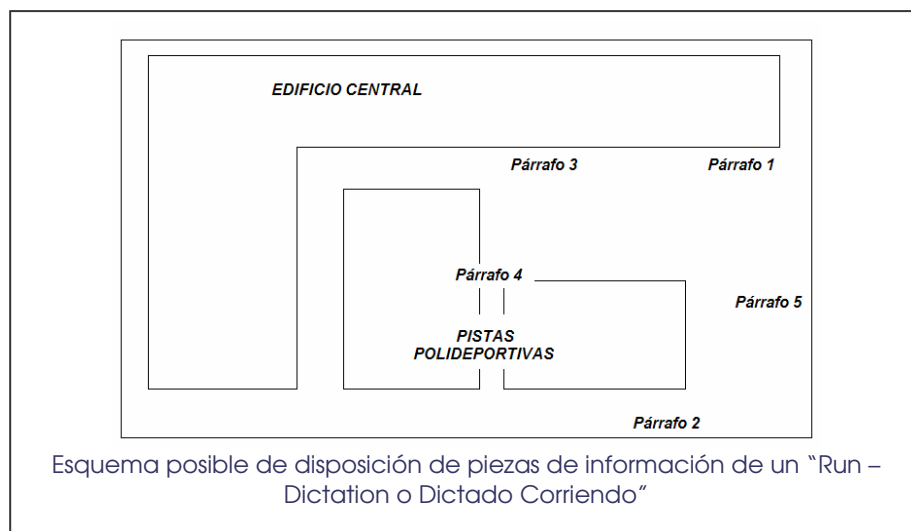
Por eso piensan que entrando en una sauna o corriendo en las horas de más calor se adelgaza abundantemente. El agua es necesaria para la vida y sirve para regular nuestra temperatura, recuperándose fácilmente en la siguiente ingesta.

Sin embargo, la metodología aplicada en esta sesión hará que se trabaje con una dinámica concreta, de manera que podamos alcanzar lo explicado al principio de este documento. Veamos de qué se trata:

Previamente, hemos impreso en una hoja el texto anterior. A continuación recortamos el papel por párrafos quedando de la siguiente manera (el número

identificativo del párrafo está a la vuelta, no en la parte derecha tal y como aparece aquí):

SUDAR ADELGAZA ¿VERDADERO O FALSO?	1
La obesidad se ha convertido en una enfermedad metabólica muy frecuente y la causa de otros problemas como la baja autoestima y dificultades en las relaciones sociales.	
Las causas de esta obesidad son: ausencia de una dieta equilibrada con exceso de calorías y el grave sedentarismo de nuestra sociedad. Muchas personas se plantean el reto de perder peso	2
a través del ejercicio físico. Pero estas personas piensan que para tal fin hay que realizar ejercicio y cuanto más sudoración provoque éste, mayor será la pérdida de peso.	3
Estas personas piensan que el uso de una vestimenta excesivamente gruesa para las condiciones ambientales, impermeables, fajas... proporciona una pérdida de peso muy grande.	4
Por eso piensan que entrando en una sauna o corriendo en las horas de más calor se adelgaza abundantemente. El agua es necesaria para la vida y sirve para regular nuestra temperatura. recuperándose fácilmente en la siguiente ingesta.	5



Al grupo-clase se le presenta esta actividad de forma motivante y sugerente, ya que es fundamental la manera de presentarla para que tenga una mayor o menor aceptación. En concreto y una vez que el grupo ha llevado a cabo una primera parte de calentamiento, se le explica la actividad.

PARTE I (15-20 minutos)

Para ello, haremos grupos de cinco personas (los grupos los define el profesor, intentando componer grupos mixtos y heterogéneos). Cada alumno debe estar preparado con su papel y su lápiz. A continuación y una vez agrupados, se les explica que vamos a hacer un “run-dictation” o “dictado corriendo” que consiste en lo siguiente: el grupo se queda sentado en el sitio que ellos decidan (no muy cerca de los párrafos que hemos pegado) y a continuación uno del grupo debe ir corriendo hacia el párrafo. Leerá una frase (o todo lo que pueda recordar) y a continuación se dirigirá hacia donde está su grupo para dictárselo. Todos sus compañeros del grupo tienen que copiar lo que el compañero dice. Si éste no se acuerda, puede volver a mirar el párrafo, con lo que tendrá de nuevo que correr hacia donde lo encontró.

Cuando su grupo haya copiado la primera frase (o la primera parte de la frase) volverá a su párrafo para hacer lo mismo con la segunda frase (o la segunda parte de la frase) que volverá a dictar a sus compañeros, y así hasta que termine el texto de ese papel.

Una vez que todo el grupo haya copiado el primer párrafo, otro compañero del grupo irá a otro párrafo, mientras, el que fue corriendo y dictaba el párrafo 1 se siente disponiéndose a copiar los párrafos que van a ser dictados por los compañeros que aún faltan. Existen cinco párrafos separados y pegados por el patio, con lo que cada alumno de cada grupo debe realizar el dictado a sus compañeros.

Normas: Cada alumno debe dictar un párrafo. Todos los integrantes de un mismo grupo deben copiar 4 párrafos (todos menos el que él dictó). No se pueden dar voces desde donde se encuentra el párrafo para dictarlo al grupo, sino que hay que desplazarse.

PARTE II (20 minutos)

En esta segunda fase de la actividad, el grupo debe ponerse de acuerdo para leer y comprender los párrafos que han copiado. Seguramente los párrafos que han copiado están desordenados, con lo que ahora, deben ponerse de acuerdo para averiguar el orden correcto del texto completo. Por ejemplo, imaginemos que el alumno A tiene copiado esto en su hoja:

Nombre: Alumno A

Curso: 1º ESO A

Grupo: Uno

a través del ejercicio físico. Pero estas **personas** piensan que para tal fin hay que realizar ejercicio y cuanto más sudoración provoque éste, mayor será la pérdida de peso.

Por eso piensan que entrando en una sauna o corriendo en las horas de más calor se adelgaza abundantemente. El agua es necesaria para la vida y sirve para regular nuestra temperatura, recuperándose fácilmente en la siguiente ingesta.

SUDAR ADELGAZA ¿VERDADERO O FALSO?

La **obesidad** se ha convertido en una enfermedad metabólica muy frecuente y la causa de otros problemas como la baja autoestima y dificultades en las relaciones sociales.

Estas **personas** piensan que el uso de una vestimenta excesivamente gruesa para las condiciones ambientales, impermeables, fajas... proporciona una pérdida de peso muy grande.

Sin embargo, el alumno B de su propio grupo tiene copiado esto otro:

Nombre: Alumno B

Curso: 1º ESO A

Grupo: Uno

Las causas de esta **obesidad** son: ausencia de una dieta equilibrada con exceso de calorías y el grave sedentarismo de nuestra sociedad. Muchas personas se plantean el reto de perder peso

Estas **personas** piensan que el uso de una vestimenta excesivamente gruesa para las condiciones ambientales, impermeables, fajas... proporciona una pérdida de peso muy grande.

a través del ejercicio físico. Pero estas **personas** piensan que para tal fin hay que realizar ejercicio y cuanto más sudoración provoque éste, mayor será la pérdida de peso.

Por eso piensan que entrando en una sauna o corriendo en las horas de más calor se adelgaza abundantemente. El agua es necesaria para la vida y sirve para regular nuestra temperatura, recuperándose fácilmente en la siguiente ingesta.

Este trabajo es muy interesante ya que, determinadas piezas de información que un alumno no tiene, un compañero suyo sí puede tenerla. Esto desemboca en unos ambientes de aprendizajes donde los procesos comunicativos y reflexivos son muy importantes, tales como el orden a la hora de participar en la conversación, enseñar al compañero algo que no sabe o que no conoce y lo más importante: llegar a acuerdos grupales con los contenidos de Educación Física de telón de fondo y con un trabajo físico previo.

Le concedo mucha importancia al carácter reflexivo de esta actividad, ya que no sólo deben leer los párrafos que tienen copiados sino leerlos para extraer la idea principal. Cuando son capaces de extraer lo que el párrafo quiere decir, están en condiciones para relacionar las ideas entre los párrafos y encontrar el orden adecuado. Para ello ponen un número en cada párrafo.

Sin embargo a la hora de corregirlo, opto por ir dando autonomía al alumnado y con los alumnos reunidos en un mismo sitio pero sentados por grupos, vayamos preguntando en voz alta qué párrafo va primero y el orden de los siguientes.

Es un interesante trabajo de reflexión y de permitir a los alumnos, que recurran a su propio conocimiento para crear y ordenar los nuevos conocimientos.

Una vez que se ha corregido en voz alta el orden de los párrafos y lo que querían decir, se les ofrece una copia por grupo del texto ordenado y completo para que comprueben si lo que ellos dictaron y copiaron se corresponde realmente con lo que ponía en las hojas distribuidas por el patio.

Finalmente, se realiza una puesta en común y una reflexión sobre lo que ellos pensaban previamente respecto a este mito de “Sudar Adelgaza” explicando la importancia de mantener una dieta equilibrada y unos estilos de vida activos, como la práctica física. Al final acaban comprendiendo que el sudor que producen las saunas y el exceso de abrigo es simple agua con sales minerales y la manera de controlar el peso es con actividades aeróbicas de larga duración y baja intensidad como andar, correr, montar en bicicleta...etc. También es interesante recurrir en ese debate que se forma al final de la clase sobre la necesidad de comprar diferentes productos “milagrosos” para perder peso de forma rápida y sin esfuerzo (fajas reductoras, máquinas que “te hacen los abdominales”, relación con otros mitos como la pérdida localizada de grasa, etc...)

REFLEXIÓN DOCENTE

Una vez hemos llevado a la práctica esta sesión es interesante tomarse un tiempo para la reflexión personal y evaluar el grado de adquisición de los objetivos planteados así como establecer una escala de eficacia en cuanto a aprendizajes movilizados y grado de consecución de las competencias básicas previstas.

Como variante pueden ponerse diferentes obstáculos cerca de donde se encuentran los párrafos o los grupos, de manera que incrementemos la dificultad en el recorrido del alumno, con lo que estaríamos trabajando la Coordinación Dinámica General y la Agilidad.

Un aspecto a mejorar es que cuando algún alumno lo veamos muy cansado (poca capacidad de retención en la memoria a corto plazo o bajo nivel de condición física de base) podemos decir a algún compañero de su grupo que lo releve para que descanse y que luego vuelva a participar en otro párrafo, así estaríamos adaptando los requisitos y la dificultad de la actividad.

A continuación vamos a detallar las competencias básicas y subcompetencias que se trabajan en una sesión como ésta:

▪ Competencia en Comunicación Lingüística:

- Leer y escribir. (leer los párrafos para luego dictarlos y que los compañeros los escriban)
- Dialogar y escuchar adquiriendo vocabulario. (tiempo de reflexión para averiguar el orden correcto de los párrafos)
- Procesar información. (gestionar la información que adquieren y que han copiado)

- Adaptar la comunicación al contexto. (Trasladar el léxico utilizado en los párrafos al contexto hablado de la puesta en común final)
- Generar ideas, hipótesis y supuestos. (necesarios para ordenar los párrafos)
- Dar coherencia y cohesión al discurso. (cuando explican por grupos por qué han elegido ese orden de párrafo y no otro)
- Estructurar el conocimiento. (integrar lo que leen y comprenden a su estructura cognitiva)
- Intercambios comunicativos en diferentes situaciones.(dictar cuando terminas de correr, escuchar a alguien con dificultades, tiempo de puesta en común más sosegada, diálogo entre grupos y con el profesor)
- Tener en cuenta opiniones distintas a las propias. (discusión a la hora de ordenar los párrafos)
- Realizar críticas con espíritu constructivo. (aceptar que dictas muy deprisa o reflexionar sobre los mitos en Educación Física)

▪ Competencia en Conocimiento e Interacción con el Mundo Físico:

- Analizar información cuantitativa y cualitativa. (analizar los datos que obtienes con el dictado)
- Comprender e identificar preguntas y problemas, obtener conclusiones y comunicar en distintos contextos. (saber lo que hay que hacer, comprender los párrafos y obtener conocimiento para luego defenderlo y compartirlo)
- Analizar los hábitos de consumo y argumentar consecuencias de un tipo de vida frente a otro en relación con dichos hábitos. (criticar los hábitos sociales perjudiciales que estén relacionados con la actividad física)
- Interpretar la información que se recibe para predecir y tomar decisiones. (con la información que obtengo tomaré decisiones en diferentes momentos: en clase durante el debate grupal, en mi tiempo libre con mis amigos, comentando lo que aprendo en casa...)
- Interiorizar los elementos clave de la calidad de vida de las personas. (dieta equilibrada y actividad física como puerta a una serie de ventajas físico-cognitivo-sociales)

▪ Competencia Social y Ciudadana.

- Ser conscientes de la existencia de diferentes perspectivas para analizar la realidad. (aunque yo esté convencido de mi postura tengo que escuchar las demás)
- Cooperar y convivir. (en esta sesión se requiere la participación o implicación de todo el grupo)
- Tomar decisiones y responsabilizarse de las mismas. (elegir un punto de ubicación del grupo que puede ser demasiado lejos de las pistas con las desventajas que eso conlleva)
- Ser capaz de ponerse en el lugar del otro y comprender su punto de vista y su situación. (comprender la dificultad de quien dicta por cansancio físico y memoria) (comprender la dificultad de quien copia)

- Manejar habilidades sociales y saber resolver los conflictos de forma contractiva. (negociar el orden de los párrafos defendiendo tu postura sin imponer)
- Practicar el diálogo y la negociación para llegar a acuerdos como forma de resolver conflictos. (ubicación del grupo, orden de los párrafos...)

▪ Competencia de Aprender a Aprender.

- Ser conscientes de las propias capacidades (tanto intelectuales, emocionales y físicas que pondré a prueba a lo largo de la actividad)
- Conocer las propias potencialidades y carencias. (saber lo bien o mal que hago diferentes actividades: correr, saltar, elegir el camino más corto hasta el párrafo, memorizar, copiar, dictar...)
- Tener conciencia de las capacidades de aprendizaje: atención, concentración, memoria, comprensión y expresión lingüística... (todas ellas necesarias en la actividad)
- Aceptar los errores y aprender de los demás. (reconocer cuando cometemos un error, aprendiendo de quien lo había hecho bien y saber reconocerlo)
- Administrar el esfuerzo (físico y cognitivo), autoevaluarse y autorregularse. (cuando nos dan la solución del texto ir comprobando lo que he acertado regulando la intensidad de mi participación)
- Adquirir confianza en sí mismo y gusto por aprender.

▪ Competencia de Autonomía e Iniciativa Personal.

- Afrontar los problemas. (orden, copiar frases, elegir rutas menos difíciles en la carrera...)
- Analizar posibilidades y limitaciones. (cognitivas, sociales, físicas...)
- Conocerse a sí mismo y autocontrolarse. (reflexionar sobre cómo he tratado a mis compañeros en esta actividad: ¿les di voces? ¿insulté? ¿ayudé lo suficiente a quien lo necesitaba?)
- Demorar la necesidad de satisfacción inmediata. (el proceso de la actividad es largo)
- Elaborar nuevas ideas. (cuando mi grupo se queda sin ellas, o al menos intentarlo)
- Evaluar acciones y proyectos. (comprobar el grado de corrección de nuestro proyecto con lo que se había propuesto)
- Extraer conclusiones. (válidas para nuestra vida real, ya se que no debo meterme en una sauna para adelgazar o ir muy abrigado para realizar actividad física en verano porque no es saludable y no voy a perder peso)
- Organización de tiempo y tareas. (controlar el tiempo que invertimos en resolver cada parte de la actividad)
- Saber dialogar y negociar. (llegando a un acuerdo grupal donde probablemente tengamos que ceder en algún aspecto.)

- Ser asertivo, tener empatía y autoevaluarse. (ponerse en lugar del otro para comprender mejor su situación)
- Ser flexivo en sus planteamientos. (no imponer, sino convencer)
- Trabajar cooperativamente. (resulta imprescindible que todo el mundo colabore porque todos tienen alguna pieza de información que es clave para la resolución del problema)
- Valorar las ideas de los demás. (para enriquecer nuestras posiciones)

4. CONCLUSIÓN.

Las Administraciones Educativas Central y Regional, nos informan de sus intenciones educativas a lo largo y ancho de los diferentes documentos, leyes, decretos, órdenes e instrucciones que redactan. Estas intenciones señalan claramente una dirección: proponer experiencias y ambientes de enseñanza – aprendizaje integrales que ayuden a la consecución de objetivos generales de etapa y de área, además de las competencias básicas.

Evidentemente, las competencias básicas se desarrollan a largo plazo ya que tenemos cuatro cursos en la etapa secundaria para conseguirlas. Pero sí podemos ir ayudando a nuestro alumnado a que vayan consiguiendo pequeñas metas para que se aproximen progresivamente hasta la meta final de cada una de las competencias básicas y los objetivos generales.

Es por ello, que definiendo el uso de ambientes de aprendizaje, como el explicado a lo largo de todo este escrito, donde los procesos de comunicación y reflexión sean una constante teniendo de fondo contenidos del área específica en cuestión. Así, podremos conseguir por un lado, cumplir con el compromiso motor que nuestro alumnado necesita para su edad y características, y por otro lado, servirnos de la Educación Física para alcanzar los objetivos generales y contribuir en la consecución de las diferentes competencias básicas.

5. BIBLIOGRAFÍA.

LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación

DECRETO 83/2007, de 24 de abril, por el que se establece el Currículo de Educación Secundaria Obligatoria para la Comunidad Autónoma de Extremadura

LÓPEZ MIÑARRO, P.A. (2002) “Mitos y falsas creencias en la práctica deportiva”. Editorial Inde.

MENDOZA FILLOLA, A (2008) “Didáctica de la Lengua y la Literatura”. Editorial Pearson. Madrid.

Proyecto Atlántida. Las Competencias básicas: cultura imprescindible de la ciudadanía. <http://www.proyecto-atlantida.org/>

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

DESARROLLO DE LA PERCEPCIÓN ESPACIAL Y TEMPORAL EN ALUMNADO AMBLIOPE CON DIFICULTADES EN LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA.

Autor: José Manuel Gómez Cadenas

Diplomado en Educación Física y PT.
Licenciado en Educación Física.
Santa Cruz de Tenerife (España)
Josechugomez2@hotmail.com

RESUMEN:

Este artículo muestra las actividades para el desarrollo/aprendizaje de las diferentes variedades de trayectoria en un alumno de 2º de Primaria con ambliopía por estrabismo, con dificultades en la adquisición de la competencia lingüística, en lectura y escritura, manifestadas por problemas en la direccionalidad del trazo. En este caso un área instrumental: lenguaje, se supedita a otra... ¿no tanto?... como lo es la Educación Física.

PALABRAS CLAVE:

Educación Física, NEAE, Necesidades Educativas, Necesidades Especiales, Alumno ambliope, actividades de educación física, integración, inclusión, trayectorias del móvil.

1. INTRODUCCIÓN.

Los profesionales de la Educación Física somos conscientes de la importancia que nuestra área o materia tiene para el desarrollo integral del alumnado, tanto en los aspectos físico-motrices, específicos de nuestra área, y procedimentales en general, como transferencia del desarrollo de nuestros contenidos a partir de situaciones motrices variadas, como en los ámbitos actitudinal y cognitivo. Parece que nuestros compañeros y compañeras docentes, poco a poco, se van concienciando de ello, buscando en los primeros niveles de la Educación Primaria nuestra ayuda para determinados aspectos de su área que pueden atajarse, reforzarse o desarrollarse con mayor calidad gracias a un tratamiento globalizador y enfocado en consonancia desde la nuestra. Sin embargo las administraciones educativas van a un ritmo menor, véase la falta de decisión que muestran para aumentar la carga lectiva del área en todos los niveles.

2. OBJETIVOS DEL PLANTEAMIENTO.

- Identificar y comprender habilidades básicas como lanzamientos y recepciones.
- Conocer las distintas formas más habituales de lanzar y recibir un objeto.
- Conocer y experimentar la variedad de lanzamientos posibles sencillos y vivenciar la recepción de ellos.
- Experimentar lanzamientos con diferentes consignas y recibir de móviles con trayectorias variadas.

3. CONTENIDOS ESPECÍFICOS DESDE EL ÁREA DE EF

- **Conceptuales:**
 - Diferenciar lanzamientos y recepciones de otras habilidades.
 - Adivinar trayectorias de objetos lanzados.
 - Técnica de las manos a la hora de recibir un objeto.
- **Procedimentales:**
 - Utilización de las habilidades básicas como lanzamientos y recepciones en juegos.
 - Ejecución de lanzamientos y recepciones con ambas manos y mano dominante.
 - Apreciación y cálculo de trayectorias y distancias.
- **Actitudinales:**
 - Colaboración con los compañeros para trasladar un móvil.
 - Desinhibición en la recepción del móvil.
 - Exploración de las posibilidades y limitaciones del movimiento.

4. METODOLOGÍA A UTILIZAR.

La metodología utilizada será principalmente activa y lúdica, con variedad en la programación de las clases utilizando el mayor número de objetos y partes del cuerpo. Utilizaremos el descubrimiento guiado y el niño comenzará con objetos manejables para pasar luego a otros menos manejables, pelotas blandas y trayectorias rodadas al principio.

5. SESIONES PROPUESTAS DE TRABAJO.

Las siguientes actividades se presentan a modo de ejemplo, pueden o no desarrollarse en una sesión, pero todas se intentará que cuenten con una progresión creciente en su dificultad y complejidad, para favorecer el avance del tratamiento en los contenidos a exponer al alumno, siendo, no obstante, susceptibles de modificación en caso de considerarse necesario para retroalimentar positivamente el propio proceso de aprendizaje.

▪ Sesión primera:

- Todos corriendo y cuando se encuentre con un compañero se cambian las pelotas (“*de mano a mano*”).
- Cada uno con una pelota, intentar dar un bote lo más alto posible.
- Tirar las pelotas todos al mismo tiempo al aire, y tratar de capturar el mayor número de pelotas posibles.
- Individualmente, tirar la pelota a una pared y recogerla después de 2 botes, dar un giro antes de recogerla y de que de 2 botes, y por último: recogerla después de un bote.
- Por parejas, se pasan la pelota rodando, luego con un bote, con un rebote, etc.
- Ídem, pero uno sentado y uno de pie.
- Con una pelota cada uno, apretarla con diferentes partes del cuerpo.

▪ Sesión segunda:

- Tirar la pelota a la pared con el pie y saltarla.
- En grupos de 4-5, tirar la pelota a la pared con el pie, saltarla y apartarse, y repetir lo mismo el de atrás, tratando de encadenar todos.
- Cada uno con una pelota, lanzar a una portería sin que la pelota bote en el suelo. Cada vez lo haremos desde una distancia mayor.
- Por parejas, con un aro en medio, pasar la pelota uno al otro dando un bote dentro del aro. Alejarse cada vez un pasito más atrás.
- Por tríos, uno agarra el aro y los otros dos se pasan la pelota haciéndola pasar por dentro del aro. Cambiar cuando diga el profesor.

▪ **Sesión tercera:**

- Juego de “perseguir con el aro”: Uno se la queda y lanza el aro hacia los demás, al que le toque se la queda.
- Cada uno con un aro, lanzarlo y meterse dentro cuando caiga.
- Por parejas, pasarse el aro rodando, luego por el aire.
- Darle una patada al aro en el suelo y el compañero saltar y meterse dentro mientras se desliza.
- Con picas, tratar de mantenerlas en equilibrio.
- Lanzar la pica al aire y recogerla antes de que caiga al suelo.

▪ **Sesión cuarta:**

- Con vasos de yogurt dispersos por la cancha, correr entre ellos sin tocarlos.
- Coger un vaso a la señal (serán menor número de vasos que de alumnos).
- Cada uno con un vaso, lanzarlo y recogerlo: con las dos manos, con una y luego con la otra.
- Por parejas, uno con un vaso de yogurt y el otro con una pelota de tenis. El que tiene la pelota la tira hacia arriba y el otro la recoge con el vaso después de que dé un bote.
- Ahora, colocan el vaso en el suelo y el que tiene la pelota intenta darle lanzándola contra él.
- Colocando la pelota encima del vaso boca abajo, impulsar el vaso arriba para lanzar la pelota al aire e intentar meterla dentro del vaso después de un bote, y si se puede, sin bote.
- Juego de “Bolos”: En grupos de 5-6. Varios vasos colocados en hilera y tratar de tirarlos con las pelotas por turnos, lanzándola rodando. Cada uno tirará 3 veces.
- Juego de “Puntería en la Feria”: Como el juego anterior, pero derribar lanzando por el aire. Se variará la posición: lateral, más cerca, más lejos, con bote, sin bote, con dos botes, etc.

6. CONCLUSIÓN.

La psicocinética, la psicomotricidad, la educación vivenciada,... no son conceptos nuevos, desde la Educación Física lo sabemos bien. La transferencia que le podemos dar a otras áreas y desde el asentamiento de bases educativas integrales en el alumno, lo son menos, pero nuestra constancia seguramente logrará que nuestros alumnos se beneficien de todo ello, sin ser conscientes, como sucede con muchos adultos.

7. BIBLIOGRAFÍA.

Fernández Losa, J.L. y Cecchini Estrada, J.A. (1998). *Educación Física de Base: alumnado con necesidades educativas especiales*. Ed. Universidad de Oviedo. Oviedo.

Toro y Zarco. (1995). *Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales*. Ed. Aljibe. Málaga.

Gómez Cadenas, J.M. (2004). (Documento sin publicar). *Programación de Educación Física para el 1º Ciclo de Educación Primaria*. Colegio Adonai.

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

COMPORTAMIENTO VISUAL Y RENDIMIENTO EN LA DEFENSA AL JUGADOR CON BALÓN EN EL BALONCESTO

Autor: David Megías Sayazo

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte
Master en Pedagogía Terapéutica.

Web: <http://www.viviendolaef.wordpress.com>

David_ms_83@hotmail.com.

RESUMEN

El presente documento posee la finalidad de analizar el comportamiento visual en la defensa (al jugador con balón) en baloncesto para obtener unas pautas que permitan mejorarlo, y así aumentar el rendimiento defensivo. Para ello se analizará a participantes con distinta experiencia en el baloncesto a los que se le presentará una situación artificial en la que tendrán que defender a un jugador con balón que intenta superarles para progresar hasta la canasta.

PALABRAS CLAVE:

Situación experimental, método observacional, estímulo, tiempo de respuesta.

INTRODUCCIÓN

Parlebas (1986) establece una clasificación donde sitúa a los deportes de equipo en la categoría de cooperación/oposición, en los que la incertidumbre del entorno puede provenir tanto de los compañeros como de los adversarios, considerando el espacio de juego estable.

Los intentos de clasificación de las habilidades motrices que tienen su escenario de actuación en los deportes colectivos han sido numerosos. Bajo el enfoque de la teoría del procesamiento de la información, las habilidades y tareas motrices son clasificadas y analizadas en términos de sus exigencias perceptivas, de toma de decisión y de ejecución y control del movimiento (Oña y otros, 1999), representando así las características de la acción de juego.

Según Knapp (1963) las habilidades motrices que se desarrollan en los deportes de equipo se caracterizan por ser predominantemente perceptivas, puesto que el entorno de juego se presenta dinámico y cambiante. Para Poulton (1957) estas serían las denominadas tareas motrices de carácter abierto. En este sentido, Ruiz (1994) señala que la noción de abierto, en relación a los aspectos espacio-temporales de las habilidades motrices, indica incertidumbre, variabilidad y cambio; y cito textualmente:

“Los deportes de conjunto son de carácter abierto, porque es difícil que se repitan las mismas acciones, una y otra vez; es más, se trata de que el oponente conozca lo menos posible cómo actuaremos”.

Al ser el baloncesto un deporte de equipo, donde hay cooperación y oposición, existirá en él un alto nivel de incertidumbre al estar compuesto fundamentalmente por habilidades abiertas. Más concretamente es la fase defensiva (sobre todo en la defensa al jugador con balón por ser el más peligroso potencialmente) donde la incertidumbre se hace más patente al considerarse la defensa como una respuesta al ataque donde siempre estaremos en déficit de tiempo.

Para reducir la incertidumbre de los defensores surgieron nuevas filosofías defensivas con las que se buscaba ganar la iniciativa al ataque, una de ellas es la “filosofía de la concesión” (Ibáñez, 2002) donde se ofrecen los espacios menos peligrosos al ataque y se protegen aquellos espacios donde el atacante es más eficaz (generalmente cerca de canasta). Por tanto esta filosofía se basa en la capacidad de los defensores de evitar que los atacantes posean el balón cerca de canasta y por tanto anoten fácilmente. Para evitar que se produzcan estas situaciones un requisito imprescindible será molestar todo lo posible la progresión a canasta del jugador con balón, y debido al déficit de tiempo que tiene el defensor para iniciar su movimiento cuando el atacante intenta superarlo se hace necesario determinar ciertas pautas en el comportamiento visual de los defensores que conduzcan a una reducción del tiempo de reacción para que así sea posible una más temprana aparición del desplazamiento del defensor evitando así la progresión a canasta del atacante con balón.

La hipótesis de la investigación es que los defensores con experiencia tendrán pautas de comportamiento visual con las que reducirán el tiempo de reacción al estímulo de dribling del atacante con balón, con la consiguiente mejora del rendimiento. La variable independiente es la experiencia de los participantes y la variable dependiente será el tiempo de reacción.

MÉTODO.

Los participantes han sido clasificados en tres muestras, cada uno de los cuales ha es representativa de la población a la que pertenecen:

- **Muestra 1:** compuesta por 6 jugadores profesionales de baloncesto con un mínimo de tres años de experiencia en el campo profesional pertenecientes al Cáceres. C. B, que representaría a la población de jugadores profesionales de baloncesto masculino de la liga española que poseen un mínimo de tres años de experiencia.
- **Muestra 2:** compuesta por 6 jugadores de baloncesto del equipo cadete del colegio María Auxiliadora de Mérida, que representaría a la población de jugadores de baloncesto de categoría cadetes masculino.
- **Muestra 3:** compuesta por 6 estudiantes universitarios que no han tenido experiencia con el baloncesto, representaría a la población que no ha tenido experiencia con el baloncesto.

Según el diseño las variables utilizadas en el experimento serán:

- La experiencia (y por tanto el comportamiento visual) de los participantes es la variable independiente, la aplicación de esta será inherente a la participación de las distintas muestras. El orden de experiencia de mayor a menor de los participantes será: profesionales, cadetes, estudiantes.
- El tiempo de reacción de su respuesta al estímulo que le presentaremos será la variable dependiente. Según la hipótesis a mayor experiencia menor será el tiempo de reacción de la respuesta.

Para garantizar que los sujetos que obtienen mejores tiempos de reacción lo hacen por tener conductas visuales más eficientes y no por las diferencias individuales en la velocidad de reacción, todos los participantes serán sometidos a una prueba donde se determinará su velocidad de reacción a estímulos visuales (que cuando aparezca un estímulo apriete un pulsador, registrando el tiempo de reacción). De modo que al tiempo de reacción que obtenga cada sujeto en la situación experimental (TRE) le restaremos siempre el tiempo de reacción que obtuvo en las pruebas de velocidad de reacción a estímulos visuales (TRV), obteniendo de este modo el tiempo de reacción final (TRF) ya libre de la influencia de la variabilidad de la velocidad de reacción entre los distintos participantes. De modo que $TRF = TRE - TRV$.

Los materiales necesarios serán un cañón de video, un ordenador portátil que contenga los videos digitalizados necesarios para los visionados, pantalla de 1x1 metros, sistema de seguimiento de la mirada (modelo SE 5000), los cronómetros y pulsadores, diez situaciones de visionado distintas (inicialmente iguales pero donde

el atacante cada vez resuelve de una forma) y por último una tabla de registro de datos diseñada a tal efecto.

En el procedimiento la situación experimental consistirá en el visionado por parte del participante de una secuencia de video (en una pantalla de 1x1 metros) donde, desde una perspectiva subjetiva, verán acercarse a un jugador botando un balón de baloncesto que de repente cambiará de dirección para simular un intento de superación del defensa que en este caso sería el participante. La situación experimental se desarrollará en una sala donde se mantendrán constantes las condiciones ambientales (temperatura, humedad, e iluminación). Iluminación artificial (sala de 15m² con 2 bombillas Phillips de 100W), temperatura de 23° centígrados (controlada a través de un termostato), y humedad de un % (regulada con un humidificador).

El comportamiento visual del sujeto será registrado durante el tiempo que dure el visionado de la secuencia por un aparato de seguimiento de la mirada (ASL SE5000).

El participante tendrá un pulsador en cada mano que simulará su respuesta (presionará el pulsador izquierdo si el atacante se va por la izquierda del defensor y pulsador derecho si se va por su derecha) la cual será visionada en un monitor para que el experimentador la recoja.

A través de un electro miógrafo podremos registrar la actividad eléctrica del antebrazo del lateral donde se produce la respuesta, que corresponderá con el inicio del tiempo de movimiento.

Finalmente dos cronómetros conectados al electro miógrafo y a los pulsadores respectivamente comenzarán a funcionar cuando se ponga en funcionamiento el visionado y se pararán cuando aparezca la actividad eléctrica del antebrazo y la respuesta sucesivamente.

Los tiempos que nos interesa tomar son los siguientes:

- **Tiempo de aparición del estímulo (preperíodo):** podemos manipularlo, ya estaría definido para cada secuencia de video (y en cada una será distinto para evitar la acomodación del participante con la consecuente anticipación).
- **Tiempo de respuesta:** es el tiempo transcurrido desde que aparece el estímulo hasta que el sujeto aprieta el pulsador (emite la respuesta).
- **Tiempo de movimiento (TM):** tiempo transcurrido desde que se registra la actividad eléctrica del antebrazo hasta que el sujeto aprieta el pulsador (emite la respuesta).
- **Tiempo de reacción (TR):** tiempo transcurrido desde la aparición del estímulo hasta que se registra la actividad eléctrica del antebrazo. Este tiempo es el resultado de restarle el TM al tiempo de respuesta.

La secuencia de tiempos aparece representada en el siguiente esquema:

- ▶ APARICIÓN DEL ESTIMULO
- ▶ APARICIÓN DE LA RESPUESTA
- ▶ INICIO DEL VISIONADO
- ▶ APARICIÓN DE LA ACTIVIDAD ELÉCTRICA DEL MÚSCULO
- ▶ TR
- ▶ TM
- ▶ TIEMPO RESPUESTA
- ▶ TIEMPO TRANSCURRIDO DESDE QUE SE INICIA EL VISIONADO HASTA QUE APARECE LA RESPUESTA DEL DEFENSOR
- ▶ TIEMPO DE APARICIÓN DEL ESTÍMULO

Figura 1: Secuencia de tiempos de observación

Las instrucciones que le daremos a los participantes será: “cuando estéis seguros (es importante estar muy seguros) que el atacante con balón intenta superaros apretad lo antes posible el pulsador del lateral por el que os esté superando”, las instrucciones serán presentadas a través de la visualización de un video, que podrá ser visto tantas veces como fuese necesario.

Según el protocolo cada participante hará un calentamiento de tres visionados de prueba para familiarizarse con la situación experimental (estos datos no serán tenidos en cuenta), el tiempo entre visionados será de un minuto. Cinco minutos después de que haya terminado la familiarización darán comienzo los visionados válidos (que originarán datos para la investigación), estos visionados serán suministrados en dos bloques de tres y cuatro entre la presentación de ambos bloques habrá cinco minutos de descanso para el participante y dentro de cada bloque existirá un minuto de descanso entre visionados. La franja horaria donde se realizarán las mediciones siempre se realizarán de las 17 a las 20 horas, de modo que se utilizarán dos días para cada muestra de sujetos (utilizando una hora para cada participante); necesitando por tanto un total de seis días para obtener todos los datos.

CONCLUSIONES

Tras el análisis establecido, el comportamiento visual de los 18 sujetos con distintos niveles de experiencia en el juego del baloncesto, en función de su eficiencia (reaccionaron correctamente a los estímulos en el menor tiempo), se encontraron los elementos donde el defensor debe focalizar su atención visual para que se produzca un incremento en el rendimiento de la defensa al jugador con balón.

Los datos que se obtuvieron se pueden resumir en los siguientes apartados:

- Los jugadores profesionales reaccionan en menor tiempo, en gran medida por su disposición frente al jugador de ataque.

- El componente físico influye en gran medida tras el tiempo de reacción, ya que a partir de la reacción del defensor se puede corregir o no el desajuste.
- Los jugadores profesionales mantienen su visión en los elementos característicos del jugador de ataque: posición del balón, mano dominante y peligrosidad de la acción.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

KNAPP, B. (1979). *La habilidad en el deporte*. Valladolid: Miñon.

OÑA, A., MARTÍNEZ, M., MORENO, F. y RUÍZ, L. M. (1999). *Control y aprendizaje motor*. Madrid: Síntesis.

PARLEBAS, P. (1986). *Elementos de sociología del deporte*. París: Presses Universitaires.

POULTON, E. C. (1957). *On prediction in skilled movement*. *Psychological Bulletin*, 54.

RUÍZ, L. (1994). *Deporte y Aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de habilidades*. Madrid: Visor.