

INTRODUCCIÓN

Actualmente , en nuestra sociedad existe la necesidad de incorporar a la cultura y educación básica de los ciudadanos los conocimientos, destrezas y capacidades que relacionado con el cuerpo y la actividad motriz ayudan en el desarrollo de la persona y a mejorar la calidad de vida.

La acción educativa debe considerar todos los elementos que integran la actividad motriz: perceptivos, de ejecución, expresivos, comunicativos, cognoscitivos, afectivos y relacionales.

El área de educación física procurará que los alumnos mejoren su nivel de habilidad motriz, faciliten el conocimiento y comprensión de la conducta motriz como organización funcional y significativa del comportamiento humano.

También hay que tener en cuenta, a la hora de trabajar en la adquisición y desarrollo de estos aprendizajes y capacidades , la vinculación a la propia experiencia motriz del alumno y no aislarse del propio conocimiento corporal.

Esta experiencia motriz debe dotar al alumno del conocimiento de sí mismo, así como las de los demás, para poder utilizar su cuerpo adecuadamente y sentirse bien con él.

FUNCIONES

FUNCIÓN ANATÓMICA – FUNCIONAL

Mejorando e incrementando las estructuras anatómicas y la capacidad motriz de la persona

FUNCIÓN AGONÍSTICA

En tanto que la persona mediante el movimiento corporal , puede mostrar su destreza, competir y superar dificultades.

FUNCIÓN DE COMPENSACIÓN

En cuanto que el movimiento compensa las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual.

OBJETIVOS GENERALES

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de la relación con los demás y como recurso para organizar su tiempo libre.
2. Regular y dosificar su esfuerzo llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido.
3. Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motores básicos adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa evaluación de sus posibilidades.
4. Utilizar sus capacidades físicas básicas, destrezas motrices, su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y

condiciones de cada situación.

5. Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación en razón de las características personales, sexuales y sociales así como los comportamientos agresivos y las actitudes competitivas.

6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.

PROPUESTA DE CONTENIDOS

En el análisis del objeto de aprendizaje de esta área se diferencian cuatro componentes principales:

- El componente estructural y mecánico.
- El componente cuantitativo.
- El componente cualitativo.
- El componente expresivo.

Partiendo de los conceptos, procedimientos y actitudes que se generan desde el campo de acción y conocimiento que corresponde a esta área, así como de las características de los alumnos de esta etapa educativa, se han fijado los contenidos para el área de educación física.

Estos contenidos se estructuran a partir de determinados bloques de contenidos, de los cuales voy a comentar el bloque correspondiente a la habilidad motriz.

En este bloque se integran todos aquellos conceptos, procedimientos y actitudes que tienen que ver con la organización, el control y el ajuste de la motricidad a la función y finalidad de una tarea. Así pues, en este bloque se encuentran los contenidos de determinadas tareas motrices, unas básicas y habituales, centradas en el manejo del cuerpo y de los objetos, otras más

específicas, referidas a determinadas prácticas sociales como el juego y los deportes, que suponen la adecuación de las primeras a objetivos

y condiciones de ejecución más precisas y concretas.

Los contenidos de este bloque, separados en tres apartados son:

*** De concepto :**

- Los esquemas motores básicos.
- Los tipos de juego y de actividades deportivas y su regulación.

*** De procedimiento :**

- Los recursos para la práctica del juego y de las actividades deportivas en el entorno inmediato.
- Exploración de las posibilidades de acción y de la propia habilidad para resolver situaciones y problemas motores de diversa complejidad y para controlar y ajustar la acción corporal a los planteamientos previos de la

acción.

- Utilización y ejercitación de las habilidades básicas en diferentes medios y situaciones.
- Adaptación de destrezas motrices para la realización de actividades en diferentes medios naturales.
- Utilización correcta de los espacios y materiales y adopción de las medidas básicas de seguridad.

* De actitud :

- Participación en juegos y actividades motrices colectivas que supongan: aplicación y adaptación de la habilidad individual al logro de un objetivo común; utilización de reglas para la organización de las situaciones colectivas.
- Participación y práctica de actividades deportivas adaptadas (mediante flexibilización de las normas de juego) y de juegos de campo, exploración, aventura, populares y tradicionales.
- Interés por aumentar la competencia y habilidad motriz y la calidad del movimiento.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.
- Aceptación de los diferentes niveles de destreza en la práctica de juegos y actividades físico – deportivas, tanto en si mismo como en los otros.
- Aceptación de las normas y reglas del juego y del papel que corresponda desempeñar como jugador.
- Valoración de las posibilidades como equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.
- Aceptación del reto que supone oponerse a otros en situaciones de juego sin que ello derive en actitudes de rivalidad o menosprecio.

SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS

La secuenciación de contenidos en el área de Educación Física debe considerar el carácter integrador que el movimiento, principal agente educativo de este área, posee respecto a todos los contenidos.

La secuenciación de contenidos posee un carácter cíclico, de tal manera que los contenidos desarrollados en un primer ciclo, lo son también en ciclos posteriores pero con diferente nivel de profundización en un proceso que va de lo general y básico a lo particular y complejo, de un tratamiento integrador a un tratamiento más diferenciado.

En el proceso de desarrollo de la habilidad motriz, debe fomentarse en un primer momento la exploración de todas las posibilidades de movimiento, partiendo del más natural y espontáneo para progresivamente ir refinando las habilidades motrices adquiridas, ampliándolas con otras nuevas menos habituales y aplicándolas a situaciones cada vez más complejas. En el último ciclo el tratamiento de las habilidades motrices adquirirá un carácter más específico hacia formas y técnicas de movimiento relacionadas con determinados juegos y deportes convencionales.

En el primer ciclo se plantearán actividades en juegos elementales, realizadas individualmente o por grupos reducidos y juegos colectivos de muy baja organización. En el segundo ciclo las formas jugadas irán integrando a un mayor número de alumnos y evolucionando hacia una mayor complejidad, elevándose el nivel

de organización de los juegos colectivos. En el tercer ciclo el juego adquiere también un valor cultural y las formas jugadas de los ciclos anteriores se completarán con juegos deportivos convencionales adaptados, populares y tradicionales considerados como recurso didáctico y como contenido de enseñanza.

Los contenidos se introducirán progresivamente a lo largo de toda la etapa, en función de las características y posibilidades del alumnado en cada momento.

PRIMER CICLO (6 – 8 AÑOS).

El desarrollo de la habilidad motriz se hará a través de la exploración de las posibilidades de acción orientadas al manejo del propio cuerpo y de objetos.

Conviene centrar el trabajo en la resolución de problemas motores simples relacionados con tareas motrices básicas y habituales:

- Desplazamientos – Giros – lanzamientos
- Saltos – Trepas, etc...

El trabajo anterior debe complementarse con la utilización de las habilidades adquiridas en múltiples y variadas situaciones que fomenten la adquisición de nuevos patrones motores y el afianzamiento de los ya existentes, mediante:

- Participación en juegos motores colectivos (en este ciclo serán de muy baja organización).
- Realización de actividades adecuadas a sus posibilidades que impliquen adaptación motriz al medio natural.
- Participación en juegos de campo, exploraciones, aventura, populares y tradicionales adaptados.

Estas actividades deberán realizarse atendiendo a las normas de uso establecidas para la utilización de espacios y materiales.

SEGUNDO CICLO (8 – 10 AÑOS).

La exploración y ejercitación de sus posibilidades de acción en el manejo del propio cuerpo y de objetos se hará en función del nivel de destreza manifestado.

El trabajo se centrará en crear situaciones motrices que planteen problemas de creciente dificultad relacionados con tareas motrices básicas habituales y no habituales que propicien la integración de nuevos patrones motores.

Igual que en el primer ciclo, la habilidad motriz adquirida en este ciclo debe afianzarse y aplicarse en múltiples y diversas situaciones, mediante:

- Participación en juegos y actividades motrices de complejidad progresivamente creciente, especialmente en los aspectos de percepción y ejecución.
- Realización de actividades que impliquen adaptación motriz al medio natural.
- Participación en juegos motores colectivos, de cooperación y oposición, con un nivel creciente de organización (funciones de los jugadores, espacios, reglas, alternativos, dificultad de las tareas motrices).

- Participación en juegos de campo, explorar, aventura, populares y tradicionales.

El conocimiento e interiorización de las normas de seguridad en el uso de espacios y materiales debe propiciar la posibilidad de practicar los juegos habituales de manera autónoma y sin riesgos innecesarios.

TERCER CICLO (10 – 12 AÑOS).

Se continua con el proceso de exploración y ejercitación de la habilidad motriz a través de la resolución de problemas motores de dificultad creciente, pero relacionados con tareas motrices de cierta especificidad.

El trabajo se centrará:

- Realización de juegos y habilidades motrices de complejidad progresivamente creciente , tanto en aspectos perceptivos y de ejecución como de decisión.
- Estas actividades deben inducir a la elaboración de estrategias propias de acción ejecutadas con una mayor economía, originalidad y eficacia.
- Participación en juegos motores colectivos, de cooperación y oposición, de alta organización.
- Participación en actividades deportivas adaptadas (mediante flexibilización de las normas de juego).

Se propiciará un conocimiento más profundo y extenso de los elementos estructurales y mecánicos que intervienen en el movimiento, que permita identificar algunas de las acciones articulares simples: flexión, extensión, rotación.

Los contenidos relacionados con:

- La exploración, experimentación y reconocimiento de las capacidades perceptivas y motrices.
- El afianzamiento de las nociones espaciales, temporales y topológicas.
- La lateralidad.

No exigen en este ciclo un tratamiento diferenciado.

Desarrollo progresivo de la percepción y estructura espacio – temporal, mediante:

- Situaciones motrices de elevada dificultad discriminativa.
- Interiorización, identificación y representación corporal de cadencias rítmicas de cierta complejidad.

Trabajo de coordinación motriz en situaciones complejas.

Trabajo de equilibración en situaciones de máxima inestabilidad.

La relajación progresa hacia:

- La diferenciación de diferentes niveles de tonicidad.
- El control voluntario de la respiración.

– Una vivencia de desconstrucción e interiorización perceptiva.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Los criterios de evaluación aplicables a la habilidad motriz son los siguientes :

Ajustar los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de una actividad tales como su duración y el espacio donde se realiza.

Proponer estructuras rítmicas sencillas y reproducirlas corporalmente o con instrumentos.

Saltar coordinadamente batiendo con una o ambas piernas en función de las características de la acción que se va a realizar.

Desplazarse, en cualquier tipo de juego, mediante una carrera coordinada con alternativa brazo – pierna y un apoyo adecuado y activo del pie.

Utilizar en su actividad corporal la habilidad de girar sobre su eje longitudinal y transversal para aumentar la competencia motriz.

Lanzar con una mano un objeto conocido componiendo un gesto coordinado (adelantar la pierna contraria al brazo de lanzar).

Anticiparse a la trayectoria de un objeto realizando los movimientos adecuados para cogerlo o golpearlo.

Botar pelotas de manera coordinada, alternativamente con ambas manos, desplazándose por un espacio conocido.

Haber incrementado globalmente las capacidades físicas básicas de acuerdo con su momento de desarrollo evolutivo, acercándose a los valores normales de su grupo de edad y entorno.

Participar en las actividades físicas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.

Reconocer los elementos fundamentales, mecánicos, estructurales y funcionales, relacionados con el movimiento y el ejercicio físico.

Colaborar activamente en el desarrollo de los juegos de su grupo, mostrando una actitud de aceptación hacia los demás y de superación de las pequeñas frustraciones que se pueden producir.

Respetar las normas establecidas en los juegos reconociendo su necesidad para una correcta organización y desarrollo de los mismos.

PRESENCIA DE LA HABILIDAD MOTRIZ EN LOS CONTENIDOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA.

MÓDULO

Habilidades perceptivo – motrices básicas

PROFESORA

departamento

didáctica de la expresión musical, plástica y corporal.

Realizado por:

CONCLUSIONES

El trabajo de la habilidad motriz en edad escolar, va dirigido a conseguir el desarrollo del alumno en diferentes aspectos, como pueden ser: conocer los esquemas motores básicos, utilización correcta de espacios y materiales, aceptación de las normas y reglas del juego así como el papel a desempeñar por cada jugador, entre otros.

A la hora de trabajar la habilidad motriz en la edad escolar, hay que tener en cuenta los ciclos formativos y las edades del alumnado, para saber en cada momento lo que debemos trabajar con ellos. Por esto se establecen inicialmente unos objetivos generales, que deberán ser alcanzados por el alumno al final de cada ciclo. Para controlar que el niño/a ha aprendido utilizaremos los métodos de evaluación pertinentes.

Así cuando el alumno acabe el ciclo de enseñanza básica tendrá adquiridos unos conocimientos y experiencias motrices que le van a beneficiar tanto en la actividad escolar como en los deportes que practique extraescolarmente.

BIBLIOGRAFÍA

DOGV Diario Oficial de la Generalitat Valenciana. Número 1728.

ÍNDICE

– INTRODUCCIÓN	Pág. 1
– FUNCIONES Y OBJETIVOS GENERALES QUE TIENEN QUE VER CON LA HABILIDAD MOTRIZ	Págs. 2–3
– CONTENIDOS DEL BLOQUE DE CONTENIDO: HABILIDAD MOTRIZ PARA LA ETAPA DE ED. PRIMARIA	Págs. 4–6
– SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS DE LA HABILIDAD MOTRIZ POR CICLOS	Págs. 7–12
– CRITERIOS DE EVALUACIÓN APLICABLES A LA HABILIDAD MOTRIZ	Págs. 13–14
– CONCLUSIONES	Pág. 15
– BIBLIOGRAFÍA	Pág. 16