

TRABAJO DE FIN DE GRADO



Universidad de Valladolid

INICIACIÓN AL SALTO DE LONGITUD A TRAVÉS DEL JUEGO: EL MODELO LUDOTÉCNICO

- Autora: Ana Cartón de la Iglesia
- Tutor Académico: Carlos Velázquez Callado

Curso 2014/2015

4º Grado en Educación Primaria

Mención de Educación Física

RESUMEN

En el presente documento, se mostrará la realización de una intervención llevada a cabo en un centro educativo español en París. Nos habla de la iniciación al atletismo desde el salto de longitud, siguiendo el modelo ludotécnico. Para ello, se describe el proyecto que consiste en la elaboración de un plan de acción que se desarrolla en seis sesiones. En cada sesión, siguiendo el modelo ludotécnico, se avanza en una progresión desde el propio alumnado, llevándolo a obtener unos resultados. Entre los logros conseguidos destacan la adaptación que ha tenido el alumnado a la metodología ludotécnica, la motivación y la mejora progresiva del conocimiento técnico-básico entre otros aspectos.

A lo largo del desarrollo del trabajo se analiza la importancia que ha tenido el modelo ludotécnico y su incidencia en los resultados.

PALABRAS CLAVE

Modelo ludotécnico, iniciación deportiva, juego, salto de longitud, actitud.

ABSTRACT

This document outlines the intervention carried out in a Spanish school in Paris. It describes the introduction to athletics through the long jump, using a game-centred technical model. It describes the project which consisted in elaborating a plan of action to cover six sessions. Each session, as fits the model, was student-centred and progressed accordingly, so leading to positive results. Amongst the achievements were the adaptation of the students to the game-centred technical approach, an increase in motivation and a progressive improvement in technical knowledge.

Throughout the work, the importance of the technical game-centred model is analysed as is its incidence on the results.

Key words

Game-centred technical model, introduction to sport, games, long jump, attitude

ÍNDICE

➤ CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN	1
➤ CAPÍTULO 2: JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS	3
2.1. Justificación	3
2.2. Objetivos	5
➤ CAPÍTULO 3: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
3.1. Aproximación al concepto de juego	6
3.2. Características del juego en las clases de educación física	8
3.3. El juego como recurso metodológico en educación física	9
3.4. La iniciación al atletismo a través del juego	11
3.5. El salto de longitud	14
➤ CAPÍTULO 4: METODOLOGÍA	18
4.1. Contexto educativo	18
4.1.1. El centro escolar	18
4.1.2. Educación Física	19
4.1.3. Grupo de referencia	20
4.2. Proceso de intervención	20
4.3. Proceso de evaluación	25
4.4. Análisis de los datos	27
➤ CAPÍTULO 5: RESULTADOS	29
5.1. Autoconocimiento de sus límites y sus posibilidades	29
5.2. Respuesta emocional ante las tareas	31
5.3. La progresión en la habilidad, desde la toma de conciencia del proceso y su motivación	33
➤ CAPÍTULO 6: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES FINALES Y LIMITACIONES	40
6.1. Discusión y conclusiones finales	40
6.2. limitaciones	44
➤ CAPÍTULO 7: REFLEXIÓN FINAL	45
➤ REFERENCIAS	47
➤ ANEXOS	50
Anexo 1. Unidad didáctica	50
Anexo 2: entrevistas individuales	60

Anexo3: Lista de control del salto de longitud..... 62

CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN

El Trabajo Fin de Grado es un trabajo que se elabora al terminar la carrera, donde hay que demostrar que se han desarrollado las competencias que se asocian al título de Grado de Educación Primaria, tal y como viene reflejado en el Real Decreto 1393/2007, 29 de octubre.

En la universidad de Valladolid, esto se sistematiza a través de la Resolución de 3 de febrero de 2012, del rector de la universidad de Valladolid, por la que se acuerda la publicación del Reglamento sobre la elaboración y evaluación del Trabajo Fin de Grado, BOCyL 15 de febrero 2012.

Otros de los requisitos necesarios que se pide para la elaboración de este Trabajo Fin de Grado, tal y como se recoge en la Orden ECI /3857/2007, de 27 de diciembre, son las competencias que demuestran la consecución de los conocimientos, actitudes y habilidades, necesarias para ejercer de maestro en Educación Primaria. Entre ellas, este trabajo incide principalmente en las siguientes:

- Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
- Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.
- Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes.

Comenzamos este trabajo justificando la importancia o necesidad del tema que se ha escogido. Así, se demuestra la importancia de unir el deporte y el juego con un fin último que es la diversión y lo lúdico. Una vez reflejado esto, se han marcado unos objetivos los cuales deberán ser alcanzados al final de este proyecto.

A continuación, se describe el proceso de mi intervención. Para ello, se parte de la metodología que está dividida en varios apartados: contexto del centro en el que se ha puesto en marcha el proyecto, la descripción del proceso de intervención, los instrumentos de evaluación y para finalizar, la explicación del proceso de análisis de los datos obtenidos.

Seguidamente se expondrán los resultados, donde se incorporan algunos comentarios de los niños/as, algunas observaciones y las conclusiones extraídas a partir de los datos recogidos en los instrumentos de evaluación.

A continuación, se detallan las conclusiones, discusiones y las limitaciones de este trabajo, concluyendo con una reflexión final del mismo.

Para finalizar, la última parte del trabajo está compuesta por las referencias que han sido utilizadas para su elaboración y los anexos necesarios para la puesta en práctica del programa.

CAPÍTULO 2: JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS

2.1. JUSTIFICACIÓN

Mi atracción por el atletismo empezó con siete años en unas actividades extraescolares que el colegio organizaba. Recuerdo aquellas tardes de juegos con nostalgia y curiosidad. El tiempo parecía detenerse, una autentica burbuja de ilusión que se repetía año tras año y que me llevo a la práctica del atletismo con asiduidad hasta el día de hoy.

De esa época no recuerdo mis clases de Educación Física, pero sí aquel taller de atletismo, impartido por una entrenadora, en el que el juego era el gran protagonista.

También recuerdo como si fuese hoy alguno de aquellos juegos, que a lo largo de estos años he repetido con niños en diferentes situaciones extraescolares campamentos, talleres etc. Estoy convencida de que el desencadenante de esa afición, que hoy se han convertido en hábito, tiene que ver con el juego, con su “encanto”, su “magia.”

El deporte y el juego coinciden en su fin último: la diversión, lo lúdico, como si uno fuera la evolución adulterada del otro. En la vivencia infantil, no se produce esa ruptura, hacer deporte sigue siendo un juego y la conexión que lo desarrolla, la misma; “la diversión”. Las clases de Educación Física son una plataforma educativa extraordinaria que conectan estas dos pulsiones motrices: juego/deporte. Mi intención es bucear en ellas, aproximarme desde el mismo centro de este proceso que es en definitiva el espacio escolar, y en concreto el escenario de la práctica motriz, llámese aula psicomotriz, aula pabellón, sala gimnasio, patio, pista etc.

El juego suele ser un recurso básico en las clases de Educación Física; sus bondades son evidentes y señaladas por los expertos con múltiples variantes formas de aplicación, Sin embargo, nos encontramos con que en la actualidad no son muchos los niños y niñas que "saben jugar". Se juega poco, y lo que se práctica suele estar restringido al centro escolar y, en particular, a su desarrollado en las clases de Educación Física. Fuera

de este espacio, el juego se difumina dando traslado a las escuelas deportivas y actividades de ocio, entretenimiento.

Al abordar este tema de manera general se me plantean una serie de cuestiones básicas a las que pretendo dar respuesta ante de centrarme específicamente en el atletismo, como son:

- ¿Es el juego una herramienta que puede provocar curiosidad, inquietud hacia el deporte y su práctica en el acercamiento desde la escuela?
- ¿Cuáles son las características que han de diferenciar el juego escolar que se produce en las sesiones de Educación Física, del juego extraescolar, o del juego de las escuelas deportivas?
- ¿El juego en el contexto educativo puede ser reconstruido para provocar el aprendizaje?
- ¿El juego puede ser manipulado, desmenuzado, para atender unos objetivos y desarrollar capacidades?
- ¿Tiene el juego la misma lógica para todos los niños/as, o depende del bagaje motriz que aportan?
- ¿Requiere el juego una estructura previa de sesión para que este se acomode al contexto, o es el contexto el que de una u otra forma se pliega a él?
- ¿Cuáles son las pautas que debería seguir a la hora de seleccionar los denominados “juegos emblemáticos” que acomoden el contenido motriz en mi caso relacionados con el atletismo?
- ¿Cuáles son los riesgos del juego en Educación Física? ¿los tiene?
- ¿Qué es más operativo en la aproximación a la enseñanza de una “disciplina deportiva” lo analítico, pautado y centrado desde el primer momento en la contextualización deportiva, o envolver el contenido deportivo en formatos de juegos más generales?
- ¿Es el juego válido como estrategia de aprendizaje?
- ¿El desembarco emocional que provoca el juego es incompatible con la asimilación de contenidos?

La intención es profundizar en las respuestas a estas preguntas, para posteriormente centrarme en el caso concreto del atletismo. A continuación diseñaré una práctica que basada en el juego, a través del modelo ludotécnico, que contenga todos, o gran parte de los ingredientes que convierten el juego enmarcado en el contexto escolar en una “acción de excelencia” que hacen de los aprendizajes adquiridos, hábitos vitales de larga duración.

2.2. OBJETIVOS

Los objetivos que me he marcado para el estudio del Trabajo Fin de Grado han sido los siguientes:

- Abordar la práctica educativa del atletismo, en su fase de iniciación, desde un tratamiento motriz lúdico, educativo y pedagógico basado en el modelo ludotécnico para:
 - Conocer las inquietudes, actitudes y predisposición previa hacia la práctica del atletismo en general de alumnado de 6º de Educación Primaria y la intención de despertar su curiosidad.
 - Hacer consciente al alumnado de sus límites y posibilidades iniciales para hacer de este proceso un reto individual de mejor centrado en su propia conexión.
 - Mejorar el conocimiento técnico- básico y su progresión en el desarrollo de la habilidad motriz en el salto de longitud, con situaciones de juego en contexto escolar modificado.

CAPÍTULO 3: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para explicar los contenidos teóricos de este trabajo, comenzaré con una aproximación al concepto de juego, continuando con las características que tiene el juego en las clases de Educación Física y, enlazado con ello, se hablará del juego como recurso metodológico en la Educación física. Acto seguido, nos adentraremos al tema principal, hablando de la iniciación al atletismo a través del juego, englobando el modelo de educación deportiva y su iniciación al atletismo; se expondrán los distintos modelos de retos atléticos, incidiendo en el modelo ludotécnico. Finalmente se hablará de la disciplina del salto de longitud explicando su técnica y sus fases.

3.1. APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE JUEGO

Hablar de juego es hablar de vida, de la historia del ser humano, pues el primero es tan antiguo como el segundo. Está en nuestros orígenes y en el de otras especies, es la forma más natural de ensayar el aprendizaje vital para introducirse en el medio. Hablar de juego es hablar de motivación, de recreación, de simulación de aprendizaje “teatralizado”, innato, reglado, espontáneo, instintivo. Está y es, el aprendizaje básico, motriz, social y emocional. Basta observar a los niños cuando juegan para comprobar su “encantamiento”. El juego elaborado define culturas, marca señas de identidad, extrae formas de situarse emocionalmente ante el mundo. En palabras de Castellote (1996, p.12):“Cuándo y cómo se originó es materia clara. En cuanto hubo hombres hubo juego; está implícito en la condición vital de todo ser animado con cerebro.”

Es interesante ver cómo el potencial educativo, que el juego tiene, ha ido interesando cada vez más como metodología, contenido y continente multitud de aprendizajes motrices.

Un juego natural es espontáneo, no interviene el adulto, surge desde la necesidad que tiene el niño de jugar. Un juego natural necesita pocos materiales, tiene dos reglas muy

simples, muy básicas y el juego natural no siempre educa, hay juegos naturales que son machistas, que son violentos. ¿Cuáles son esas dos reglas simples y básicas?

Desde mi punto de vista, para que un juego sea “productivo” debe escolarizar el juego natural, eliminando de él todos aquellos aspectos que no son educativos, hacer del juego natural un juego educativo, sin que pierda su esencia, solamente añadiéndole contenidos sociales y motrices.

Pretendo hacer una aproximación en esta línea, con el juego como elemento de investigación, al atletismo de iniciación enmarcado en lo escolar, no solo como espacio físico, sino también como espacio emocional. Provocar no solo una mejora motriz sino también una predisposición a su práctica posterior.

La actividad lúdica es tan antigua como la humanidad misma. El ser humano ha jugado siempre, en todas las circunstancias y en toda cultura. (...) El sentido lúdico aparece con el hombre por su naturaleza: forma una parte espontánea de la propia naturaleza del ser humano. Es una actividad que la persona desarrolla, como factor de equilibrio psicológico y emocional en su vida. Por tanto, podemos afirmar que el juego existe en cuanto aparece el ser humano (Paredes, 2002, p.29).

A la hora de definir el concepto de juego debemos profundizar en el origen del término. Paredes (2002) nos expone que en el diccionario de la Real Academia de Lengua Castellana de 1837 nos encontramos con esta definición: “juego” (ludus), entretenimiento, diversión y “jugar” (ludere), entretenerse, divertirse con algún juego, travesear, retozar. En el diccionario de la Real Academia de Lengua Española: “juego” (iocus), acción y efecto de jugar, ejercicio recreativo sometido a reglas, y en el cuál se gana o se pierde. Corominas (1984) indica que el vocablo castellano “juego” procede etimológicamente del latín *iocus-i* (broma, chanza, gracia, frivolidad, ligereza, pasatiempo, diversión); *ioci*, juegos, diversiones, pasatiempo.

Después de leer distintas definiciones de juego, entiendo este como un problema complejo en el que el alumno transita por un enunciado teórico (las reglas, el concepto) al que tiene que dar respuestas pactadas con operaciones motrices, emocionales,

espaciales, temporales en situaciones y/o de oposición y que además implica pactos a nivel grupal que va a tener como respuestas decisiones individuales. En definitiva, la mayor exigencia del juego es la demanda que éste hace del jugador y que no es otra que ser en el juego.

3.2. CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Abordar el juego con la intención de transformarlo en un proceso de enseñanza aprendizaje no resulta fácil, en primer lugar porque no coinciden las intenciones que hay en la cabeza de los alumnos con las que tiene el profesor, es decir que la tendencia discente y docente se separa y entran en conflicto. Para que esto no ocurra hay que recorrer un camino que nos lleve a cambiar el patrón motivacional que rige la lógica del juego en nuestros alumnos. Esto va a requerir romper con rutinas de consumo de juego y será necesario desmenuzar este, identificando claramente retos, habilidades de mejora. Tanto individuales como colectivas, metas y tareas. También será necesario modificar el fin, las metas, los problemas que se les plantea y elevar en algunos casos la exigencia de las respuestas motrices que se les demanda.

La normativa que tiene que enmarcar el juego en clave de enseñanza aprendizaje, tiene que ser diferente a los códigos que ellos manejan habitualmente. La seguridad, el no hacerse daño, no hacer daño a los demás, y que estos no me dañen, tiene que estar muy presente e ir más allá del cuerpo físico y esto incluye a las emociones que podemos provocar en los demás con nuestra forma de jugar.

Cada propuesta de juego es distinta, desencadena procesos diferentes y lógicamente respuesta afectivo-motrices distintas. Manejar estas lógicas, conocer que cada juego conlleva y desencadena unas distintas y que este pensamiento está en la cabeza del profesorado a la hora de seleccionar el juego es fundamental. No todos los juegos son válidos para desarrollar según qué lógicas, es como intentar resolver un problema de matemáticas con operaciones equivocadas, el resultado nunca será bueno, aunque lo que veamos sea un alumno ejecutor implicado.

El objeto único puede remarcar el protagonismo del participante que lo tiene y su posesión se llegaría a vivir como un logro personal.

Ello pudiera provocar que las personas con más seguridad personal o liderazgo lucharán más por su posesión, quedando el resto relegadas a un segundo plano.

Su posesión o carencia remarcará el estatus en el grupo (Monje 2011, p.37).

Este juego, objeto de trabajo escolar, tiene que atender estas necesidades de protagonismo individual de cada uno de sus componentes. Todos tienen que tener presencia activa y respuesta protagonista, cada uno a su medida.

3.3. EL JUEGO COMO RECURSO METODOLÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA

El potencial educativo que el juego tiene, al que he hecho referencia en el epígrafe anterior, ha ido interesando cada vez más, planteando las posibilidades del juego como metodología y como contenido orientado a promover diferentes aprendizajes, incluidos los del ámbito motor. La aparición de la Educación Física en el sistema educativo le ha dado un impulso, lo ha puesto en valor, ha provocado la curiosidad de los investigadores, no solo en cuanto al aspecto motriz, sino que además se ha dado forma al juego y a su potencial emocional como elemento de aprendizaje innato y motivador. Hay una abundante bibliografía de juegos motores reglados para cada deporte, enfocados básicamente a su inicialización en el ámbito escolar (Hernández-Moreno, 2000; Gómez, Calderón, y Valero, 2004) e incluso programas específicos que desarrollan los diferentes bloques de contenidos de Educación Física, que toman como eje central el juego (Grupo La Tarusa, 2001). Con el juego como objeto de estudio, pretendo hacer una aproximación al atletismo, al atletismo de iniciación, enmarcado en lo escolar, no solo como espacio físico, sino también como espacio emocional. Provocar no tanto una mejora motriz cuanto que una predisposición a su práctica posterior.

Abordar el juego desde el punto de vista del aprendizaje no es tarea fácil pues siempre ha sido considerado como un instrumento utilizado para el ocio y enfocado fundamentalmente hacia la infancia. Es decir, hablar de juego, de ocio/diversión es lo que queda en el inconsciente colectivo. El juego no es algo innato, es un componente

cultural, el juego se enseña, se aprende y se transmite, por lo tanto, hablamos de cultura motriz que se construye y se transforma y, como decía antes, se enseña. Emiliozzi et al. (2010, p.112) señalan que: “tanto juego como jugar remiten a saberes que circulan en la cultura. El juego como un formato, espacio o estructura que delimita ciertas prácticas y posibilita otras.”

Pensadores del campo educativo como Montessori, Pestalozzi, Comenio, han resaltado la importancia del juego y cómo este contribuye a un desarrollo armónico, integral del ser humano, social y ciudadano. Por tanto, introducir el juego en Educación Física implica no solo el desarrollo de habilidades y destrezas motrices, sino también la adquisición de un conjunto de valores orientados al trabajo en equipo o a la resolución autónoma de los conflictos. Además, utilizar el juego en las clases de Educación Física implica que el profesor tenga en cuenta el contexto sociocultural en el cual está trabajando y la cultura motriz de dicho contexto. Solo así podrá promoverse un aprendizaje significativo para el alumnado.

El juego como metodología, tiene que tener en cuenta también el contexto socio cultural en el que se va a desarrollar, y la cultura motriz heredada que ese contexto tiene, porque lo que va a desencadenar es un proceso de enseñanza aprendizaje.

Por otra parte, a la hora de seleccionar el tipo de juego adecuado para nuestros alumnos, tenemos que tener en cuenta no solo su desarrollo motor, sino también su desarrollo psicológico.

Tener en cuenta los aspectos psicológicos del alumnado favorece la motivación y va a hacer que su predisposición inicial sea positiva y proclive a entrar en el espacio-aprendizaje que es un juego. Motivación y orientación lúdica los que más riesgos pueden provocar si no se desarrollan dentro de unos parámetros normativos y de exigencia. Siendo conscientes de todas las posibilidades pedagógicas que esconde el juego, el profesorado tiene que generar una estructura, una dinámica de trabajo, una metodología, un filtro por el que haga pasar a todos los juegos que van a entrar en el escenario “aula” y lo transforme. El alumnado tiene que diferenciar claramente que el juego que está realizando en el aula de Educación Física tiene unas connotaciones, matices, rituales, que le diferencie claramente del juego lúdico extraescolar que solo

tiene un objetivo que es el divertimento. Si no estamos atentos a estos riesgos, corremos el peligro de convertir nuestras clases de Educación Física en un recreo vigilado con lo cual, eliminamos todo el potencial educativo del juego para promover aprendizajes y valores.

3.4. LA INICIACIÓN AL ATLETISMO A TRAVÉS DEL JUEGO

Cuatro son los principales enfoques o modelos de enseñanza sobre los que se apoyan algunos de los autores a la hora de hablar de iniciación deportiva al atletismo. Explicaremos, a continuación, brevemente cada uno de ellos, terminando con el enfoque ludotécnico, eje central de este trabajo.

Modelo de educación deportiva y la iniciación al atletismo

El planteamiento de este modelo se basa en una extensión de la enseñanza centrada en el proceso. El objetivo consiste en estimular la autonomía y la motivación intrínseca por la práctica de actividades físicas y deportivas, este modelo es un modelo de enseñanza que surge para crear experiencias de práctica deportiva auténticas. (Siedentop, 1994; Siedentop et al., 2011).

Se trata de un modelo cuya aplicación práctica se está extendiendo en sus ámbitos de aplicación escolar y extraescolar.

La filosofía que centra este modelo tiene su arranque a principios de los años 80 y su intención es desarrollar un modelo de enseñanza para las clases de educación física, basada en experiencias que estimulen tanto a chicas como a chicos para que estos tengan las mismas oportunidades prácticas y lleguen así a ser competentes y conocedores del deporte y de la práctica deportiva.

Modelo de retos atléticos

Este modelo o enfoque se basa en la promoción y el trabajo de todas las disciplinas atléticas, intentando generar un clima de motivación.

Se fundamenta además en la teoría de las Metas de Logro (Ames, 1992), según la cual se puede enseñar las habilidades atléticas generando estos climas de práctica, utilizando

la estructura TARGET (tarea, autoridad, refuerzo, organización, evaluación y tiempo), buscando crear un clima motivacional orientado a la tarea que estimula un aprendizaje de las habilidades atléticas y un desarrollo de las habilidades comunicativas e interpersonales.

La metodología que emplea es el trabajo con dinámicas en grupos pequeños, utilizando como material de apoyo hojas de tarea informativas para cada sesión.

Modelo de iniciación deportiva “jugando al atletismo” de la Real Federación española de atletismo.

La Real Federación Española de Atletismo (RFEA) ha configurado una guía que denomina “jugando al atletismo” esta guía refleja la preocupación que desde hace algún tiempo la RFEA tiene para promocionar este deporte entre los más jóvenes.

“Jugando al atletismo” es el compendio de dos teorías de aprendizaje. Por un lado la teoría *del condicionamiento operante* que nos viene a decir que la mejora de las habilidades motrices y su adquisición se produce por la repetición del gesto, también nos cuenta que un buen resultado en una prueba atlética es un elemento fundamental para mejorar la autoestima del atleta para que siga practicando. Por otro lado la teoría *del aprendizaje cognitivo social* que nos plantea que hay un aprendizaje por observación y que se puede dar dentro de un grupo, de un equipo, y es, por tanto, el grupo el que genera un estímulo que va a mejorar la adquisición de patrones motores. Hay una búsqueda, en general, pedagógica en el atletismo para favorecer una formación que evite una especialización excesivamente prematura en favor de una práctica más globalizada en edades tempranas para progresivamente ir especializando al atleta.

Su metodología, a pesar de que la intención del modelo aboga por el juego como elemento motivador, se basa en un sistema de competición adaptado, en el que a veces se encuentran pruebas con escasa transferencia al atletismo, asemejándose más a pruebas de condición física. Sea como fuere, se persigue integrar los diferentes bloques de disciplinas atléticas (carreras, saltos y lanzamientos) por medio de una competición organizada en equipos en la que se desarrollan diferentes pruebas adaptadas.

La atención del monitor, profesor o entrenador se centra en conseguir mejorar las marcas de todos y cada uno de los componentes del equipo, para así lograr una puntuación global de equipo superior.

Modelo ludotécnico

Este es el modelo en el que voy a fundamentar mi Trabajo Fin de Grado y, por tanto, vamos a detallar en profundidad su contenido.

El encaje del enfoque ludo-técnico en el atletismo se centra en una franja de edad escolar entre 10 y 16 años y pretende el aprendizaje individual de las diferentes disciplinas atléticas. Este aprendizaje incluye una comprensión que sale de la vivencia de propuestas jugadas, en las que se insertan reglas técnicas. Todo el envoltorio de la práctica es lúdico, conectándose con el aprendizaje y el desarrollo de los dominios motriz, cognitivo y afectivo.

¿Qué ventajas tiene el enfoque ludo-técnico respecto a otros modelos? Lo que se consigue es un aumento significativo del tiempo “de compromiso motor”, que no es otra cosa que mantener la tensión, la intensidad, la atención y la presencia corporal. Es algo que destaca sobre el enfoque tradicional. Todo ello, repercute en una contención emocional que incide directamente en la disminución de riesgo de problemas de disciplina aumentando a la vez el tiempo de práctica de la actividad física con un nivel elevado de intensidad, lo que va a influir positivamente en el asentamiento de ámbitos perdurables de práctica deportiva.

¿Cuál es su estructura de sesión?

La metodología por la que pasa como un filtro la propuesta ludo-técnica tiene 4 partes:

1. Presentación de la disciplina atlética.
2. Desarrollo de las propuestas ludo-técnicas
3. Desarrollo de las propuestas globales.
4. Reflexión y puesta en común.

Esta metodología va desde lo individual al trabajo colectivo. En lo individual, el alumno se enfrenta con sus límites y posibilidades y en lo colectivo comparte, compara y expone.

Después de analizar los diferentes modelos, he seleccionado este enfoque porque la franja de edad con la que voy a trabajar encaja a nivel metodológico.

El enfoque ludotécnico es mucho más emocional, abre un espacio que conecta la tendencia docente y la tendencia discente utilizando como hilo conductor algo innato en esta franja de edad que es “el placer por jugar.” Esta energía que provoca esa intención innata del alumno hacia el juego, el profesor la reconduce, la canaliza hacia un aprendizaje más técnico y una vez conectado al alumno y su interés con mis intenciones, se abre una progresión que no tiene otra intención que la de dar a conocer la técnica (en este caso del salto de longitud) como un reto alcanzable, como un paso más allá del juego inicial planteado.

Siguiendo el enfoque ludo-técnico, y centrándome en el salto de longitud, es necesario conocer los principales aspectos técnicos de esta modalidad atlética. Profundizaré este aspecto en el epígrafe siguiente.

3.5. EL SALTO DE LONGITUD

El acto de saltar está permanentemente presente desde que somos pequeños, pequeños retos que aparecen en la vida cotidiana ya sea saltar un bordillo, una lata, una cuerda..., o simplemente como una forma directa ya sea de juego o reto personal como puede ser el salto de longitud. Estas acciones técnicas nacen de manera natural y cualquier niño la manifiesta, dependiendo de su bagaje motriz, de sus características y el nivel de desarrollo que haya adquirido o simplemente que nazca con ello.

La práctica del salto de longitud es sencilla, ya que requiere solamente unos 20 metros por donde se realiza la carrera de impulso, y un foso donde está la arena necesaria para aminorar la caída.

Como bien dicen Alonso y Del Campo (2001), una de las primeras tareas que tiene que tener en cuenta el profesor es observar como los niños formulan y utilizan de manera

natural el uso dominante de una pierna batida. A través de la observación directa de los saltos desenvueltos y a través de los juegos, de retos propuestos, de tareas se puede ver, descubrir cuál es la pierna utilizada de forma dominante en este caso en los saltos.

El salto de longitud según exponen Alonso y Del Campo (2001) consta de cuatro fases:

- a) **La carrera** tiene una condición fundamental ya que se debe ajustar de tal manera que el apoyo de la última zancada coincida “lo máximo posible” con la tabla. A si pues, la distancia desde el inicio hasta el punto de batida, no puede ser aleatoria ni cambiante. El punto de inicio es conveniente marcarlo con una señal.

En cuanto a los aspectos importantes de la carrera, es que en primer lugar ha de ser equilibrada, evitando el contacto con el talón en la implantación. Es importante también, ajustarla con la finalidad de obtener un salto en la zona de batida, por ello es muy importante correr con una correcta elevación de rodillas.

Para que el salto sea efectivo, es muy importante tener una buena técnica de carrera, según diferencian Alonso y Del Campo (2001), la carrera tiene una serie de partes:

En primer lugar la “ puesta en acción” que pueden ser de maneras muy diversas como por ejemplo, de parado con el pie de batida adelantado, de parado sobre los dos pies juntos, con impulso previo andando, o con impulso previo de 3-4 pequeños pasos de carrera).

“La finalidad de la carrera es adquirir, la máxima velocidad controlable. Esto se lleva a cabo en la fase de “**progresión o aceleración**”. En ella, los saltadores acentúan la elevación de las rodillas para controlar la amplitud de la zancada” (Alonso y Del Campo,2001, p.107).

Esta fase, el saltador la puede ejecutar de manera muy dispar: manteniendo la amplitud y aumentando la frecuencia; manteniendo la frecuencia y aumentando la amplitud; o progresando en amplitud y frecuencia al mismo tiempo, como ésta última, para los niños es la que resulta más fácil y natural.

En cuanto a la última parte, “**preparación de la batida**” que son los pasos que preceden a la batida, los saltadores realizan dos técnicas que conoce con el nombre de *skinning* y *running* (Alonso y Del Campo, 2001).

B) “**La batida** es la acción más compleja para el niño. Implica un nivel de coordinación importante para enlazar la carrea con el salto” (Alonso y Del Campo, 2001, p.107).

Como ya hemos ya se ha comentario anteriormente, el trabajo del docente va a ser la de observación para conocer cuál es la pierna dominante de salto.

La batida, según Alonso y Del Campo (2001), consta de dos partes:

Por un lado está “**el amortiguamiento**” que se empieza con el ajuste de la planta del pie de batida en la tabla, normalmente, el contacto con el suelo ocurre con la zona externa del pie. En este momento, el tronco está un poco retrasado con respecto a la prolongación en vertical del pie de batida.

Según expresan Alonso y Del Campo (2001, p.108) en esta subfase tiene lugar:

- Flexión de la rodilla de la pierna de batida.
- Desplazamiento del centro de gravedad hasta la vertical formada por el pie de apoyo.
- Aproximación de la pierna libre hacia la línea vertical que prolonga el pie de apoyo.
- Aproximación de los brazos hacia el cuerpo.
- Se produce un trabajo tipo excéntrico (frenado) en la musculatura extensora de la pierna batida.
- El final del amortiguamiento, coincide con el paso del centro de gravedad por la vertical del pie de batida.

“**El impulso**” según Alonso y Delgado (2001) corresponde desde el punto anterior hasta el despegue del pie de batida. En esta subfase se produce:

- Extensión de la pierna de batida en el menor tiempo posible.
- Flexión hacia delante y arriba de la pierna libre.

- Movimiento natural rápido y amplio de los brazos en posición de tándem con las piernas, con el fin de aumentar la fuerza ascendente y evitar desequilibrios. (p.108)

C) El vuelo, o fase aérea. Forma parte de una serie de movimientos que el saltador ejecuta en el aire. Cuando se inicia esta fase es en el momento que el pie de batida despegar del suelo y finaliza cuando los pies tocan el foso.

D) La caída es la última fase, aquí es donde el saltador toma contacto con la arena del foso de saltos. Cuando el niño caiga en el foso, dejará una huella en la arena, donde se le medirá el salto ejecutado.

Para finalizar con este apartado del Trabajo Fin de Grado, cabe destacar mi predisposición hacia el atletismo, el cual me ha llevado a realizar este tema de la iniciación del salto de longitud a través del juego mediante el modelo ludotécnico. Veo la necesidad de aprender desde las distintas dimensiones que conforman al ser humano pasando por lo cognitivo, lo socio-afectivo y llegar a lo motor, llevando al alumno a adquirir unas capacidades intelectuales así como su motricidad de una manera lúdica cooperativa y participativa. Lo considero una manera de adentrarse en la iniciación deportiva, dejando atrás el prototipo que tiene el profesor de Educación Física como un entrenador y viéndolo como un docente que abarca el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno potenciando todas sus actitudes y aptitudes. Es por ello por lo que trabajo apoyándome en el juego, en el modelo ludotécnico e introducirlo en la Educación Física.

CAPÍTULO 4: METODOLOGÍA

A lo largo de este punto, voy a detallar el contexto donde he desarrollado mi proceso de intervención, empezando por el contexto del centro. Continuaré puntualizando los aspectos más destacados de dicha intervención y finalizaré exponiendo los instrumentos de evaluación que he utilizado junto con el proceso de análisis de los datos obtenidos.

4.1. CONTEXTO EDUCATIVO

En este apartado se comentará con más detalle el lugar en donde he puesto en práctica mi intervención centrándome en la ubicación del centro, las características generales de este y las del alumnado, continuando con los recursos materiales y personales de los que dispone el centro.

4.1.1. El centro escolar

El Colegio Español "Federico García Lorca" es un Centro público, de línea uno situado en pleno centro de París. Es el único centro español de primaria de esta ciudad. Depende directamente de la Consejería de Educación de la Embajada de España en París que, a su vez, depende del Ministerio de Educación y Ciencia. Los principios generales que lo definen como centro están establecidos en su Proyecto Educativo. La normativa que regula el centro está enmarcada dentro de la acción educativa española en el exterior.

Su ubicación en París, en un área lingüística diferente de la española, le da unas peculiaridades específicas que condicionan el quehacer educativo que se desarrolla. Todo esto, se plasma en una atención especial a la lengua y cultura francesas, con ampliación de horario para el alumnado, y en una adecuación al calendario escolar vigente en Francia.

Atendiendo al Real Decreto 1027/1993, de 25 de junio, que reconoce a los Centros docentes de titularidad del Estado español la capacidad para impartir enseñanzas regladas del sistema educativo, el colegio Español "Federico García Lorca" intenta mejorar su proyección e incidencia en el ámbito social en el que está ubicado, al

adaptarse a los hábitos y al aportar una visión integradora de las culturas española y francesa en aras de ofrecer una auténtica oferta intercultural, así mismo, una activa participación de los distintos sectores implicados en el centro.

4.1.2. Educación Física

En correspondencia a la asignatura en la que se centra el Trabajo Fin de Grado, puedo decir que en este colegio, y en general en todo el sistema educativo francés, la Educación Física es un área muy importante, tanto o incluso más que otras, caso que se da en pocos colegios en los que esta área se suele relegar a un segundo plano. La programación, incluyendo objetivos, contenidos, metodología y evaluación, se ajusta al currículo oficial y se contextualiza en el Proyecto Educativo de centro. La transición en cada ciclo no conlleva ningún cambio brusco, ya que al ser realizada por la misma profesora, se lleva a cabo de manera lineal y progresiva.

Se ha trabajado para que la Educación Física tenga una gran repercusión en el alumnado, tanto es así que este año se ha realizado por primera vez unas Olimpiadas juveniles; esta olimpiada planteada como una actividad de centro en horario escolar y proyectado desde el área de Educación Física. El salto de longitud ha estado especialmente motivado con un espacio específico de realización, lo que me ha permitido realizar con mayor éxito y motivación la unidad didáctica y tema del Trabajo Fin de Grado.

Con respecto a los espacios que dispone el centro, existen dos en los que se puede trabajar en esta área: uno es el gimnasio y otro el patio.

Las dimensiones del gimnasio antiguo refectorio del antiguo convento, no son muy grandes, las espalderas, las jaulas y los armarios, quitan bastante espacio, que por otra parte, son imprescindibles para guardar el material que es variado pero escaso ya que hay materiales que no llegan para cada alumno. No obstante, los niños ya están acostumbrados a trabajar en esta zona, tienen controladas sus dimensiones, dónde está el material, por dónde no se debe correr...

En cuanto al patio, es amplio con una pista polideportiva con dos porterías de fútbol sala y dos canastas de baloncesto. Todo ello enmarcados en un antiguo claustro del que fue convento dominico antes de ser cedido al Ministerio de Educación. La zona cubierta del claustro da juego sobre todo en los días de lluvia, frecuentes en París, permitiendo hacer transiciones motrices relacionadas con el salto y la carrera.

4.1.3. Grupo de referencia

El alumnado con el que voy a trabajar es un alumnado bilingüe español/francés. La mayoría de clase media/alta. Es un alumnado que no presenta dificultades a nivel psicomotor, salvo una niña que tiene obesidad. La clase que he elegido es de 6º de primaria compuesto de un total de 16 alumnos, 9 niños y 7 niñas; elegí este grupo porque creo que es una edad ideal para desarrollar mi unidad didáctica del salto de longitud. Para trabajar este tema, los alumnos deben tener una cierta madurez tanto intelectual como psicomotora así, 6º es el curso perfecto para ir dándose cuenta de lo que es la carrera, el salto y la importancia que tiene la posición de cada una de las partes del cuerpo, así como la carrera, no es correr por correr sino saber cuándo tiene que acelerar más, como deben llevar lo¹s brazos en la caída...

4.2. PROCESO DE INTERVENCIÓN ¹

Antes de comenzar el análisis global de los datos en el aula de 6º, cabe mencionar que nos encontramos ante un grupo de alumnos/as cohesionados en donde la mayoría permanecen juntos desde su escolarización en tres años, algo que no es habitual dada la movilidad del alumnado que incluye incorporaciones tardías y salidas del sistema educativo Español hacia el francés, fundamentalmente en quinto de primaria por coincidir con el paso al Liceo. Este dato de cohesión del grupo junto con el de su evolución motriz en el que no hay grandes diferencias físicas en el grupo, exceptuando la niña con obesidad, me hicieron decantarme por él.

¹Para no exponer la identidad de los alumnos, los nombres están cambiados.

Al margen de estos criterios esta franja de edad 11-12 años presenta unas características de motivación, curiosidad, plasticidad motriz ideales para presentar el atletismo en general y el salto de longitud en particular, como un proyecto atractivo para ellos/as.

De mi recorrido vital en la práctica del atletismo, en el que comencé con 7 años hasta la actualidad como atleta en activo, recuerdo que fue en esta etapa escolar la que marcó de manera especial el “disfrute” del atletismo y que posteriormente iría creciendo junto con otros alicientes.

Esta unidad didáctica tiene como objetivo iniciar a los alumnos en el deporte del atletismo, centrándonos en este caso en el salto de longitud. Se desarrolla desde el enfoque ludotécnico (Valero y Conde 2003) ya que este modelo combina la adquisición de habilidades atléticas con el componente lúdico imprescindible en la etapa de primaria.

La presente intervención tuvo un total de 6 sesiones y se centró en la ejecución de los principales aspectos del que se compone el salto de longitud. Cada una de las sesiones se dividieron en cuatro fases, específicas del modelo ludotécnico.

A través de un narrado simple se indican las actividades que se realizan con sus correspondientes objetivos y contenidos.

Este modelo, tiene un claro progreso y una misma estructura en todas las sesiones exceptuando la primera. Dicha estructura se desarrolla en cuatro fases: la primera es la presentación global y propuesta de desafíos, la segunda fase son las propuestas ludotécnicas, la tercera fase son las propuestas globales y la cuarta fase es la reflexión y la puesta en común. A continuación, explico con mayor profundidad el trabajo realizado en cada una de las sesiones.

La **primera sesión** tuvo como objetivo tomar conciencia de lo que es el atletismo, y se centró en la disciplina de los saltos, en concreto del salto de longitud.

La sesión comenzó con la presentación de un Powerpoint, haciendo varias preguntas acerca del atletismo y de sus disciplinas (para observar del nivel del que se partía). Una vez repasadas las disciplinas, se puso un Powerpoint “dinámico” donde se presentaban

los tipos de saltos atléticos que existen: el salto de longitud, el triple salto, el salto de altura y el salto de pértiga.

También se vieron las características que tenían en común y, lo que se pretendía alcanzar con cada uno de ellos y se explicó con qué disciplina se trabajaría en el aula. Se motivó al alumno explicando que en las Olimpiadas juveniles haría una de estas especialidades.

Seguidamente se habló del salto de longitud y se vio las fases de este. A continuación, se les proyectó un vídeo para saber si podían distinguir cada una de las fases que habían visto. Por último se les puso varios vídeos de cada una de las disciplinas, y se les puso un vídeo de Yago Lamela que, recientemente acababa de fallecer, y de sus éxitos. Finalmente los alumnos bajaron al gimnasio e hicieron una toma de contacto con el salto, realizando juegos adaptados.

Segunda sesión, tras la introducción que se les hizo de la unidad, (cuyo objetivo era conocer los gestos técnicos y partes de la carrera), seguimos la estructura del modelo ludotécnico con una presentación global y planteamiento de los desafíos, se les formuló dos preguntas:

- ¿Cómo se salta más, con carrera previa o desde parado?
- ¿Por qué es importante acelerar al final?

En esta sesión se trabajó principalmente con el juego, enfocado en la parte de la carrera del salto de longitud.

Al ser la primera sesión que se hizo de manera motórica, los niños estaban bastante “acelerados”, se trabajó la carrera y la batida, se realizaron juegos aplicando la “técnica de la carrera” con el objetivo de mostrarles la importancia que tiene correr bien. Seguidamente se hizo una reflexión y la puesta en común de las preguntas desafío.

Tercera sesión, en esta sesión se trabajó la batida, siguiendo el esquema del enfoque ludotécnico, lanzamos la pregunta desafío:

- ¿Cómo se aprovechará más la batida, con carrera previa o desde parado?

- ¿En la batida es importante saltar hacia arriba o hacia adelante?

Seguidamente se plantearon las propuestas ludotécnicas, trabajando ejercicios de batida uniéndolo con la carrera de la sesión anterior.

Además se realizaron juegos modificados adaptados a la batida y la carrera.

En las propuestas globales, se realizó una carrera de relevos, se pusieron esterillas y se colocaron de forma horizontal de tal manera que tuviera que hacer la batida más la carrera.

Este juego se lo tomaron como si fuera una competición y al principio no realizó ninguno la batida, solo saltaban y corrían rápido para ganar sin tomar conciencia ninguno de la batida, no obstante se paró la carrera y se les hizo recapacitar y la segunda vez salió como estaba planteado.

Finalmente se hizo una reflexión y la puesta en común centrándonos en el último juego que se realizó de relevos.

Como no dio tiempo a las preguntas desafío, se les mandó copiarlas en una hoja para que no se les olvidara y en la siguiente clase se comentaría al inicio de sesión de manera oral.

Cuarta sesión, hay que destacar que esta sesión fue desarrollada por dos profesoras ya que en una de las actividades había que dividir la clase en dos grupos y en una de ellas había un trampolín con lo cual, era necesario la intervención de otra persona. Comenzamos con las preguntas desafío de la clase anterior. Después de hacer la puesta en común, se diseñó la presentación global y el planteamiento de los desafíos. En esta sesión se trató la mejora de la carrera de aproximación a la “tabla” y el inicio de la batida. Se les preguntó:

- ¿Qué es la carrera de aproximación?
- ¿Por qué es importante?
- ¿Dónde es importante llevar bien los brazos en la batida?

En las propuestas ludotécnicas se comenzó haciendo varios juegos con aros, donde implicaba la carrera, el salto y la aproximación para saltar dentro del aro.

A continuación pasamos a las propuestas globales, dividiéndose la clase en dos grupos. Propusimos dos actividades, se les explicó en qué consistía cada una de ellas, haciendo hincapié en la progresión de la carrera, en la aproximación y en la batida.

El primer ejercicio consistía en poner 5 cuerdas estiradas horizontalmente, una línea dibujada con tiza y la colchoneta. Progresivamente, tenían que ir pisando entre cuerda y cuerda y al final acelerar aproximándose a la línea de salto.

En el segundo “puesto” se pusieron también 5 cuerdas de la misma manera que en el otro ejercicio, sin embargo en vez de una línea con tiza, se puso un trampolín y la colchoneta (era de salto de altura). En este ejercicio, interesaba la mejora de la batida, la aproximación a la línea de batida e ir tomando conciencia también de la caída. Finalmente, se hizo la reflexión y la puesta en común.

Esta sesión fue especialmente interesante para mí por las reflexiones y comentarios que hicieron los niños y pude comprobar que la mayoría de los alumnos habían captado los objetivos y las normas de esta unidad didáctica.

Quinta sesión, en esta sesión, se trabajó el vuelo y la caída. Al inicio de ella se les llevó unas fotografías de saltadores realizando estas dos últimas fases. Acto seguido, realizamos el planteamiento de los desafíos:

- ¿Es importante ir bien colocado técnicamente en la carrera para que la batida y el vuelo sea correcto? ¿Por qué?
- ¿Dónde deben estar colocadas mis manos en el momento del vuelo? ¿cuál es la trayectoria que deben realizar mis brazos en el momento del vuelo?
- ¿Qué parte o partes deberán tocar primero en la caída?

A continuación, se realizaron las propuestas ludotécnicas con juegos modificados que implicaban el salto y el vuelo.

Las propuestas globales que se hicieron a continuación fueron con el trampolín y la colchoneta de altura. Los alumnos tenían que realizar todas las fases de la longitud haciendo hincapié en el vuelo y la caída, para ello, detrás de la colchoneta, justo en el momento del vuelo se les lanzaba una pelota que tenían que recoger y ello implicaba caer con los brazos hacia adelante. Al lado de la colchoneta, había un alumno observando la técnica del vuelo y la caída, después, el que saltaba se quedaba observando al siguiente. Finalmente se hizo la reflexión y la puesta en común.

Sexta sesión En esta última sesión, se aplicó todo lo aprendido, terminando con el salto de longitud en grupos. Primeo, como en todas las sesiones, se les planteó las preguntas desafío, aunque en esta ocasión solo se formuló una:

- ¿Soy capaz de observar y corregir los fallos de mis compañeros?

Al iniciar las propuestas ludotécnicas, se les propuso hacer un calentamiento específico para el salto de longitud. Seguidamente se realizó una prueba a cada niño y se le dio una hoja de evaluación para que evaluara a sus compañeros.

Esta actividad generó un intercambio de “exigencias” muy curioso en el que entre ellos/as se recordaban consignas que se habían señalado en las sesiones, produciéndose intercambios de información y auto corrección. Llamó la atención el rigor, la intensidad y el respeto con el que vivieron la actividad.

Esta sesión, sirvió como cómputo global de observación de las mejoras y experiencias, así como de la participación y desarrollo de las propuestas lúdicas.

4.3. PROCESO DE EVALUACIÓN

El proceso de evaluación se orientó no solo a la valoración de los aprendizajes adquiridos en la Unidad Didáctica, sino también a observar la progresión individual en la toma de conciencia de las habilidades propuestas, el conocimiento que de sus límites y posibilidades tenía cada alumno/a, la implicación emocional que los retos propuestos desencadenaban.

A través de distintos instrumentos y técnicas de evaluación y recogida de datos, se trataba de obtener información del alumnado, de manera individual.

El día que se comenzó la unidad didáctica, donde los alumnos tomaron contacto con una de las especialidades del atletismo (el salto de longitud), se lanzaron unas **preguntas de situación inicial** que se registraron en el cuaderno de campo (instrumento que explicaremos a continuación) a través de estas preguntas abiertas se pudo comprobar los conocimientos que tenían los alumnos a cerca del salto de longitud.

También quisimos saber qué era lo que entendían por juegos modificados.

En general, la mayoría conocía esta disciplina atlética, ya que en años anteriores lo habían trabajado en clase “el salto de manera general”, pero no habían trabajado el salto de longitud, y desconocían sus fases.

En cuanto a los juegos modificados, se les preguntó qué entendían ellos por juegos modificados, haciéndoles entender que a través de esta unidad didáctica, no se buscaba que aprendieran la técnica del salto de manera profesional, sino que a través de los juegos adaptados, modificados, pudieran introducirse y aprender su práctica.

Otro de los instrumentos que se utilizó para dicha evaluación fue el **cuaderno de campo** como herramienta de investigación en donde se hacen las anotaciones precisas para valorar el objetivo deseado.

Lo que se recogía en este cuaderno era la transcripción diaria de cada sesión, el seguimiento y la implicación emocional del alumno/a ante la exigencia motriz, su nivel de atención, su implicación en la tarea individual y de grupo así como otros aspectos más relevantes para la investigación. El cuaderno siempre estaba cerca por si había que anotar algo inmediato intentando así conferirle un mayor grado de fiabilidad.

El narrado, que se hacía a diario y después de cada sesión, dejaba constancia de pequeños detalles que al final daban pequeños matices que diferenciaban el proceso de cada uno de los alumnos/as. El cuaderno de campo es un instrumento que individualiza, con las anotaciones, un proceso colectivo del que es difícil sustraerse en las sesiones. Pone nombre a acciones concretas de algunos/as individuales.

Otra técnica que se utilizó en el proceso de evaluación fueron las **entrevistas individuales** (anexo2) que se hicieron a 7 alumnos de manera aleatoria de la clase de 6ºA.

De las entrevistas individuales se concluye que el nivel de motivación es muy bueno, que el salto es una propuesta con reto para ellos, que el atletismo en general despierta imágenes seguramente proyectada por los medios de comunicación, atractiva con la que se identifican en alguna medida.

Para dar constancia y poder observar la progresión en la toma de conciencia de la habilidad motriz se han analizado las evoluciones de los alumnos con respecto a las 4 fases de la longitud:

- Toma de conciencia de sus límites y posibilidades
- La respuesta emocional ante el reto de las actividades propuestas
- Progresión en la habilidad

Para cada uno de estos apartados se utilizaba de manera casi permanente las **preguntas desafío**, preguntas clave que son el indicador para saber si los alumnos/as están en el proceso y han comprendido y han asimilado bien los objetivos que se tenían planteados.

4.4. ANÁLISIS DE LOS DATOS

Gracias a los instrumentos de evaluación presentados, el procedimiento del análisis de los datos, no resultó muy complejo ya que se hizo una comparación entre las observaciones, entrevistas individuales, la hoja evaluativa y las preguntas desafío que se hacían al final de la sesión, todo ello recogido en el cuaderno de campo.

Para organizar bien estos datos, se establecieron las siguientes:

- Autoconocimiento de sus límites y posibilidades. En este punto se va a hablar de la toma de conciencia por parte del alumnado, de sus posibilidades frente a la tarea: son conscientes de lo que pueden o no pueden hacer; la toma de conciencia de estos límites son el punto de partida para la progresión de los aprendizajes para lo que pueden hacer. El alumno o la alumna se enfrenta ante la frustración de su límite que es el revulsivo para superarlo. Para el análisis de los

datos para esta categoría nos basamos principalmente de las observaciones de las clases registradas en el cuaderno de campo.

- Respuesta emocional ante las tareas: lo que queremos observar es qué es lo que provoca al alumno el grado de dificultad de las tareas emocionalmente.
 - La tarea como reto que puedo superar (hay alumnos que lo que hace es estimular)
 - Lo que supone en otro alumnado es lo contrario, ese reto de la tarea le bloquea y renuncia al intento (“no sé, es difícil, no puedo...”)

En esta categoría, el registro que se va a llevar va a ser mediante la observación directa, (anotado todo ello en el cuaderno de campo) y mediante una lista de control.

- Progresión en la habilidad: sobretodo esa progresión que se valorará será en la toma de conciencia de las tareas que se les propone e intentan ejecutarlas con más o menos grado de acierto. En esta categoría partiremos de la entrevista de la situación inicial, registrada en el cuaderno de campo, comparando las evoluciones del alumnado a lo largo de esta unidad didáctica. Además se utilizarán los registros de la lista de control.

CAPÍTULO 5: RESULTADOS

A través de los instrumentos mencionados en el apartado anterior, he podido comprobar si se han alcanzado los objetivos marcados para el TFG. Para ello, me he basado en las categorías explicadas anteriormente, las cuales están relacionadas con dichos objetivos.

En este apartado, se va a hablar de:

- Autoconocimiento, de la toma de conciencia del alumnado de sus límites y posibilidades.
- La respuesta emocional que tienen los alumnos/as ante la tarea.
- La progresión en la habilidad desde la toma de conciencia del proceso y su motivación

5.1. AUTOCONOCIMIENTO DE SUS LÍMITES Y SUS POSIBILIDADES

Lo que se va hablar en este apartado es, como ya se ha dicho antes, de la toma de conciencia por parte del alumnado, de sus posibilidades y de sus límites frente a la tarea, es decir que sean conscientes de lo que pueden o no pueden hacer, que asuman desde la exploración inicial dónde se encuentra su “barrera” y descubran sus posibilidades.

Desde este principio de realidad para ellos/as es desde el que se va abordar la progresión individual.

Por lo general, la mayoría de los alumnos eran conscientes de cuáles eran sus posibilidades, como ya he comentado anteriormente, esta clase cuenta con alumnos con muy buenas cualidades, es un grupo unido y cohesionado.

Cuando, en la primera sesión, se les puso el vídeo y la presentación del salto de pértiga y el salto de altura, los comentarios que hicieron fueron de lo más entusiastas:

“¡Hala! ¿Eso vamos hacer? ¡Eso es imposible!”

Observación del alumno Orlando. Cuaderno de campo del docente 1ª sesión. 6º.20 de mayo del 2014.

“Yo me niego a hacer eso, es imposible saltar.”

Observación de la alumna Angelina. Cuaderno de campo del docente. 1º sesión. 6º.20 de mayo del 2014.

“¡Cómo mola! ¿Vamos hacer el salto de pértiga y altura? Yo con eso salto 20 metros.”

Observación del alumno Oruga. Cuaderno de campo del docente.1º sesión. 6º. 20 de mayo del 2014.

Con estos comentarios me empecé a dar cuenta de quiénes eran los alumnos/as conscientes de sus capacidades físicas y cuáles, aun teniendo buenas cualidades físicas, no eran conscientes del reto al que se enfrentaban, como es en el caso de Oruga. Sin embargo esto solo fue la toma de contacto en la primera sesión.

Se ha observado que en la sesión 5º, cuando se introdujo el trampolín y había que lanzarles el balón, Madagascar (que es la alumna con sobrepeso) dijo:

“¿Ana, puedo practicar aparte con mi compañera Dori el salto sin trampolín y que ella me lance la pelota para ver si puedo hacer el salto y coger a la vez la pelota? Es que creo que con el trampolín no me voy a atrever porque no voy a saber saltar.”

Observación de la alumna Madagascar. Cuaderno de campo del docente 5º sesión. 6º.3 de junio 2014.

En la 5º sesión, que fue la más compleja motrizmente hablando, se observaron a varios niños lanzándose la pelota unos a otros para ver cómo se tiene que lanzar y cuándo y cómo hay que cogerla para que los brazos estén bien colocados.

“Se ha observado a varios niños lanzarse la pelota para practicar la recepción del balón en el momento de la caída.”

“Observo que Mulán sabe perfectamente donde están sus límites, no se atreve a saltar con el trampolín, no por miedo a que se rían los demás de ella, (ya que es una niña muy aceptada y muy integrada en el grupo), sino porque la ejecución del salto más el trampolín y la recepción del balón, es bastante complejo para ella. Observo cómo su compañera Dori la corrige varios fallos que ha tenido.”

Cuaderno de campo del docente. 5º sesión. 6º.3 de junio 2014.

Lo que se ha podido observar es, que por lo general, los alumnos y alumnas son conscientes de sus cualidades y saben dónde están sus límites.

El juego de la “pídola” resultó ser un juego muy interesante, pues se pudo observar que, incluso alumnos con grandes cualidades físicas, se dieron cuenta de hasta dónde podían llegar.

“Sol, agáchate un poco más que si no, no puedo saltarte.”

Observación de la alumna Coleta. Cuaderno de campo del docente 2º sesión 6º 22 de mayo 2014.

5.2. RESPUESTA EMOCIONAL ANTE LAS TAREAS

Cada tarea propuesta provoca en los alumnos dos tipos de respuesta emocional:

1. La respuesta colectiva ante el “reto”, de admiración, miedo, rechazo, estimulación por el grado de dificultad, ansiedad colectiva.
2. La respuesta individual, que algunos alumnos/as, la interiorizan, no la ponen fuera y se nota en sus manifestaciones corporales, susto, rigidez, se colocan físicamente los últimos/as de la fila o se retiran. Es el momento en el que algunos/as piden ir al baño, o manifiestan algún dolor físico para salirse del reto.

Otros ponen la emoción fuera y la exteriorizan con gritos, empujones... deseando ser los primeros en ejecutarlo. Su cuerpo está expectante, motivado...

Se ha podido ver en este registro unas valoraciones muy positivas en general de todos los alumnos y alumnas.

Creo que el nivel de las actividades que se han realizado, han seguido una buena progresión en cuanto a complejidad; de menos a más, con lo cual, el alumno/a, ha estado interiorizando los ejercicios y las dificultades correspondientes.

En algunas sesiones se han realizado “tareas reto” como por ejemplo la carrera de relevos que se hizo en la tercera sesión con las esterillas. Al principio, en la primera carrera que se hizo, solamente deseaban ganar y no les importaba si realizaban bien la batida y la carrera.

En las anotaciones del cuaderno de campo con respecto a esta categoría se realizaron anotaciones como;

“Hoy Canario ha dicho a Felipe: “Ve más rápido al hacer las batidas entre las esterillas”.

Canario, que ha sido observado por mí, estaba haciendo la batida correctamente.”

Cuaderno de campo del docente. 3º sesión 6º. 27 de abril 2014.

Cuando se paró la actividad, el equipo 1 fue el más rápido, sin embargo, ninguno realizó la batida de manera correcta. Por el contrario, en el equipo 2, hubo varios que realizaron la batida correctamente.

Al decirles que el 2º equipo había ganado y explicarles el porqué, varios niños y niñas hicieron comentarios:

“No vale, yo he ido más rápida que Silvia y además lo de la batida no me sale, para la siguiente voy más despacio y así gano.”

Observación del alumno Pinto. Cuaderno de campo del docente. 3º sesión. 6º 27 de mayo 2014.

Al observar la frustración de muchos, lo que se hizo fue llamar a los alumnos y alumnas que realizaron bien la batida para que lo mostraran a sus compañeros. Cuando se volvió a realizar la actividad, Julio César, que es un alumno bastante competitivo, no supo

realizar la batida de manera correcta, seguía saltando la colchoneta rápido para llegar antes y ganar. A este alumno se le apartó de la actividad ya que se observó que no había entendido y no sabía muy bien batir. Se le puso unas esterillas al lado para que individualmente pudiera asimilar el gesto y realizarlo de manera correcta.

“No es justo profe, hay niños que tampoco saben hacerlo, no quiero estar castigado, quiero hacer el ejercicio con mis compañeros.”

Observación del alumno Julio César. Cuaderno de campo del docente. 3º sesión. 6º. 27 de mayo 2014.

Este alumno, como se puede observar, no comprendió porqué se le puso aparte a ensayar y tuvo una respuesta emocional negativa, mostrando una frustración que no puede controlar.

Ha sido necesario recordar que pusiesen su mirada en su progreso y no en la del compañero/a que tenía una progresión diferente.

Como conclusión de este proceso, añadiría que gran parte de las observaciones se han centrado en devolver al alumnado que el eje central de la progresión y de la satisfacción motriz está en poner la mirada en su proceso individual, en sus pequeñas mejorías que seguramente son distintas a las de su compañero/a de al lado y que ambas se van a juntar en un resultado final, que siempre será positivo porque habrá habido mejora y esta mejora será diferente en cada uno/a de ellas y ellos, porque el punto de partida también era diferente.

5.3. LA PROGRESIÓN EN LA HABILIDAD, DESDE LA TOMA DE CONCIENCIA DEL PROCESO Y SU MOTIVACIÓN

Dividiremos este epígrafe en dos apartados; por un lado, hablaremos de la motivación del alumno frente a la unidad didáctica y, por otro, hablaremos de la progresión de la habilidad en la toma de conciencia del proceso

- ✓ Motivación del alumnado frente a la unidad didáctica

La motivación del alumnado en esta unidad didáctica, ha sido muy positiva y en general participativa. Desde la primera sesión con el Porwerpoint, he sabido captar la atención de todos los alumnos/as gracias a los vídeos, imágenes...Una descarga de información que entra por sus sentidos con la única intención de provocar, “de vender” la necesidad de probar, de experimentar, de ensoñación, de crear en ellos/as el deseo de aprender, de iniciar juntos este recorrido.

“Creonte, después de bajar de audiovisuales al gimnasio, ha estado diciéndome que él ya había oído hablar de Yago Lamela porque su padre se lo dijo. Me ha preguntado de qué murió y cuántos años tenía. Le he dicho que lo buscara en Internet para la siguiente sesión.”

- *“Ana ¿cuál es el récord de España en el salto de longitud? ¿y del mundo?”*
- *“Venga, ¿me lo buscas para la siguiente sesión?”*

Cuaderno de campo del docente. 1º sesión 6º. 20 de mayo 2014.

Ha sido muy gratificante ver cómo en la siguiente sesión, estos alumnos nada más verme en el patio me han dicho las respuestas y se lo han dicho a sus compañeros. Tener al alumno motivado, es clave para realizar cualquier unidad didáctica. Es como si “contagiaran” unos a otros esas ganas de aprender.

También se ha podido comprobar cómo han entendido perfectamente cuál era la estructura de la sesión. En las preguntas desafío, la mayoría se ha conectado con las intenciones, ha habido una participación del 100%, todo el mundo levantaba la mano y contestaba de forma coherente y razonando sus respuestas.

“Hoy no ha dado tiempo a realizar las preguntas desafío, cuando he dicho que recogíamos material y nos poníamos en la fila, Captus, Ludovico, Julio César y Oruga me han preguntado cuándo hacíamos las preguntas desafío”.

Cuaderno de campo del docente 3º sesión.6º.27 de mayo 2014.

✓ Progresión en la habilidad y toma de conciencia del proceso

En este apartado comentaré la progresión del alumnado, la conexión entre mis intenciones y las suyas, haciéndoles conscientes del recorrido que íbamos a realizar, provocando la pregunta, la interacción y la respuesta de manera teórica para pasar a la práctica, en la cual, intentaran hacer el encuentro con la dificultad y el reto de superarla.

Desde el encuentro que ellos hacen con su respuesta motriz surgen nuevas preguntas, pero éstas ya están engarzadas solo a sus intereses de mejora. Desde aquí el proceso se vuelve más individual ya que la práctica se ajusta a sus límites y a sus posibilidades.

En este apartado, ha sido necesario utilizar los instrumentos de evaluación con entrevistas individuales que se realizaron a 7 escolares de 6º en el recreo antes de la primera sesión. Se les explicó previamente que tenían que responder con sinceridad ya que era un trabajo para la universidad.

Las preguntas eran:

- ✓ ¿Qué te dice la palabra atletismo?
- ✓ ¿Sabes que el atletismo tiene diferentes modalidades? entre ellas, las más conocidas son la carrera, los saltos y el lanzamiento... ¿cuál te gustaría practicar? ¿Cuáles has practicado en el colegio?
- ✓ ¿Qué es lo que más te gusta del salto de longitud?

Las conclusiones obtenidas de las respuestas fue que lo que más les llama la atención y les gusta es la carrera, en concreto la velocidad. La mayoría asocia la palabra atletismo con correr. En el colegio ha practicado el salto como una habilidad motriz básica en diferentes juegos, pero no de manera específica y dentro del contexto de atletismo; lo que se va hacer es coger el trabajo previo que se ha hecho desde la habilidad motriz básica en las clases de Educación Física a través del juego descontextualizado.

Los dos instrumentos de evaluación que más me han ayudado a verificar que los alumnos eran conscientes de lo que estaban trabajando y asimilando todo el proceso del salto de longitud fueron las preguntas desafío y la hoja de evaluación que se les dio en la última sesión.

Se ha visto una evolución en las preguntas desafío desde la primera sesión hasta la última, esta evolución se ve en sus respuestas y reflexiones.

- *“¿Cómo creéis que se salta más, con carrera previa o desde parado?”*

- *“Con carrerilla se salta más”*

- *“¿Por qué?”*

- *“No sé decirte una explicación técnica, pero yo siempre que voy a saltar un charco o quiero saltar algo que sé que me va a costar cojo carrerilla.”*

- *“¿Por qué es importante acelerar al final?”*

- *“Porque ya llevas la velocidad de la carrerilla, si frenas al final no tiene sentido hacer la carrerilla, perderías velocidad”.*

Reflexión del alumno Orlando. Cuaderno de campo del
docente 2º sesión 6º. 22 de mayo 2014.

Las respuestas fueron varias, reflejo esta respuesta ya que me pareció una respuesta bastante coherente.

- *“¿En la batida es importante saltar hacia arriba o hacia adelante?”*

- *“Hacia arriba”*

- *“¿por qué?”*

- *“¿Pues porque cuando saltas siempre saltas hacia arriba no?”*

- *“si, pero observa (se coge un boli) si vas corriendo, haces la batida y solo saltas hacia arriba, mira el boli, no avanza, solo salta hacia arriba y cae “en picado” por eso es muy importante acelerar al final y colocar los brazos hacia adelante, pero eso lo veremos más adelante.”*

Reflexión de Canario. Cuaderno de campo del docente. 3º sesión
6º 27 mayo 2014.

- *“¿Qué parte o partes deberán tocar primero en la caída?”*

- *“Los pies”*

- *“¿Y si lo último que tocamos es una mano? ¿Qué medirán los pies o las manos?”*

- *“¡Las manos!”*

- *“Por eso es importante llevar la inercia del cuerpo y los brazos hacia adelante porque así el cuerpo irá solo.”*

Reflexión de varios alumnos. Cuaderno de campo del docente 5º sesión 6º 3 de junio 2104.

En la última sesión, donde se hizo la prueba del salto de longitud, realmente me di cuenta de la progresión que habían hecho y lo conscientes que eran a la hora de realizar el salto.

Para ello, se elaboró una hoja de coevaluación. A cada alumno, de forma aleatoria se le dio una hoja con el nombre de otro (para que ellos mismos evaluaran a sus propios compañeros y tuvieran su criterio). Yo tenía la hoja evaluativa para cada alumno, para verificar si lo hacían bien.

“Profe, Felipe ha dado pasitos al llegar a la tabla pero estaba acelerando, que le pongo un sí o un no?”

Observación de la alumna Captus. Cuaderno de campo del docente 6ª sesión. 6º. 6 de junio 2014.

“Ana, no he visto una progresión en la carrera de Creonte, ha ido siempre de más a más, no ha ido de más a menos que es como hay que ir.”

Observación de la alumna Sol. Cuaderno de campo del docente 6ª sesión. 6º. 6 de junio 2014.

En la hoja evaluativa estaban los siguientes ítems:

Lista de control del salto de longitud

1. Realiza de manera progresiva la carrera de menos a más.	SI	NO
2. Se aproxima a la tabla	SI	NO
3. Da pasitos cuando va a llegar a la tabla	SI	NO
4. Cuando hace la batida su posición del cuerpo es correcta	SI	NO
5. Lleva los brazos el vuelo hacia adelante	SI	NO
6. Apoya las manos a delante cuando cae	SI	NO

En cuanto a los resultados de la tabla de evaluación del salto de longitud, en el primer ítem, de 16 alumnos/as, 14 realizaron de manera progresiva la carrera y 2 no. En el segundo ítem, 15 alumnos/as se aproximaron a la tabla y 1 no. En el tercer ítem 10 alumnos/as y 6 no. En el cuarto ítem 13 alumnos/as al hacer la batida la posición del cuerpo si que era correcto, frente al 3 que no lo era. En el penúltimo ítem, todos los alumnos realizaron de manera correcta la posición de los brazos, y en el último 14 alumnos/as apoyaron las manos a delante cuando cayeron sin embargo 2 no.

De forma general, estos datos coincidieron con mi hoja de registro principal.

“Observo que los alumnos están siendo muy críticos con sus compañeros, se acuerdan de las normas, de todos los aspectos a tener en cuenta en el salto de longitud, cada detalle y gesto.”

Cuaderno de campo del docente. 6ªsesion.6 de junio 2014

Como conclusión, he de decir que me sorprendieron gratamente los resultados de los alumnos/as, su crítica frente a sus propios compañeros/as, la manera que ellos tenían de evaluar, de explicarles a sus compañeros/as sus fallos. Lo que al principio me parecía

complicado de enfocar, con el transcurso de las sesiones ha sido más sencillo y yo me he dado cuenta de la progresión ascendente que ha tenido mi alumnado.

CAPÍTULO 6: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES FINALES Y LIMITACIONES

En este apartado se va hablar de la discusión y las conclusiones finales. Además, se expondrán las limitaciones que me he encontrado a la hora de desarrollar el proceso de intervención.

6.1. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES FINALES

Al iniciar este Trabajo Fin de Grado, me marqué unos objetivos basados en abordar la práctica educativa del atletismo en su fase de iniciación, desde un tratamiento motriz lúdico, educativo y pedagógico basado en el modelo ludotécnico. Recordemos que estos objetivos eran:

1. Conocer las inquietudes, actitudes y predisposición previa hacia la práctica del atletismo en general de alumnado de 6º de Educación Primaria y la intención de despertar su curiosidad.
2. En relación a la consecución del segundo objetivo, que era el de hacer consciente al alumnado de sus límites y posibilidades iniciales para hacer de este proceso un reto individual de mejor centrado en su propia conexión.
3. Mejorar el conocimiento técnico- básico y su progresión en el desarrollo de la habilidad motriz en el salto de longitud, con situaciones de juego en contexto escolar modificado.

Analizando el primer objetivo, he de decir que los resultados, basados en las respuestas del alumnado, apoyado en presentaciones al inicio de sesión: Powerpoint, imágenes... realizadas durante la primera sesión, indican que la respuesta del alumnado fue creativa y se generó una expectación positiva hacia la tarea que se les iba a presentar. En general pude detectar una inquietud creativa que se manifestaba por las preguntas que hacían,

además de la ansiedad por pasar a la acción. Por lo tanto, creo que el objetivo que perseguía de acercamiento y motivación previa está conseguido.

El hecho de contar también con la conexión emocional que el profesor, (en mi caso, les transmitía mis vivencias), hizo que esta fase fuese más creativa. Creo que intuyeron de manera visible la conexión que les hacía desde mis vivencias hasta la presentación del contenido que les estaba manifestando en cada sesión. Mi motivación era un puente que intentaba conectar con la suya. La aportación al contenido desde el que he querido motivar y despertar la curiosidad de los alumnos/as, viene de la práctica del atletismo desde edad muy temprana (7 años) y lo que ha supuesto para mí, tanto a nivel personal como a nivel deportivo, la práctica de este deporte. Creo que ellos y ellas conectaron con mi “pasión” y el nivel emocional desde el que les hablaba. Eso era patente por su silencio, la intensidad de la escucha y las preguntas que surgieron al final.

Una vez obtenidos y analizados los resultados, puedo concluir que la figura del profesor es importantísima a la hora de trasladar al alumnado la motivación, porque ellos intuyen desde qué nivel emocional está hablando el profesor, si hay conexión vivencial con el contenido, que quiere transmitir o, simplemente, si es una conexión puramente intelectual que no arrastra ninguna vivencia que le conecte con el contenido que está transmitiendo.

En este sentido, como dicen Valero y Gómez (2008, p.17):

Para el profesor, son puntos de referencia importantes que conozca la disciplina atlética para poder realizar una presentación adecuada de la misma (...) en la que se agrupen cada uno de los elementos técnicos en tres o cuatro acciones sobre las que deba centrar la atención el alumno durante las tareas prácticas.

En relación a la consecución del segundo objetivo, que era el de *hacer consciente al alumnado de sus límites y posibilidades iniciales para hacer de este proceso un reto individual de mejor centrado en su propia conexión*, los resultados con respecto a la toma de conciencia han sido satisfactorios, puesto que la casi totalidad del alumnado ha tomado conciencia de dónde estaba situado con respecto a la tarea y a la exigencia de superar esta, que yo les marcaba. También han sido conscientes, desde la comparación visual y el reto individual con otros compañeros, que están situados en un abanico que

va de menos a más y que este es el resultado de las posibilidades y los límites de sus compañeros. Es decir, ellos se han medido consigo mismos y en referencia a los resultados de sus compañeros. He visto palpablemente que su marca individual, haya sido o no superada, siempre la quieren contrastar con las marcas de sus compañeros. Eso es bueno, muy bueno, porque de manera natural, sin mi intervención, ellos se sitúan en una escala escolar que es la que marca el aula. Ese es el punto de partida para la mejora.

Diciendo esto, concluyo que para mí ha sido muy importante comprobar que cuando la motivación es interna, el reto es individual y la progresión es más rápida, cuando la comparación sale de la mejora de mis resultados por muy pobres que sean, siempre hay un plus de satisfacción en el alumnado.

Resumiendo, me ha resultado muy interesante comprobar el grado de motivación que han tenido la mayoría de los alumnos simplemente por el hecho de presentarles sus “posibilidades”. El reto final no era conseguir una marca preestablecida, al contrario, el reto estaba en superarse un poquito, apoyado en la mejora técnica presentada.

Para conseguir el segundo objetivo, intenté, desde el primer momento, transmitirles que el atletismo es una práctica deportiva polivalente en la que cada uno tiene que buscar aquellos aspectos de su motricidad que mejor se adaptan a alguna de las modalidades del atletismo. Reforzando esto, en palabras de Blázquez (1995 p.23), “Generalmente se comienza por prácticas simplificadas y polivalentes. Es decir, formas reducidas, tales como juegos o situaciones simplificadas, para ir de forma progresiva, aumentando la complejidad y llegar a la práctica deportiva en su concepción definitiva.”

Analizando el último objetivo, que es el de *mejorar el conocimiento técnico- básico y su progresión en el desarrollo de la habilidad motriz en el salto de longitud, con situaciones de juego en contexto escolar modificado*, he de resaltar que apoyarme en el modelo ludotécnico me ha facilitado, gracias a su estructura de sesión, ver con claridad los resultados obtenidos y la clara evolución que ha tenido el alumnado.

He hecho un recorrido desde lo más sencillo, lo más elemental, a lo más complejo, que ha sido que ellos interiorizasen mentalmente las fases del salto con su terminología y

luego lo llevasen a la práctica. Del modelo ludotécnico destacaría por encima de los otros aspectos, el apartado de preguntas reto; desde aquí he sabido reconducir y reforzar la motivación sirviéndome de modelo de evaluación.

Mi conclusión es que es un modelo contrastado para la iniciación deportiva en edad escolar que me ha dado muy buen resultado ayudándome a conseguir un desarrollo global en el alumno a nivel social y físico, en un ambiente de diversión sin dejar de lado el gesto técnico. Así pues, el objetivo planteado viendo los resultados, ha sido muy satisfactorio y positivo.

Apoyándome en palabras de Valero (2006, p.89):

El nuevo Modelo de Enseñanza Ludotécnico ofrece una alternativa a la enseñanza tradicional de la práctica del atletismo, siendo su principal objetivo que los niños aprendan la técnica de las disciplinas atléticas desde su comprensión, priorizando el dominio motor seguido de cerca por el cognitivo, y sin olvidar el aspecto afectivo.

En relación con mi objetivo general, *abordar la práctica educativa del atletismo en su fase de iniciación desde un tratamiento motriz lúdico, educativo y pedagógico basado en el modelo ludotécnico*, he de decir que tras analizar, documentarme y leer todo lo que engloba el modelo ludotécnico, he sabido clarificar y sistematizar mi actuación, haciendo llegar al alumnado que lo importante no iba a ser el resultado de su salto o que la técnica estuviera perfecta sino que, lo que quería transmitirles era que ellos se convirtieran en los protagonistas de su aprendizaje, desde un tratamiento motriz, lúdico, educativo y pedagógico que es así como se ha tratado y gracias a ello hemos logrado alcanzar dicho objetivo.

En resumen, estoy muy satisfecha con el resultado obtenido con respecto a los objetivos que se han marcado de este proyecto. Los alumnos han sabido adaptarse perfectamente a esta metodología. Creo haber completado las tres grandes intenciones que me movían motivando a mi alumnado, haciéndoles conscientes de su punto de partida y de todas sus posibilidades apoyando esa progresión en una mejora del conocimiento técnico básico.

6.2. LIMITACIONES

Una de las limitaciones con las que me he encontrado ha sido la poca rentabilidad que se le saca a la sesión de Educación Física (una hora), pero que, en realidad, por razones de traslado, de dinámica y gestión de centro, algunas sesiones quedaban reducidas a 45 o 50 minutos en algunos casos. Esto ha limitado las posibilidades de desarrollo de alguna sesión.

Me hubiese gustado, y así lo propuse a la dirección del centro, haberles podido llevar a una pista de atletismo que se encontraba no muy lejos del colegio para que la motivación hubiese sido mayor y se pusiesen en referencia con lo que es el escenario natural de la práctica del atletismo. No pudo ser y la adaptación que se hizo en la pista, dentro de las posibilidades, fue lo más real posible.

Finalmente, debo decir que acabé con la sensación de que se interrumpía la unidad didáctica en el momento óptimo; dos sesiones más, hubiese sido ideal para asentar todo el proceso.

CAPÍTULO 7: REFLEXIÓN FINAL

De mi reflexión final, comienzo, antes de nada, con la puesta en práctica del Trabajo Fin de Grado, ya que se ha realizado en un contexto con unas peculiaridades destacables.

En un principio me generó desconfianza el estar en otra ciudad, en otro país, desconocer el idioma... sin embargo me he visto gratamente sorprendida ya que he tenido la sensación de estar “en casa”. De puertas a dentro, el colegio Federico García Lorca, es un colegio español, donde la mayoría de su alumnado es bilingüe. A la hora de dar clase, no me he encontrado con ningún problema con respecto al idioma ni con la dinámica de trabajar.

El contexto que me he encontrado, no se ha diferenciado en nada del que me encontré en España en el Prácticum I. De puertas para afuera, sin embargo, sí he notado el cambio cultural que no han afectado para nada con mi Trabajo Fin de Grado.

Como ya comentaba en el capítulo anterior, me hubiera gustado acabar mi unidad didáctica con una puesta en escena real, llevándolos a unas pistas de atletismo y poner en práctica todo lo aprendido, lo vivenciado, hacerles sentir “atletas por un día”.

Cuando inicié esta sesión y me dijeron que se iban a realizar unas Olimpiadas Juveniles dentro de un plan deportivo del Ayuntamiento de París, y una de las pruebas sería, lo más seguro, el salto de longitud, ese fue el extra que me empujó a centrarme en esta disciplina, aunque había un problema; por esas fechas mi estancia en el colegio se habría terminado.

Refiriéndome a la metodología, el hecho de haber introducido un modelo que yo desconocía, el modelo ludotécnico, me ha aportado estructura y organización a la hora de plantear mis sesiones, he sabido comprender un planteamiento metodológico, donde mezcla lo técnico desde la comprensión, añadiéndole el dominio motor, enlazándolo con lo cognitivo, sin olvidarse del aspecto efectivo.

He adaptado, a mi modo ver, con éxito, los juegos adaptados, fusionándolos al tema, a sus necesidades, al espacio...

Una cita que me gusta mucho que se atribuye a Ignacio ‘Nacho’ Estrada, y que acompaña a lo que estoy diciendo, es:

“Si un niño no puede aprender de la manera que enseñamos, quizá debemos enseñarles de la manera que ellos aprenden”.

He tenido la sensación de estar enseñando esta disciplina y estar aportando otros valores que son intrínsecos al atletismo y que tienen mucho que ver con la conexión que se hace desde lo emocional, lo físico y lo mental, hacia lo grupal, lo colectivo.

Hay una frase que se atribuye a François Rebelais que señala:

“La mente de un niño no es un recipiente vacío que hay que llenar, sino un fuego que hay que encender.”

Es en el área de Educación Física, donde el alumnado se manifiesta de manera completa, como unidad mental y corporal desde donde se puede intervenir para hacer de la motricidad un canal más de aprendizaje con un cuerpo en movimiento lleno de señales que nos están indicando ante quién estamos y la disposición que tiene de aprender. Un cuerpo en movimiento es una fuente de información que me encantaría aprender a leer, a mirar. Solo la práctica y la continuidad en esa mirada me harán crecer profesionalmente.

Llegando al final de este trabajo, estoy satisfecha con lo que he realizado, siendo consciente de que siempre hay campo de mejora y éste se inicia sabiendo ver mis fallos, mis virtudes y mis defectos.

Los objetivos están cumplidos aunque me hubiese gustado haber realizado varias sesiones como estas con otras clases para contrastar los resultados y haber corregido muchas más cosas que es ahora, realizando el trabajo, donde me doy cuenta de ello. Sin embargo, esto ha sido un “ensayo” que se ha plasmado en un narrado en unos folios, espero hacer de esta experiencia un incentivo para que se convierta en el inicio de mi desarrollo profesional, una profesión a la que deseo enfocar mi futuro.

REFERENCIAS

Alonso, D. y del Campo, J. (2001). *Iniciación al atletismo en primaria*. Barcelona: INDE.

Blázquez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.

Calderón, A., Gómez, A. y Valero, A. (2014). Análisis comparativo de diferentes modelos de enseñanza para la iniciación al atletismo. *Ágora para la Educación Física y el deporte*, 16(2), 104-121.

Castellote, R.M. (1996). *Juego de los indios americanos*. Madrid: Miraguano.

Contreras Jordán, O.R., Gil Marona, P., Sebastani Obrador, E., Pascual Baños, C., Huguet Mora, D., Hernández Áñvarez, J.L. y CapllonchBujosa, M. (2010). *Didáctica de la educación física*. Madrid: Ministerio de Educación.

Emiliozzi, V., Renati, C., Viñes, N., Mazzuchi, M., Onnini, S. y Toledo, J. (2010). En busca del buen jugador: entre saber jugar y saber el juego. Una propuesta de intervención para su constitución. *Ágora para la Educación Física y el deporte*, 13(1), 111-121.

García-Grosocordón, J., Patricio, D. y Sainz, A. (2004). *Jugando al atletismo*. Madrid: Real Federación Española.

García-Monje, A. (2009). Construyendo una lógica educativa en los juegos en Educación Física escolar: "el juego bueno". *Ágora*, 13, 35-34.

Hernández-Moreno, J. (2000). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica*. Barcelona: INDE.

Ley Orgánica 1/1990,3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. *Boletín Oficial del Estado*, 238. (4 de octubre), 28927-28942.

Orden ECI/3857/2007,27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, (29 de diciembre), 53747-53750.

Paredes,J.(2002). *El juego como deporte: un análisis cultural*. (Tesis doctoral inédita). Departamento de humanidades contemporáneas. Universidad de Alicante.

Real Decreto 1027/1993, 25 de junio, acción educativa en el exterior. *Boletín Oficial del Estado*, 187. (6 de agosto), 1993-20613.

Real Decreto 1393/2007, 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales. *Boletín Oficial del Estado*,260.(30 de octubre), 44037-44048.

Siedentop, D. (1994). *Sport education: Quality PE through positive sport experiences*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Valero, A.yConde, J.L. (2003). Justificación del atletismo como contenido curricular de primaria basándose en una propuesta práctica. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 5, 21-26.

Valero,A. y Conde,J.L.(2003). *La iniciación al atletismo a través de los juegos (el enfoque ludotécnico) en el aprendizaje de las disciplinas atléticas*.Barcelona: Aljibe.

Valero, A. (2004). El Enfoque Ludotécnico como alternativa a la enseñanza tradicional del atletismo en la Educación Primaria.*Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 8, 119-131.

Valero, A. (2004). Situación actual de la metodología en la iniciación deportiva al atletismo. *Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica*, 94, 13-20.

Valero, A. (2006). La evaluación en el Modelo Ludotécnico para la iniciación a la práctica del atletismo dentro del contexto escolar. *Cultura ciencia y deporte*,2(5),89-94.

Valero, A. (2006). Las propuestas ludotécnicas: una herramienta metodológica útil para la iniciación deportiva al atletismo en primaria. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y recreación*, 10, 42-49.

Valero, A. (2007). *Unidades didácticas para la iniciación al atletismo (marcha atlética, salto de altura y lanzamiento de peso)*. Murcia: DM.

Valero, A. (2007). *El atletismo y su iniciación*. Murcia: DM.

Velázquez, R. (2011). El modelo comprensivo de la enseñanza deportiva. Consideraciones sobre sus limitaciones, desafíos y perspectivas de futuro. *Revista Tandem*, 7, 7-19.

ANEXOS

Se expondrá a continuación, algunos de los diferentes materiales utilizados a lo largo de la intervención, y la unidad didáctica trabajada.

Anexo 1. Unidad didáctica

TEMA: Iniciación al atletismo.

CONTEXTO DE LAS CLASES:

El alumnado con el que voy a trabajar es un alumnado bilingüe español/francés. La mayoría de clase media/alta. Es un alumnado que no presenta dificultades a nivel psicomotor salvo una niña que tiene obesidad. La clase que he elegido es de 6º de primaria compuesto de un total de 16 alumnos/as repartidos de forma homogénea, 9 niños y 7 niñas; elegí este grupo porque creo que es una edad ideal para desarrollar mi unidad didáctica del salto de longitud; para trabajar este tema, los alumnos deben tener una cierta madurez tanto intelectual como psicomotora. 6º es el curso perfecto para ir dándose cuenta de lo que es la carrera, el salto y la importancia que tiene la posición de cada una de las partes del cuerpo, así como la carrera, no es correr por correr sino saber cuándo tiene que acelerar más, como deben llevar los brazos en la caída...

El valor que tiene esta asignatura que imparto, se realiza esencialmente en este tipo de clases ya que el lenguaje corporal está por encima del lenguaje verbal. A pesar de las diferencias individuales (lengua, cultura...) todo se encuentra en torno al juego, facilita por ello las relaciones y que el grupo esté más unido y contribuye a la cohesión del grupo.

OBJETIVOS

Objetivos de la unidad

1. Experimentar aspectos de la técnica, táctica y reglamentación del salto de longitud.

2. Mejorar la capacidad de razonamiento resolviendo problemas cognitivo-motrices.
3. Adquirir confianza ante diferentes situaciones de salto
4. Saber trabajar con juegos adaptados al salto de longitud
5. Saber evaluar a sus compañeros

Objetivos oficiales del área

1. Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para resolver problemas motores y actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.
2. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas como elementos culturales, mostrando una actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador.
3. Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan.
4. Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
5. Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.

Contenidos de la unidad

- El salto de longitud y su reglamento.
- Comprensión de las reglas básicas de la disciplina del salto de longitud.
- Resolución de las preguntas desafío correspondidas con la disciplina.
- Asimilación de los gestos técnicos del salto.
- Motivación hacia la práctica del atletismo.
- Valoración del esfuerzo personal y colectivo.

Contenidos de etapa

Bloque 1. El cuerpo: Imagen y percepción

- Ejecución de movimientos de cierta dificultad con los segmentos corporales no dominantes
- Equilibrio estático y dinámico en situaciones complejas

Bloque 2. Habilidades motrices

- Dominio motor y corporal desde un planteamiento de análisis previo a la acción.
- Resolución de problemas motores de cierta complejidad.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

Bloque 5: juegos y actividades deportivas.

- El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- Tipos de juegos y actividades deportivas. Realización de juegos y de actividades deportivas, con o sin implemento, de diversas modalidades y dificultad creciente
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.
- Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.
- Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

PLANES DE SESIONES

SESIÓN 1

Objetivo:

Tomar conciencia de lo que es el atletismo.

Conocer específicamente el salto de longitud.

MATERIALES:

1. Powerpoint
2. Proyector
3. Imágenes

Actividades:

Presentación de la disciplina y desafío

Presentación Powerpoint, dinámico y divertido lleno de imágenes y vídeos, sobre las disciplinas de salto (salto de altura, salto de longitud, salto de pértica, triple salto) finalizando por el salto de longitud.

Vídeos de famosos atletas saltadores viendo sus éxitos, su técnica...

Propuestas Ludotécnicas.

A partir de un vídeo, saber distinguir las diferentes fases vistas anteriormente.

SESIÓN 2**Objetivo:**

Conocer los gestos técnicos y partes de la carrera.

Ser conscientes de como corren.

MATERIALES:

1. Cuerdas
2. Tizas

Actividades:**Presentación global y planteamiento de los desafíos**

Preguntas desafío:

- ¿Cómo se salta más, con carrera previa o desde parado?
- ¿Por qué es importante acelerar al final?

Propuestas ludotécnicas

Jugos adaptados para la carrera del salto de longitud:

- “Observa como corro”: a la señal del profesor, cada alumno correrá de manera diferente (con un brazo más arriba, con los pies hacia afuera, hacia adentro, sin bracear.
- “Sol y sombra”: dos equipos uno “sol” otro “sombra” en fila y sentados por parejas espalda con espalda, al sonido del nombre de su equipo deberá huir corriendo sin que le pillen. (variaciones: tumbados boca abajo, boca arriba, ir saltando...)

- “salta la culebra”: cuerdas puestas en horizontal a una distancia de 5 pies, deberán pasarla corriendo sin tocar.

Propuestas globales

- ¿Cómo salto?: por equipos se pondrá una línea en el suelo (simulando la tabla de longitud) saltar de la manera que ellos quieran “salto libre” y medirse los pies poniendo una marca.

Reflexión y puesta en común.

SESIÓN 3

Objetivo:

Conocer la técnica de la batida.

MATERIALES:

1. Cuerda elástica
2. Aros grandes
3. esterillas

Actividades:

Presentación global y planteamiento de los desafíos

Preguntas desafío:

- ¿Cómo se aprovechará más la batida, con carrera previa o desde parado?
- ¿En la batida es importante saltar hacia arriba o hacia adelante?

Propuestas ludotécnicas

Jugos adaptados para la batida:

- “Araña peluda”: El juego de la araña, con la variante de poner una goma elástica y para pasar de un lado al otro, deberán batir.
- “Stop”: La variante de este juego es que cuando se dice “stop” se queda quieto y pone la mano en alto, para salvarle, tendrá que “batir” para chocar la mano.
- “Bate que te pillo”: Aros en el suelo, para salvarse deberán saltar dentro del aro grande, hacer una batida y caer con los pies juntos, para saber dónde tienen que batir, hay una línea marcada con tiza. Dos no pueden estar en el mismo aro, si uno entra, el otro sale.

Propuestas globales

- “Carrera de canguros”: Dos equipos, 5 esterillas colocadas de manera horizontal (cuatro zancadas de separación) deberán saltar la esterilla, haciendo la batida, ida y vuelta y chocar a su compañero.

Reflexión y puesta en común.

SESIÓN 4**Objetivo:**

Adentrarse a la carrera de aproximación a la tabla.

MATERIALES:

1. Balones
2. Aros grandes
3. Colchoneta de altura
4. Trampolín
5. Tiza

Actividades:**Presentación global y planteamiento de los desafíos**

Preguntas desafío:

- ¿Qué es la carrera de aproximación?
- ¿Por qué es importante?
- ¿Dónde es importante llevar bien los brazos en la batida?

Propuestas ludotécnicas

Jugos adaptados para la carrera de aproximación a la tabla:

- “Lanza que yo atrapo”: por parejas, uno tienen un balón, deberá coger carrerilla y aproximarse lo más cerca posible a la línea dibujada con tiza, sin pisarla y lanzar el balón lo más lejos que pueda.
- “Aros con música”: parecido al juego de las sillas, en el momento que la música se pare, cada alumno deberá ir a un aro, los aros estarán muy separados unos de otros, siempre habrá un aro que falte.
- “Rayuela con cuerdas”: se pondrá un dibujo parecido a la rayuela con cuerdas, en forma de círculos para que pongan los pies. Deberán saltar con precisión dentro de cada círculo.

Propuestas globales

- “Estaciones”: se pondrán dos estaciones, en una de ellas se colocarán 5 cuerdas horizontales, una línea dibujada con tiza donde deberán batir y al final

una colchoneta donde tendrán que caer con los pies juntos. En la otra estación, habrá un trampolín y una colchoneta grande de salto de altura, el alumno deberá batir en el trampolín, y caer con los pies juntos y manos hacia adelante.

Reflexión y puesta en común.

SESIÓN 5

Objetivo:

Interiorizar la técnica del vuelo y la caída

MATERIALES:

6. Balones
7. Colchoneta de salto de altura
8. Trampolín

Actividades:

Presentación global y planteamiento de los desafíos

Preguntas desafío:

- ¿Es importante ir bien colocado técnicamente en la carrera para que la batida y el vuelo sea correcto? ¿Por qué?
- ¿Dónde deben estar colocadas mis manos en el momento del vuelo? ¿cuál es la trayectoria que deben realizar mis brazos en el momento del vuelo?
- ¿Qué parte o partes deberán tocar primero en la caída?

Propuestas ludotécnicas

Jugos adaptados al vuelo y la caída

- “Pídola”: Los elegidos deberán pillar a los demás, el alumno tocado, deberá ponerse en posición inclinada hacia las rodillas protegiéndose la cabeza. Para salvar, deberá saltar por encima apoyando manos en su espalda.

Propuestas globales

- “vuelo y caigo”: Simulando el salto de longitud, se pondrá una colchoneta grande de salto de altura, y un trampolín. En el primer ejercicio, el alumno deberá hacer todas las fases del salto batiendo en el trampolín y cayendo en la

colchoneta a pies juntos. En el segundo ejercicio, en el momento del vuelo, el profesor le lanzará una pelota que deberá coger antes de la caída.

Reflexión y puesta en común.

SESIÓN 6

Objetivo:

Aplicar y demostrar lo aprendido.
Saber evaluar a sus compañeros de manera objetiva y crítica.

MATERIALES:

9. Colchoneta de salto de altura
10. Trampolín

Actividades:

Presentación global y planteamiento de los desafíos

Preguntas desafío:

- ¿Soy capaz de observar y corregir los fallos de mis compañeros?

Propuestas ludotécnicas

- ¿Cómo salto?: Se repetirá el juego de la segunda sesión, para que ellos vean lo que han mejorado.

Propuestas globales

“Salto de longitud”: Deberán realizar el salto de longitud realizando sus fases, cada alumno, evaluará a uno de sus compañeros con una hoja de evaluación.

Reflexión y puesta en común.

Anexo 2: entrevistas individuales

Entrevista realizada a Julio César. Alumno de 6º de primaria.

¿Qué te dice la palabra atletismo?

“La palabra atletismo me dice correr mucho”.

¿Sabes que el atletismo tiene diferentes modalidades? entre ellas, las más conocidas son la carrera, los saltos y el lanzamiento... ¿cuál te gustaría practicar?

¿Cuáles has practicado en el colegio?

*Si, sé que tiene modalidades, correr con vallas, saltar con un palo... y ¡hacia atrás!
Me gustaría hacer la velocidad como Usain Bolt. En el colegio hemos hecho saltos, velocidad y resistencia.*

¿Qué es lo que más te gusta del salto de longitud?

Lo que más me gusta del salto de longitud, es que caen en una arena y saltan mucho

Entrevista realizada a Creonte. Alumna de 6º de primaria

¿Qué te dice la palabra atletismo?

La palabra atletismo me dice correr

¿Sabes que el atletismo tiene diferentes modalidades? entre ellas, las más conocidas son la carrera, los saltos y el lanzamiento...

Si, sé que el atletismo tiene muchas modalidades porque mi hermana hace atletismo, está el salto de longitud, el de pértiga, altura, los relevos, la velocidad, y también hay velocidad con vallas

¿Cuál te gustaría practicar? ¿Cuáles has practicado en el colegio?

Me gustaría practicar la resistencia, porque en el colegio con “Margarita” hacemos resistencia y siempre soy la primera. Con Marga hemos hecho velocidad, saltos y resistencia.

Entrevista realizada a Ludovico. Alumno de 6º de primaria

¿Qué te dice la palabra atletismo?

La palabra atletismo me dice olimpiadas y correr.

¿Sabes que el atletismo tiene diferentes modalidades? entre ellas, las más conocidas son la carrera, los saltos y el lanzamiento...

Si, sé que el atletismo tiene muchas pruebas, la carrera, la velocidad, hay muchos saltos también con un palo muy largo, lo he visto por la tele.

¿Cuál te gustaría practicar? ¿Cuáles has practicado en el colegio?

Me gustaría practicar la velocidad, y el salto de longitud, con la arena. En el colegio hemos practicado la velocidad, el salto y la resistencia,

Anexo3: Lista de control del salto de longitud

7. Realiza de manera progresiva la carrera de menos a más.	SI	NO
8. Se aproxima a la tabla	SI	NO
9. Da pasitos cuando va a llegar a la tabla	SI	NO
10. Cuando hace la batida su posición del cuerpo es correcta	SI	NO
11. Lleva los brazos el vuelo hacia adelante	SI	NO
12. Apoya las manos a delante cuando cae	SI	NO

Resultado tabla de evaluación del salto de longitud.

Ítem 1:	SI	14	NO	2
Ítem 2:	SI	15	NO	1
Ítem 3:	SI	10	NO	6
Ítem 4:	SI	13	NO	3
Ítem 5:	SI	16	NO	16
Ítem 6:	SI	14	NO	2