

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID  
ESCUELA UNIVERSITARIA DE EDUCACIÓN  
PALENCIA



# TRABAJO DE FIN DE GRADO

---

**Las Habilidades motrices en el juego**

*Curso: 2012 / 2013*

*Autor:* Mario Díez Cuadrillero  
*Tutor Académico:* Nicolás Julio Bores Calle

**4º GRADO ED. PRIMARIA - ED. FÍSICA**

***Resumen:***

El presente trabajo ofrece una posibilidad educativa de cómo el trabajo de las habilidades motrices influye en el transcurso del juego. Considerando que estas las habilidades son inherentes a todos los juegos, es preciso conocer todos los aspectos que las envuelven para brindar a los alumnos nuevas posibilidades y experiencias para potenciar el componente lúdico del juego. Comenzaremos teorizando el tema principal para después planificar una propuesta curricular que nos servirá para analizar detenidamente una Unidad Didáctica representativa con una metodología singular en la que las habilidades motrices específicas determinarán el resultado del juego. La visión crítica del autor y su experiencia educativa conformarán un marco metodológico para alcanzar aquellos objetivos que nos proponemos con la planificación de este trabajo.

***Abstract:***

This project work provides the facility to consider how motor skills affect in the course of games. Considering this skills are inher in all games, it's precise get to know all the technical aspects involved in them to afford the pupils new possibilities and experiences in order to empower the recreational aspect of the game. We will start theorising the main focus and then plan a curricular proposal that will be instrumental in the analysis of the one representative unit of study, with its distinctive methodology in which specific motor skills will determine the outcome of the game. The author's critical point of view and his teaching experience will set the methodological framework to achieve the targets we put our mind to by the planning of this work.

***Palabras Clave:*** Habilidad motriz, habilidades motrices específicas, destrezas motrices, juego motor, educación física, metodología.

***Keywords:*** Motor skills, specific motor skills, motor skills, game engine, physical education, methodology.

## ÍNDICE

1- INTRODUCCIÓN .....	1
2- OBJETIVOS .....	2
3- JUSTIFICACIÓN DEL TEMA .....	3
4- FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	5
4.1- CLASIFICACIÓN Y ANÁLISIS DE LAS HABILIDADES Y DESTREZAS.....	8
4.1.1- Clasificación.....	8
4.1.1.1- Clasificación de las habilidades y destrezas básicas según Sánchez Bañuelos.....	9
6.1- LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL JUEGO.....	11
7.1- LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL JUEGO SEGÚN ALGUNOS AUTORES..	13
8.1- QUÉ RECOGE EL CURRÍCULO OFICIAL SOBRE LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL JUEGO.....	16
5- PLANIFICACIÓN DE LA U.D: “MEJORA DE LAS HABILIDADES MOTRICES ESPECÍFICAS EN DESPLAZAMIENTOS, LANZAMIENTOS Y RECEPCIONES DE MÓVILES” .....	20
5.1- JUSTIFICACIÓN Y PROPÓSITO.....	20
5.2- CONTEXTUALIZACIÓN.....	22
5.3- OBJETIVOS.....	23
5.4- CONTENIDOS.....	23
5.5- TEMPORALIZACIÓN DE LAS SESIONES.....	24
5.6- METODOLOGÍA.....	24
5.7- EVALUACIÓN.....	26
5.8- PLANIFICACIÓN DE LAS LECCIONES.....	28
Sesión 1: “ <i>Nos familiarizamos con el material</i> ” .....	28
Sesión 2: “ <i>Las Técnicas básicas en cuanto: agarres, lanzamientos y recepciones</i> ” .....	31
Sesión 3: “ <i>Lanzamientos y recepciones</i> ” .....	34

Sesión 4: “Competición sobre las habilidades adquiridas” .....	37
Sesión 5: “Juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes” .....	40
Sesión 6: “Iniciación al juego del Ultimate” .....	43
<b>6- CONCLUSIONES</b> .....	<b>46</b>
<b>7- LISTA DE REFERENCIAS</b> .....	<b>49</b>
<b>8- ANEXOS</b> .....	<b>52</b>
 <b>FICHAS DE TRABAJO</b>	
1- Análisis de las habilidades requeridas durante el juego.....	53
2- Ficha de Autoevaluación.....	54

# 1- INTRODUCCIÓN

**El presente trabajo pretende demostrar cómo el trabajo de las habilidades motrices específicas puede desembocar en que los alumnos jueguen mejor.** Podemos deducir que todo juego está compuesto por unas determinadas habilidades que sostienen el buen funcionamiento de mismo, entonces ¿Si no trabajamos de una forma adecuada las habilidades motrices que pensamos precisas para el desarrollo de un juego el resultado del mismo variará? La respuesta es rotunda. Los participantes juegan mejor en función de la calidad de las respuestas motrices. Pongamos un ejemplo práctico para entenderlo mejor: un partido de fútbol está condicionado por la calidad de las acciones de los jugadores, así, podemos deducir que las acciones de ataque o defensa están condicionadas, además de por la táctica llevada a cabo durante del juego, por una serie de habilidades que cada uno de los jugadores posee, es decir la técnica en el deporte. Lo mismo pasa con los juegos que se llevan a cabo en los centros educativos o en otros ambientes extraescolares. Vemos cómo un juego mejora en función del rendimiento de los jugadores, entonces podemos deducir que **cuanto mejor estén desarrolladas las habilidades precisadas durante el juego, mejores resultados obtendremos en la participación y la intervención de los jugadores durante el mismo.**

Desde nuestro sistema educativo relacionamos el juego estrechamente con el aprendizaje de las habilidades motrices, de esta manera podemos identificar los aspectos más relevantes que intervienen en la práctica de las actividades lúdicas, y por consiguiente, y a través de estas habilidades, lograr mejorar la participación de los jugadores dentro del juego en todos sus aspectos. Partiremos diciendo que **el juego es una de las actividades más naturales que realizan los/as niños/as**, y por tanto es innata, debido a esto el componente lúdico de todos ellos genera una gran motivación que será una de las bases para que un juego sea atractivo y de esta forma para que los/as niños/as quieran jugar. Podremos afirmar entonces, que el juego posee un atractivo singular que hace que los/as niños/as quieran superarse a sí mismos para alcanzar el objetivo del juego de una forma óptima. Con todo esto solo cabe resaltar el alto grado de autoformación instintiva que poseen los juegos.

Todas estas características hacen que se faciliten los aprendizajes, en este caso el de las habilidades motrices necesarias en los juegos que queremos desarrollar. Pero no hay que olvidar que no debemos hacer un abuso y un mal uso de los juegos dentro de la práctica educativa, ya que a veces llegamos a manipularlos tanto que del juego solo les queda el propio nombre. Desde esta perspectiva quiero abordar cómo a través de las habilidades motrices, y más concretamente aquellas más específicas las cuales nos permitirán trabajar unos contenidos más concretos, **podemos mejorar significativamente la intervención de los jugadores dentro del juego para así poder aprovechar el aspecto lúdico y recreativo del que constan todas estas actividades, y por consiguiente, llegar a jugar mejor.**

Hay que recalcar que el trabajo de las habilidades motrices y el juego es algo que no se puede tratar de forma independiente dentro del contexto educativo, sino que forman parte conjuntamente del proceso de enseñanza-aprendizaje. Por ello, en el presente trabajo, **llevaremos a cabo una programación didáctica que constará de seis sesiones y en la que trataremos de mejorar las habilidades de desplazamientos, lanzamientos y recepciones de móviles, abordando el juego del frisbee, y más concretamente en el juego del “Ultimate”.** El planteamiento que realizaremos a continuación está centrado en el ámbito de la Educación Primaria, y específicamente en el **Tercer Ciclo (6º de E.P)**, y toma como referente el currículo de esta etapa centrándose, eso sí, en el juego y las habilidades motrices como contenidos dentro del mismo.

## **2-OBJETIVOS**

En el siguiente trabajo, nos propondremos una serie de objetivos que reflejarán qué es lo que queremos conseguir con el desarrollo de los mismos, esto es, qué es lo que pretendo alcanzar con la elaboración de este trabajo final. En base a esto, los **objetivos que me propongo sobre las habilidades motrices específicas dentro del juego**, son los siguientes:

- **Investigar** acerca de lo que otros **autores** opinan sobre este tema y configurar, a través de ellos, una reflexión que se adecue a los objetivos prefijados en este trabajo.
- **Establecer una relación lógica** entre los **contenidos teóricos y la práctica educativa**, para que a la hora de llevar a cabo la programación didáctica haya coherencia entre ellos.
- **Elaborar unas sesiones** dentro de una **Planificación Didáctica**, que tengan sentido en sí mismas y, por consiguiente, que contribuyan a enriquecer los conocimientos y competencias de los alumnos.
- Conocer cómo podemos abordar unos contenidos planteados para poder dar forma a una programación didáctica que cumpla con los requisitos educativos necesarios para la buena formación del alumnado.
- **Identificar** qué **habilidades motrices** son requeridas **en los juegos** que desarrollaremos para que puedan influir en el juego de una forma positiva.
- Poner a prueba todos los **conocimientos** adquiridos durante mi **formación universitaria** y poder exponerlos de forma coherente y ordenada.
- Llegar a hacer una **propuesta de intervención** sustentada en un enfoque teórico, para que algún día pueda llevarla a cabo **en un contexto educativo**.
- Ser capaz de **adquirir unos hábitos de autonomía y trabajo personal** que puedan desembocar en la buena preparación de una programación didáctica.

### **3-JUSTIFICACIÓN DEL TEMA**

Comenzaremos partiendo de nuestro interés por este tema en concreto. En mis años como alumno universitario he podido experimentar diferentes situaciones dentro de un ambiente educativo. A diferencia con todo lo que he ido aprendiendo en mi etapa universitaria, y gracias al programa Erasmus, este último año he podido comparar dos sistemas educativos diferentes y gracias a ello me resultó asequible escoger este tema de trabajo, ya que al poder comparar ambos sistemas educativos, puedo darme cuenta de cómo se abordan las habilidades motrices dentro de los juego en nuestro ambiente escolar. Las prácticas educativas tanto en España como en el país donde he estudiado

este último año, Portugal, me han ofrecido una visión sobre cómo se aborda la educación desde perspectivas diferentes. Gracias a estas oportunidades he conocido diferentes metodologías y situaciones escolares, por lo que mi bagaje cultural ha aumentado considerablemente y me ha llevado a preguntarme el porqué de muchas de las vivencias escolares que he podido experimentar.

Durante mi estancia en Portugal he tenido la oportunidad de observar la gran diferencia que hay en cómo se abordan los contenidos, qué metodología se utiliza, los recursos de evaluación adoptados, etc., y así he llegado a la conclusión de que un tema muy importante para ellos es la mejora constante de las habilidades motrices para aplicarlas en los juegos y deportes que llevan a cabo en sus programaciones didácticas.

Una de las razones principales por las que decidí escoger este tema es porque, como ya he dicho, en Portugal se abordan las habilidades motrices dentro del juego de una manera muy diferente. Allí, he visto cómo el juego se transforma en medio para trabajar unas habilidades específicas, mientras que en España el juego tiene un fin en sí mismo, y utilizamos las mismas habilidades específicas para mejorar la participación de los jugadores y por tanto jugar mejor. Es curioso ver, cómo en el periodo de tiempo que estuve en un colegio Portugués, el profesor llevó a cabo dos Unidades Didácticas, una de voleibol y otra de baloncesto, basadas únicamente en el aspecto técnico del deporte. En ambas el profesor no utilizó el juego como medio didáctico, sino que los ejercicios repetitivos para mejorar las habilidades de bote, lanzamiento, pase, etc., eran la base para que los alumnos mejoraran el aspecto técnico de estos deportes. El juego pues, quedaba eliminado de las programaciones.

Al comparar esta experiencia con mi etapa formativa en un colegio de España, vemos cómo claramente hay una gran diferencia, ya que el desarrollo de las habilidades específicas que queremos trabajar tiene su fin en la mejora del propio juego o deporte. Esto atiende a un aspecto más global, en el que intervienen varios factores como la estrategia, la técnica y la táctica, las decisiones de grupo, etc., lo cual desemboca en un juego en el que todos los participantes juegan mejor y lo aprecian, mientras que en Portugal se premiaba el esfuerzo individual, la autosuperación, la calidad de ejecución de las acciones y, por tanto, esto lleva consigo en una práctica deportiva en la que los jugadores compiten por ser el mejor y solo vale ser el mejor.

Todo esto me ha llevado a plantear cuál es la mejor manera de enfocar el trabajo de las habilidades motrices dentro del juego. Por eso me parece interesante llevar a cabo

un trabajo sobre este tema y planificar una programación didáctica para poder llevarla a cabo algún día y analizar los resultados.

## 4-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Este trabajo pretende analizar cómo influye el trabajo de las habilidades motrices específicas en el desarrollo de los juegos en el área de Educación Física, si bien este es un contenido innato en el propio juego y por tanto que se trabaja en todos los ciclos, en la presente propuesta nos centraremos en el tercer ciclo debido a las razones que expondré a continuación.

En el primer y segundo ciclo de Primaria, los alumnos han experimentado unos tipos de movimientos y sensaciones de forma muy global, por lo que han llegado a este último ciclo, su cuerpo necesita experimentar unos aspectos motrices más específicos. Lo que pretendemos entonces, es que los alumnos puedan aumentar su capacidad de aprendizajes motores nuevos para poder aplicarlos dentro de unas situaciones de juego nuevas ideadas planteadas por el profesor para poner a prueba este desarrollo motriz. De esta manera debemos de tener en cuenta que es preciso seleccionar aquellas habilidades motrices que se adecuen más al momento motor de los individuos para que las acciones dentro del juego no supongan ningún riesgo para los participantes. Es en este punto cuando nos damos cuenta que debemos trabajar unas habilidades motrices específicas para poder solucionar aquellos problemas motrices que puedan surgir en el juego.

Como ya hemos mencionado, en este ciclo nos centraremos en aquellas habilidades más específicas que se puedan trabajar para mejorar el juego, pero no hay que olvidar que debemos repasar cuáles son los antecedentes de estas habilidades específicas. A continuación veremos que habilidades precedieron a las que vamos a trabajar en este tercer ciclo.

Observaremos la Tabla 1 para determinar cuáles fueron los contenidos trabajados en los ciclos anteriores y su relación con las habilidades motrices.

- En el **Primer Ciclo** (6-8 años) exploraremos el propio cuerpo y la motricidad. En esta etapa el alumno va descubriendo su propio cuerpo y sus posibilidades de

movimiento. Debido a esto los contenidos que tendrán mayor peso en este ciclo serán los relacionados con aspectos más perceptivos como son la *concepción corporal, la expresión y las habilidades motrices básicas*.

- En el **Segundo Ciclo** (8-10 años) trabajaremos sobre una base motriz sobre la que iremos construyendo el resto de la motricidad. Por tanto, los contenidos que trabajaremos en este ciclo estarán vinculadas con las *habilidades motrices básicas y el conocimiento y percepción*, con un guiño hacia aquellas habilidades más representativas en cada uno de los juegos que llevemos a cabo.
- En el Tercer Ciclo (10-12 años) el objetivo que nos propondremos será la consolidación de aquellas *habilidades motrices básicas* ya trabajadas y la incorporación de aquellas *habilidades motrices específicas* para poder introducirlas en el ámbito lúdico para mejorar el juego<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Para consolidar estos contenidos, el Currículo Oficial del área de Educación Física para Primaria (2002) recoge:

La capacidad motriz también incluye la mayor eficacia en las habilidades básicas que son la base de adquisiciones posteriores. Esta capacidad motriz que se pretende conseguir a lo largo de esta etapa, es aquella que le permita al alumno aumentar su capacidad de aprendizajes motores nuevos y aplicar soluciones motrices válidas para situaciones nuevas. (p.102).

LA ACTIVIDAD MOTRIZ EN LA ETAPA DE PRIMARIA			
	<b>ESPONTÁNEA</b>	<b>ELABORADA</b>	<b>CODIFICADA</b>
	Primer Ciclo	Segundo Ciclo	Tercer Ciclo
Edad	De 6 a 8 años	De 8 a 10 años	De 10 a 12 años
CARACTERÍSTICAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad motriz libre.</li> <li>- Sin interiorización.</li> <li>- No existe una idea motriz previa.</li> <li>- Los movimientos básicos y de actividades sencillas enriquecen el bagaje motor del niño.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Existe una idea previa del movimiento.</li> <li>- Interiorización de la acción motriz.</li> <li>- Organización de la motricidad para lograr un objetivo concreto.</li> <li>- El juego tiene un simbolismo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La acción motriz se orienta hacia la eficacia.</li> <li>- Búsqueda de la técnica adecuada.</li> <li>- Competencia entre compañeros.</li> <li>- Imita actividades propias de los adultos.</li> </ul>
EJEMPLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El juego del niño se fundamenta en habilidades imprecisas. Ejemplo: lanzar y recepcionar sin un objetivo concreto.</li> <li>- A través de la actividad motriz se descubre a sí mismo, el mundo, los objetos y a los demás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los niños y niñas quieren conseguir un objetivo más concreto. Ejemplo: lanzar una pelota más lejos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los niños y niñas quieren imitar acciones propias del adulto. Ejemplo: lanzar una jabalina.</li> <li>- Establecer normas, técnicas, etc. En sus actividades.</li> </ul>
FINALIDAD DE LA EDUCACIÓN FÍSICA	<b>Explorar el cuerpo y la motricidad</b>	<b>Establecer la motricidad básica</b>	<b>Introducir la motricidad específica</b>

Tabla 1. La actividad motriz en la Etapa de la enseñanza de Primaria (Díaz, 1999). Consultado en: *Las habilidades motrices básicas en Primaria: Programa de intervención (2006)*.

## 4.1. CLASIFICACIÓN Y ANÁLISIS DE LAS HABILIDADES Y DESTREZAS

El objetivo que persigo cuando planteo una clasificación y ordenación de las habilidades motrices, no es otro que el de ofrecer información en relación a las exigencias específicas del aprendizaje. En líneas generales, lo que pretendo es ofrecer unos criterios básicos que sirvan para organizar y estructurar la intervención educativa. Las habilidades motrices deben ser analizadas y clasificadas en términos de sus exigencias de aprendizaje.

### 4.1.1. Clasificación

Las habilidades y destrezas motrices se clasifican dependiendo de lo difícil que sea la acción donde se desarrollan, y debemos tener en cuenta el desarrollo motor del individuo para poder clasificarlas según su grado de dificultad.

Así se pueden clasificar en:

- **Habilidades y destrezas básicas:** Son aquellos aspectos motores más básicos que son inherentes al ser humano y engloban movimientos o acciones de uso cotidiano.

Son habilidades básicas: andar, correr, saltar, etc.

- **Habilidades y destrezas genéricas:** Se refieren a aquellas acciones que suponen un grado de dificultad un poco más elevado que las anteriores. Se caracterizan porque pueden ser la base de muchos juegos y deportes.

Por ejemplo, en baloncesto podríamos estar hablando de habilidades genéricas si decimos: botar, pasar, lanzar, etc. Estas habilidades no solo se dan en deportes, sino que también se pueden dar en juegos como el frisbee: lanzar y recibir; en fútbol: golpear y controlar; etc.

- **Habilidades y destrezas específicas:** Son aquellas en las que se puede diferenciar un nivel en la ejecución mayor a las anteriores. Los movimientos y las acciones son más complejos, y requieren de la técnica para su buena

ejecución. Los factores externos condicionan esta clase de habilidades, siendo un contrario o el objeto de juego un ejemplo de estos factores que condicionan la ejecución.

Así, por ejemplo, estaríamos hablando de habilidades específicas si en baloncesto entrásemos a canasta en bandeja o lanzásemos a canasta de gancho. En frisbee un lanzamiento por debajo de las piernas o un pase después de driblar a un contrario serían habilidades específicas dentro del juego.

De este modo podemos comprender que las habilidades genéricas se trabajaran en el primer y parte del segundo ciclo de primaria, mientras que las habilidades específicas se trabajarán en el tercer ciclo, teniendo ya una base sobre la que las podemos trabajar.

#### **4.1.1.1. Clasificación de las habilidades y destrezas básicas según Sánchez Bañuelos.**

Aunque hay varias clasificaciones de las habilidades, tomaremos como punto de referencia la clasificación más aceptada en el contexto de la Educación Física, es la que recoge F. Sánchez Bañuelos (1992) en su libro “*Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*”. Partimos de la base de que únicamente vamos a desarrollar y explicar aquellas que sean más significativas en la propuesta didáctica que vamos a planificar (lanzamientos y recepciones, ya que el deporte elegido es el frisbee). Dicha clasificación recoge:

- **Desplazamientos.**
- **Saltos.**
- **Giros.**
- **Lanzamientos.**

Un lanzamiento supone una acción en la cual el individuo incide en el entorno con un objeto determinado. Si al principio de la acción el individuo controla el objeto, estaremos hablando de un lanzamiento, pero si no lo hace se tratará de un golpeo.

En los lanzamientos intervendrán los siguientes factores:

- La coordinación dinámica general.
- Fuerza y velocidad.
- Flexibilidad.
- Equilibrio.

– **Recepciones.**

Las recepciones son aquellas acciones en las que el individuo recoge un objeto que este en movimiento o parado. A la hora de recepcionar un objeto se ponen de manifiesto unos ajustes perceptivo-motrices complejos.

Se pueden distinguir tres fases:

1. El contacto con el objeto.
2. La amortiguación.
3. La preparación tras la amortiguación.

## 4.2 LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL JUEGO

Escogeremos como recurso de apoyo para fundamentar mi trabajo la Tesis Doctoral del profesor García Monge, (2004). Partiremos diciendo que el juego se sustenta en unas habilidades<sup>2</sup> muy ricas, que hacen que todos los juegos puedan variar en función de la exigencia y el trabajo que hayamos podido llevar a cabo de las mismas, por ello comenzaremos a analizar el juego desde un enfoque lúdico determinado por las acciones de los individuos que formen parte del mismo. Debemos identificar el juego como una fuente de disfrute personal, pero debemos tener en cuenta que cada individuo parte de unos conocimientos y unas aptitudes que condicionarán el resultado del juego, por ello debemos partir de la concepción de que no todos los individuos progresan o lo hacen con la misma facilidad, sino que cada individuo es diferente y por ello nosotros como futuros docentes debemos de facilitar los aprendizajes a todos y cada uno de los individuos, independientemente de su nivel motor. Con esto quiero decir que vemos necesario trabajar aquellos aspectos que puedan condicionar el funcionamiento de los juegos, en este caso las habilidades motrices específicas.

Debemos de tratar al juego como un fin en sí mismo y no como un medio para trabajar diferentes aspectos motrices, sociales o afectivos, que puedan condicionar al mismo. Así pues, dejaremos claro desde el principio que nuestra propuesta didáctica no pretende utilizar el juego como medio para trabajar las habilidades motrices específicas, sino que éstas serán trabajadas para mejorar el aspecto lúdico del juego. Para llevar a cabo este trabajo, es importante que los alumnos sean partícipes de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje y, de esta manera, debemos de adoptar un metodología que sirva para que los alumnos se den cuenta tanto de sus posibilidades y limitaciones, como de la influencia que puedan tener el trabajo de las habilidades motrices específicas a la hora de condicionar el juego.

---

<sup>2</sup> Seleccionaré para definir el concepto de “habilidad motora” el aportado por M. Durán (1988) dado que introduce en ella la importancia del aprendizaje y de las características personales de cada individuo:

La competencia adquirida por un individuo en una tarea en particular. Se trata de una capacidad para resolver un “problema motor” específico, para elaborar y dar una efectivamente una respuesta eficaz y económica con el fin de alcanzar un objetivo preciso.

Lo que queremos conseguir con la planificación de esta Unidad Didáctica, es proporcionar a los alumnos unas oportunidades dentro del juego para poder poner en práctica nuevas habilidades, para que vean cómo puede influir el trabajo y puesta en práctica de aquellos aspectos motrices (desplazamientos, lanzamientos, recepciones...) en el desarrollo del juego, potenciando la participación y el interés por los juegos y los componentes motores que lo determinan. Llegando a alcanzar una plena satisfacción personal que les incite a analizar el juego como un medio de disfrute y como una fuente de aprendizajes.

Dejando a un lado la elección de los juegos que planificaremos, pensamos que en nuestra programación el trabajo de la técnica como el de la táctica, tienen un potencial grande en la movilización de capacidades. Debemos recordar que nos estamos centrando en el tercer ciclo de Educación Primaria, y más concretamente en 6º curso, así pues, los alumnos parten de un conocimiento básico sobre estrategias y de los aspectos técnicos y tácticos en el juego. Así pues, de acuerdo con García Monge (2004), al posibilitar que el alumnado profundice en las propias habilidades tomando como base los juegos motores reglados, podemos ayudarles a:

- Tomar conciencia de la propia habilidad, así como de la posibilidad de mejorar en ésta.
- Saber sacar el máximo partido del nivel de competencia propio a la hora de tomar decisiones en el juego.
- Saber analizar la propia acción y la de los demás.
- Conocer los aspectos que condicionan la habilidad y la posibilidad de controlarlos.
- Controlar los procesos de mejora de la habilidad.
- Responsabilizarse y comprometerse con el aprendizaje de nuevas técnicas.
- Comprender la originalidad corporal y motriz (creatividad en las actividades motrices), respetando las diferencias de nivel.
- Conoce la influencia de las posibilidades y limitaciones individuales en el juego en grupo, y la necesidad de llegar a acuerdos para que éste sea interesante para todos.
- Tener la oportunidad de experimentar en un ambiente tranquilo y de confianza diferentes niveles de respuestas motrices.

De acuerdo con García Monge (2004), con los aspectos mencionados, y tomando como referencia el propio aprendizaje de los alumnos mediante la realización de las actividades y el trabajo de las habilidades que posteriormente serán necesarias para progresar en los juegos propuestos, nos proponemos que los alumnos aprendan a:

1. Conocer su propio nivel psico-motor, asimilando sus posibilidades y limitaciones personales.
2. Atreverse a descubrir y poner en práctica nuevas repuestas motrices. Reconocer cuales son las mejores respuestas para introducirlas en nuevas acciones y así abandonar los impulsos emocionales y las acciones motrices que suelen adoptar.
3. Elegir del abanico de las nuevas técnicas trabajadas las más adecuada a cada individuo y su nivel motor.
4. Experimentar nuevas respuestas que desemboquen en una ampliación de las acciones ya adquiridas, y de esta manera puedan progresar y afianzar los nuevos conocimientos.
5. Mejorar las respuestas dadas en función de las nuevas habilidades descubiertas.

#### **4.3. LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL JUEGO SEGÚN ALGUNOS AUTORES**

El trabajo que voy a exponer en el siguiente documento es una propuesta práctica para alumnos de tercer ciclo, que cursan la asignatura de Educación Física. Para ello escogeremos como apoyo teórico la publicación de (García Monge, 2004), *Desarrollo curricular del juego en Educación Física Escolar: estudio de casos en el segundo ciclo de Primaria*. Lo que pretendo es exponer un ejemplo práctico, reflejado en la planificación de una unidad didáctica, de cómo se pueden trabajar las habilidades motrices específicas para mejorar en el juego. Aunque esta propuesta podría planificar unidades didácticas para todo un año lectivo, nos centraremos en una solo unidad que permitirá a los alumnos explorar, disfrutar y mejorar sus habilidades manipulativas dentro del juego, mediante la práctica de juegos con el frisbee. El objetivo de esta unidad es mejorar las habilidades de desplazamientos, lanzamientos y recepciones de

móviles, los cuales están directamente relacionados con unas habilidades motrices específicas como pueden ser los diferentes tipos de lanzamientos en movimiento o las recepciones combinando saltos y giros. Para ello lo primero que debemos hacer es acudir al currículo oficial para poder conocer qué es lo que dice sobre aquellos juegos, actividades y deportes, y cómo las habilidades motrices específicas pueden influir en el desarrollo y resultado de los mismos, además de qué bloques de contenidos, qué objetivos y qué criterios de evaluación están relacionados con este tema.

Esta propuesta tiene como objeto desarrollar algunos bloques de contenidos que el currículo oficial establece como más adecuados, para alcanzar las capacidades indicadas en los objetivos generales de Educación Física en Educación Primaria. Hay que aclarar que estos bloques de contenidos no constituyen un temario, no son unidades compartimentales que tengan sentido en sí mismas, sino que están profundamente interrelacionadas. Por este motivo, nosotros como maestros, deberemos manejar estos bloques de contenidos eligiendo según nuestro propio criterio los contenidos que consideremos adecuados para elaborar las unidades didácticas que queramos desarrollar.

Antes de analizar los bloques de contenidos relacionados con la temática de estudio “*las habilidades motrices específicas en el juego*”, me gustaría hacer una breve reflexión sobre cuatro temas de contenidos fundamentales en la Educación Física a los que se refiere este autor.

- ***Juego bueno***: El “juego bueno” es aquel que se adapta a los individuos, a sus singularidades y a sus necesidades. En él, el maestro pone en práctica los contenidos que se pretenden alcanzar, adaptándolos a sus intereses y actuaciones. La última característica es que se desarrolla en un plano sin existencia de riesgos o disputas.
- ***Habilidades***: El juego está ligado directamente con unas habilidades que intervendrán en el desarrollo de los mismos. Es importante que el alumno sea consciente de todas aquellas habilidades necesarias para progresar y poder aplicarlas a los diferentes juegos que las precisen. Lo bueno del juego es que en ocasiones puede ser utilizado como medio para trabajar las habilidades que veamos necesarias.

- **Estrategias:** El alumnado frecuentemente se basa en sus propias habilidades y cualidades para resolver los problemas lúdicos que surgen en el transcurso de los juegos. Como maestros debemos de guiarles para que den unas respuestas fundamentadas y bien estructuradas, aplicando estrategias tanto individuales como grupales.
- **Cultura lúdica:** Los juegos son el espejo que refleja la información de los contextos sobre los que se producen. Esta información debe ser analizada y procesada por los maestros para poder transmitirla dentro del contexto educativo.

#### 4.4. QUÉ RECOGE EL CURRÍCULO OFICIAL SOBRE LAS HABILIDADES MOTRICES EN EL JUEGO

*Las actividades dirigidas a la adquisición de las habilidades motrices requieren la capacidad de asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas. (BOE núm. 173 Viernes 20 julio 2007).*

Con apoyo del currículo oficial, examinaremos qué es lo que se dice de mi tema de estudio, las habilidades motrices específicas dentro del juego, sobre qué incide y sobre sus **bloques de contenidos**<sup>3</sup>:

- **Bloque 1: El cuerpo imagen y percepción:** Estos contenidos permiten que los alumnos puedan hacerse una imagen de sí mismos. La percepción del propio cuerpo, del entorno y el contexto del que les rodea no pueden darse de forma independiente. En función de lo que los alumnos perciban, condiciona el propio cuerpo para poder amoldarlo a las exigencias externas.
- **Bloque 2: Habilidades motrices:** En este bloque, los contenidos hacen referencia al desarrollo motor con base en las habilidades de coordinación y perceptivas de los propios alumnos. Trataremos de desarrollar aquellas habilidades básicas, las cuales desembocarán posteriormente en unas más específicas que incidirán directamente sobre el desarrollo del juego.

Resaltaremos a continuación el bloque de contenidos que más directamente está relacionado con el tema de estudio, las habilidades motrices específicas dentro del juego. Para poder jugar mejor debemos trabajar las habilidades motrices que pensemos precisas, por eso pensamos que es fundamental el bloque de contenidos que a continuación analizaremos y desglosaremos.

- **Bloque 5: Juegos y actividades deportivas:** Los juegos no son más que una forma organizada de la motricidad. Si lo miramos desde otro punto de vista, vemos que en los juegos existe una relación entre las capacidades físicas y

---

<sup>3</sup> BOE núm. 173 Viernes 20 julio 2007; *ORDEN ECI/2211/2007, de 12 de julio, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la Educación primaria.*

sociales de todos los individuos que participan en ellos, por eso podemos distinguir varios tipos de juegos: de habilidades deportivas, tradicionales, de cooperación/oposición, etc. Tenemos que tener en cuenta esta variedad, ya que deben estar presentes en todas las unidades didácticas que llevemos a cabo. El juego no sería nada de no ser por las habilidades motrices que desarrollamos dentro de los mismos, por eso es esencial que partamos de un enfoque técnico para que a la hora de jugar poder introducir todos aquellos aspectos motrices necesarios para el buen funcionamiento del juego.

En este bloque se hace especial mención a los tipos de juego y actividades deportivas, a su realización con o sin implementos y a las diversas modalidades y a su dificultad creciente y progresiva. Debido a esto podemos establecer una estrecha relación entre el juego y las habilidades, ya que el juego no es nada sin las habilidades motrices de las que se compone. Resaltaremos pues, el uso de implementos en el presente trabajo, ya que en los juegos que desarrollaremos con los alumnos deberán de aplicar una organización espacial en este tipo de juegos colectivos, adecuando además su propia posición corporal en función de las direcciones y trayectorias de los compañeros, de los adversarios y del propio móvil.

Otro aspecto relacionado con este bloque de contenidos sería la práctica de juegos y actividades deportivas dentro del medio natural para que los alumnos tomen conciencia tanto del respeto por el medio ambiente como en la propia percepción corporal y de las habilidades necesarias para el desarrollo de los juegos dependiendo del espacio donde se desarrollen los mismos.

Un punto fundamental será la aceptación de las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego para poder cumplir un código de juego limpio que será uno de los ejes fundamentales para el buen funcionamiento de los juegos. Aunque este trabajo se centre en el trabajo de las habilidades motrices específicas dentro del juego como soporte para un buen funcionamiento del mismo, no hay que olvidar que un buen juego debe de ser respetado desde todas estas perspectivas explicadas.

Para terminar resaltaremos también, la valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas así como el

aprecio de las mismas como medio de disfrute, de relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

En lo referente a los **objetivos, podemos señalar que la enseñanza de la Educación Física** en esta etapa tendrá como fin el desarrollo de las siguientes capacidades (BOE núm. 173 Viernes 20 julio 2007 31521):

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.
2. 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.
3. 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.
4. Regular y dosificar el esfuerzo, llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea.

Por último, analizaremos cuáles son los **criterios de evaluación** que el currículo considera pertinentes para el **tercer ciclo de Educación Primaria:**

1. Adaptar los desplazamientos y saltos a diferentes tipos de entornos que puedan ser desconocidos y presenten cierto grado de incertidumbre.  
Con este criterio se pretende evaluar la capacidad del alumnado de resolver problemas motores al *adaptar las habilidades a nuevas condiciones del entorno cada vez más complejas.*
2. *Lanzar, pasar y recibir pelotas u otros móviles, sin perder el control de los mismos en los juegos y actividades motrices que lo requieran,* con ajuste correcto a la situación en el terreno de juego, a las distancias y a las trayectorias. Es preciso comprobar el dominio en el manejo de objetos, pero sobre todo su utilización en situaciones de juego, es decir teniendo en cuenta a los compañeros de equipo y a los oponentes. Por ello, es importante observar la orientación del

cuerpo en función de la dirección del móvil. Deberá tenerse en cuenta también la capacidad de anticipación a trayectorias y la estimación de velocidades.

3. ***Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver unos retos tácticos elementales propios del juego colectivo*** o para oponerse a uno o varios adversarios, ya sea como atacante o como defensor.

Este criterio pretende evaluar las interacciones en situaciones de juego. Se trata de observar las acciones de ayuda y colaboración entre los miembros de un mismo equipo. Se observarán también acciones de oposición como la interceptación del móvil o dificultar el avance del oponente.

4. Mostrar conductas activas para incrementar globalmente la condición física, ajustando su actuación al ***conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento***, tanto en actividades escolares como de ocio.

Se observará el interés por mantener conductas activas que conduzcan a los alumnos y alumnas a la mejora de su condición física. Simultáneamente se observará si el alumnado ha desarrollado las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor. Para ello será necesario realizar sucesivas observaciones comparando los resultados y observando los progresos.

Todos estos aspectos analizados deberemos de tenerlos en cuenta a la hora de programar, llevar a cabo y evaluar las Unidades Didácticas que llevemos a cabo. Deberemos de atender tanto al progreso motriz de los alumnos como a los aspectos más teóricos que fundamentarán el trabajo de las habilidades motrices específicas.

# 5- PLANIFICACIÓN DE LA U.D: “MEJORA DE LAS HABILIDADES MOTRICES ESPECÍFICAS EN DESPLAZAMIENTOS, LANZAMIENTOS Y RECEPCIONES DE MÓVILES”

## 5.1. JUSTIFICACIÓN Y PRÓSITO

En la siguiente planificación trataremos de trabajar aquel aspecto que supone el eje central de este trabajo: **cómo trabajar unas habilidades motrices específicas para jugar mejor.** De esta manera, hemos **elegido un deporte : el frisbee** como medio para trabajar aquellos aspectos que suponemos esenciales en este tercer ciclo de primaria.

Comenzaremos diciendo, que el frisbee es un deporte que engloba una cantidad de habilidades motrices específicas muy elevada, siendo éstas que ser trabajadas para poder mejorar el juego en el que nos hemos estado refiriendo hasta el momento “El Ultimate”. Otro aspecto por el que decimos trabajar con este deporte es que no existe la figura mediadora del árbitro o juez, por lo que se trata de un juego en el que los propios jugadores deberán de ejercer de mediadores y en el que el juego limpio y la deportividad prevalecen sobre cualquier otro aspecto. Debido a estas características podemos deducir que se trabajarán de forma conjunta una serie de temas transversales muy adecuados para estas edades en las que el valor competitivo del juego va ganado mayor peso.

Podemos deducir entonces que la deportividad y el juego limpio fomentarán un clima de trabajo adecuado, sin olvidar que la competición persistirá pero de un modo en el que los jugadores respetarán tanto las normas como al resto de los jugadores.

Si analizamos el juego del frisbee desde un punto más técnico y práctico, vemos como nos permite poner en práctica, mejorar y perfeccionar un montón de habilidades genéricas (desplazamientos, giros, saltos, etc.) y específicas (tipos de lanzamientos,

tácticas, etc.) necesarias para el desarrollo del juego. Como ya sabemos, el frisbee consta de lanzamientos y recepciones entre otros aspectos motrices, de esta manera podremos decir que el saber lanzar está ligado a saber recepcionar. Pero debemos de tener en cuenta que no todos los individuos que saben lanzar también saben recepcionar y viceversa. Por eso, debemos de tener en cuenta las posibilidades de cada individuo y adecuar los objetivos a las competencias de cada individuo sin caer en la monotonía y el aburrimiento.

En consecuencia debemos de comprender la importancia que tiene la “técnica base” para que todos los individuos puedan disfrutar del juego e ir mejorando sus habilidades motrices. A la hora de planificar cualquier Unidad Didáctica, debemos de tener en cuenta que características pueden determinar el resultado del juego, en el caso del frisbee, la coordinación de los gestos corporales, la velocidad con la que lancemos el objeto, la precisión con la que alcance al objetivo, la distancia a la que se encuentre el objetivo... son aspectos que el profesorado deberá de tener muy en cuenta ya que serán unos instrumentos perfectos para trabajar las habilidades motrices específicas dentro del juego. Con los distintos juegos y actividades, los/las niños/as deberán de ser capaces de saltar y recepcionar, amagar y lanzar, girar e interceptar, etc., y gracias a ello descubrirán la importancia que tienen las habilidades motrices dentro del juego.

De esta forma no solo nos centraremos únicamente en el propio juego, sino que resaltaremos la importancia de utilizar las técnicas enseñadas por el profesor para que la propia actividad y a su vez el juego, vayan siendo cada vez más motivantes. Entonces, podemos afirmar que el frisbee posee un amplio abanico de acciones motrices. Hay autores que diferencian más de treinta acciones técnicas diferentes con el disco volador (diferentes recepciones, pases, lanzamientos, agarres, etc.), a lo que habría que añadir los desplazamientos, saltos, giros, etc., lo que desembocará en diferentes situaciones de juego y de una emotividad especial a la hora de jugar por equipos.

Consideramos que los niños y niñas de tercer ciclo, las habilidades de lanzamiento y recepción han adquirido un desarrollo que les permite disfrutar de juegos en los que éstas sean demandadas. Aun así, las diferencias entre unos y otros son grandes, y la inseguridad en el desarrollo de la habilidad en el juego es palpable. Pensamos que éste puede ser un momento crítico para trabajar y reforzar estas habilidades manipulativas posibilitando que los menos hábiles tomen confianza y los

más hábiles comiencen a probar nuevas técnicas afianzando en situaciones de presión emocional las ya adquiridas.

Para centrarles en las habilidades manipulativas, que pudieran progresar en ellas, tomar conciencia de su nivel de competencia y conocer cómo mejorar, elegimos el juego de “*El frisbee*”. Este tipo de juego supone una continuidad con los contenidos que hemos desarrollado en Unidades pasadas: “*Juegos motores que estimulan habilidades concretas*” (1º Quincena de Noviembre) y “*Elaboración y desarrollo de estrategias en el juego*” (2º Quincena de Noviembre), incluyendo ahora objetos, lo que aporta una nueva complejidad motriz, siendo la Unidad “*Mejorar las habilidades de desplazamientos, lanzamientos y recepciones de móviles*” en la que trabajaremos las habilidades motrices específicas las cuales permitirán a los niños explorar, disfrutar y mejorar sus habilidades manipulativas dentro del juego.

Nuestro propósito es encaminar a los individuos para que puedan llegar a conocer su nivel de habilidad motriz y cómo pueden llegar a mejorarla; su participación e implicación en el proceso de mejora de las habilidades ya adquiridas; que entiendan qué aspectos pueden ser determinantes dentro del juego (concentración, distancia del lanzamiento, tipo de recepción, tipo de agarre, forma de lanzar...) y la posibilidad de controlarlos; la práctica y refuerzo de aquellas técnicas y habilidades que más se adecuan a cada individuo; el respeto y la tolerancia por comprender y asimilar los diferentes niveles de habilidad propios y de los compañeros, así como la influencia de las posibilidades y limitaciones individuales en el juego de grupo (*Ultimate*).

## **5.2. CONTEXTUALIZACIÓN**

Esta programación didáctica está destinada para alumnos de tercer ciclo, más concretamente para aquellos que cursen 6º de E. Primaria. En un principio está diseñada para unos 20 niños, pudiendo variar el número de los mismos sin necesidad de que nuestros objetivos, nuestros contenidos o la propia metodología varíe lo más mínimo.

Debemos tener en cuenta que al tratarse de una programación, significa que no la hemos podido llevar a práctica, por lo que deberemos de atender a la diversidad entre los alumnos y a las diferencias que pueden aparecer en la asimilación de los aprendizajes por parte de los alumnos.

### **5.3. OBJETIVOS**

1. *Objetivos didácticos* a trabajar en la Unidad Didáctica:
  - a. Familiarizarse con el disco volador; iniciarse en las formas básicas de agarre, lanzamientos y recepciones.
  - b. Afianzar las habilidades motrices necesarias y las técnicas requeridas para mejorar los juegos utilizando el disco volador.
  - c. Experimentar los diferentes tipos de agarre, lanzamientos y recepciones.
  - d. Mejorar el control y dominio del disco.
  - e. Practicar juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes.
  - f. Fomentar la participación y la colaboración.
  - g. Desarrollar las destrezas y habilidades motrices específicas a través de la coordinación óculo-manual.
  - h. Respetar las propias posibilidades motrices así como las de sus compañeros.

### **5.4. CONTENIDOS**

1. *Conceptuales*:
  - a. El juego.
  - b. Normativa.
  - c. La coordinación óculo-manual.
  - d. La técnica en el juego.
  - e. Agarres, lanzamientos y recepciones
  
2. *Procedimentales*:
  - a. Las habilidades motrices específicas como medio para que los participantes mejoren su participación.
  - b. Propuesta de interrogantes y alternativas.
  - c. El juego como fuente de disfrute y reflejo de las habilidades adquiridas.
  - d. Experimentación y utilización de las habilidades motrices necesarias en diferentes situaciones y formas de juego.

- e. La importancia de las habilidades específicas como condicionante del juego.

3. **Actitudinales:**

- a. Valoración del juego como elemento de diversión y disfrute.
- b. Actitud favorable a la autosuperación y la autoexigencia sobre la base de la aceptación de las propias posibilidades y limitaciones.
- c. Desarrollo de actividades lúdicas no competitivas que motiven la cooperación.

## **5.5. TEMPORALIZACIÓN DE LAS SESIONES**

- 1º Sesión: *“Nos familiarizamos con el material”*
- 2º Sesión: *“Técnicas básicas de agarres, lanzamientos y recepciones”*
- 3º Sesión: *“Lanzamientos y recepciones”*
- 4º Sesión: *“Competición sobre las habilidades adquiridas”*
- 5º Sesión: *“Juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes”*
- 6º Sesión: *“Iniciación al juego del Ultimate”*

## **5.6. METODOLOGÍA**

Es importante que los propios alumnos sean los responsables de su proceso de enseñanza aprendizaje, con esto lo que queremos decir es que el profesor dejará a un lado los métodos de enseñanza tradicional, para acogerse a una metodología en la que los alumnos deberán de resolver los problemas planteados por el profesor. Este método, el aprendizaje por descubrimiento, será el medio ideal para que los niños pongan en práctica todo los contenidos enseñados por el profesor, pero aplicándolos a las distintas situaciones para resolver los problemas motrices planteados. En efecto, los alumnos irán descubriendo nuevas posibilidades de movimientos, las cuales favorecerán el trabajo de unas habilidades motrices específicas necesarias para mejorar el juego.

Todas las sesiones que llevaremos a cabo seguirán un mismo esquema de acción:

1. El profesor impartirá los conocimientos más técnicos como pueden ser:
  - Agarre: colocación de los dedos, angulación de muñeca y brazo, variedades posibles...
  - Posición: postura adoptada: piernas, cintura escapular, cintura pélvica...
  - Acción: movimiento del brazo lanzador, coordinación de los demás segmentos corporales, posición final, variaciones posibles...Explicará los contenidos que nos planteamos en cada una de las sesiones: tipos de lanzamientos y agarres, y la posición corporal en cada una de ellas
2. A continuación, les propondrá una serie de ejercicios o actividades para que los alumnos puedan poner en práctica lo aprendido. Los métodos que utilizaremos dependerán de los objetivos que nos hemos planteado al principio de la sesión. Así podremos utilizar juegos para que los alumnos pongan en práctica todo lo aprendido o utilizaremos ejercicios por parejas o pequeños grupos en el caso de que queramos perfeccionar algún aspecto más técnico.
3. El profesor reunirá a los alumnos para llevar a cabo las correcciones oportunas, y para debatir sobre las respuestas que los alumnos han dado a los problemas motrices planteados. Esta fase es imprescindible para que los alumnos compartan las experiencias y así puedan aprender unos de otros.
4. Llevaremos a cabo un juego final en el que pondrán en práctica todo lo aprendido en la sesión. Es importante que el profesor observe detenidamente si los alumnos aplican aquellas soluciones motrices que anteriormente descubrieron.
5. Por último, y no por ello menos importante, reuniremos al grupo para poner en común aquellos aspectos que les parecieron más relevantes a los alumnos, y determinaremos si los objetivos propuestos se han cumplido, y de qué manera.

En cuanto a las seis sesiones que en esta Unidad Didáctica se presentan, cabe destacar, que todas ellas siguen la misma estructura, quedando reflejados: los objetivos didácticos, contenidos: conceptuales, procedimentales y actitudinales; previsiones para

la práctica, recursos materiales e instalaciones y las actividades a realizar, con el tiempo correspondiente. Las sesiones constan de:

- Fase inicial: la cual se desarrollará a través de un calentamiento dinámico o de un juego vivificante para calentar todas las partes del cuerpo.
- Fase principal: es donde se llevarán a cabo las actividades que nos llevarán a conseguir los objetivos planteados para cada sesión.
- Fase Final: se llevará a cabo recogiendo el material utilizado en la sesión y preguntando al alumnado por las sensaciones que les ha despertado la práctica.

## 5.7. EVALUACIÓN

Los *criterios de evaluación* seleccionados para esta Unidad Didáctica son:

- *Recibir el disco tanto de forma estática como en movimiento.*
- *Levar a cabo los diferentes tipos de lanzamientos: de revés, de derecha, de espalda y entre las piernas.*
- *Mostrar que conoce los diferentes tipos de agarres y saber utilizarlos en función del tipo de lanzamiento que se pretenda utilizar: de revés, en uve, de pulgar e invertido.*
- *Aplicar las nuevas habilidades específicas y aplicarlas al juego.*
- *Mejorar aquellas habilidades ya conocidas y practicar las nuevas para satisfacer las exigencias del juego.*
- *Observar como el juego mejora en la medida que vamos aplicando las nuevas habilidades específicas.*
- *Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver unos retos tácticos elementales propios del juego colectivo.*
- *Mostrar conductas activas para incrementar globalmente la condición física, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento*

Durante esta unidad didáctica, la evaluación del proceso de aprendizaje se llevará a cabo de la siguiente manera:

1. ***Evaluación inicial:*** nos será muy útil para conocer cuál es el punto de partida de los alumnos y cuáles son las capacidades y habilidades motrices que ya poseen.
2. ***Evaluación formativa:*** que se llevará a cabo durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Gracias a ella podremos observar el desarrollo motor de los alumnos, veremos si los objetivos planteados se van consiguiendo, o si los alumnos precisan de alguna ayuda.
3. ***Evaluación final:*** con ella podremos evaluar qué objetivos se consiguieron y cuales no al final de la Unidad Didáctica.

La evaluación que llevaremos a cabo se realizará a través de los siguientes recursos:

- La observación directa, por la cual veremos la progresión diaria de todos los alumnos, sus puntos fuertes y sus limitaciones.
- Diario de clase, donde recogeremos toda la información perteneciente al desarrollo de las aulas.
- Lista de control, en la que apuntaremos con breves frases los aspectos positivos y negativos de cada uno de los alumno en cada una de las sesiones.

## 5.8. PLANIFICACIÓN DE LAS LECCIONES

<b>Título de la sesión:</b> “ <i>Nos familiarizamos con el material</i> ” <b>Curso:</b> 6°		<b>Ciclo:</b> 3°
<b>Nº de alumnos:</b> 20 alumnos.		<b>Nº Sesión:</b> 1ª Sesión.
<b>Objetivos de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Familiarizarse con el disco volador; iniciarse en las formas básicas de agarre, lanzamientos y recepciones.</li> <li>• Afianzar las habilidades motrices necesarias y las técnicas requeridas para mejorar los juegos utilizando el disco volador.</li> <li>• Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.</li> </ul>		
<b>Contenidos conceptuales:</b> - Conocimiento del agarre básico, el lanzamiento normal y de revés y la recepción con una o ambas manos.	<b>Contenidos procedimentales:</b> - Lanzamiento del disco con la mano hábil de forma normal y de revés. - Agarre básico del disco volador. - Recepción del disco volador con una y con las dos manos.	<b>Contenidos actitudinales:</b> - Participación, interés e implicación en las actividades propuestas. - Respeto por los compañeros y por las normas del juego.
<b>Previsiones para la regulación de la práctica:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nos aseguraremos que en la pizarra estén bien definidos los aspectos que regularán las prácticas.</li> <li>➤ Todos los materiales deberán estar colocados de forma ordenada en el gimnasio en todas las lecciones.</li> <li>➤ Las sesiones seguirán una progresión didáctica ascendente respecto a la dificultad de las tareas.</li> </ul>		
<b>Recursos materiales e instalaciones:</b> 20 Frisbees, 12 aros, 40 conos		
<b>Descripción de la actividad</b>		<b>Esquema de la actividad</b>
<b>Fase inicial</b> Llevaremos a cabo un calentamiento específico que constará de los siguientes ejercicios:		10' Gran grupo.

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejercicios de movilidad articular y estiramiento de los segmentos corporales.</li> <li>- Llevaremos a cabo un juego de calentamiento:</li> </ul> <p>“<i>Corre que te doy</i>”: Primero escogeremos a tres alumnos que serán los que se la queden. El juego consiste en que estos tres tendrán que lanzar el disco volador entre ellos y tratar de que éste contacte con un jugador. Si el disco toca a un jugador, deberá de permanecer quieto en el sitio e intentar capturar algún pase, si lo consigue podrá pasárselo a otro compañero que también esté pillado y así sucesivamente hasta que el disco caiga al suelo o lo intercepte un pillador. Estos jugadores se salvarán.</p>	
<p><b>Fase principal:</b></p> <p><i>Explicamos los dos tipos de lanzamientos: el normal y el de revés, el agarre básico y la recepción con una y dos manos.</i></p> <p>Una vez llevado a cabo la pequeña explicación pasaremos a explicar las diferentes tareas:</p> <p>1. Por parejas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se pasarán el disco volador de forma libre (lanzamiento normal y de revés) con la mano hábil, y a una distancia de unos 5 metros.</li> <li>• Utilizarán la mano menos hábil para pasar el frisbee, conservando la misma distancia o haciéndola más corta si fuese necesario.</li> <li>• Ampliaremos la distancia y utilizaremos los aros para que los jugadores tengan que realizar los lanzamientos y recepciones dentro de éste.</li> <li>• Se cambiarán los aros por conos, que estarán colocados a ambos lados de los jugadores. Lo que deberán de hacer es recibir el disco y rápidamente acudir a uno de los conos para realizar un lanzamiento en movimiento. Cada vez que lancen cambiarán de cono.</li> <li>• Conservando la distancia se les entregará a cada pareja otro disco y deberán de pasárselo simultáneamente.</li> <li>• Uno de la pareja lanza los dos discos, y el compañero los recibe uno con cada mano.</li> </ul>	<p>30' Por parejas.</p>

<p>2. Por cuartetos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2x2. Con un frisbee, una pareja se enfrentará a la otra. El objetivo es realizar el mayor número de pases sin que el frisbee sea interceptado o caiga al suelo, si es así cambiará la posesión del mismo. <i>(Importante: recordaremos a los alumnos la importancia de realizar fintas, desmarques, amagos...)</i></li> </ul>	<p>15' Grupos de 4 personas, 2x2.</p>
<p><b>Fase final</b></p> <p>Realizaremos en grupo una breve reflexión de la sesión. Les indicaremos todos aquellos aspectos que hemos podido observar durante la clase, repasaremos los fallos, corregiremos aquellos aspectos técnicos y posturales que puedan ser condicionantes a la hora de jugar y les pediremos opinión sobre el funcionamiento de las actividades y del juego. Al terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al vestuario en dónde se cambiarán de calzado y hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión.</p>	<p>5' Gran grupo.</p>

<b>Título de la sesión:</b> “ <i>Técnicas básicas de agarres, lanzamientos y recepciones</i> ” <b>Curso:</b> 6° <b>Ciclo:</b> 3°		
<b>N° de alumnos:</b> 20 alumnos.		<b>N° Sesión:</b> 2ª Sesión.
<b>Objetivos de la sesión:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentar los diferentes tipos de agarre: en uve, de pulgar, invertido y normal de revés.</li> <li>• Experimentar diferentes tipos de recepciones: por detrás de la espalda, por debajo de las piernas...</li> <li>• Mejorar el control y dominio del disco.</li> <li>• Practicar los lanzamientos flotantes y los de trayectoria curvilínea.</li> <li>• Perfeccionar los lanzamientos y recepciones.</li> <li>• Mejorar la puntería y coordinación con el disco volador.</li> <li>• Participar activamente en las actividades mostrando una buena actitud y disposición.</li> </ul>		
<b>Contenidos conceptuales:</b>	<b>Contenidos procedimentales:</b>	<b>Contenidos actitudinales:</b>
<p>- Conocimiento de los agarres: en uve, de pulgar, invertido y en pinza.</p> <p>- La técnica como medio para mejorar los juegos y rendimiento en las actividades.</p>	<p>- Lanzamiento flotante y de curvatura rectilínea del disco con la mano hábil de forma normal y de revés.</p> <p>- La puntería y la coordinación a la hora de aplicarlos a determinados juegos y actividades que requieran de ello.</p>	<p>- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.</p> <p>- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.</p>
<b>Previsiones para la regulación de la práctica:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nos aseguraremos que en la pizarra estén bien definidos los aspectos que regularán las prácticas.</li> <li>➤ Todos los materiales deberán estar colocados de forma ordenada en el gimnasio en todas las lecciones.</li> <li>➤ Las sesiones seguirán una progresión didáctica ascendente respecto a la dificultad de las tareas.</li> </ul>		
<b>Recursos materiales e instalaciones:</b>		
20 Frisbees, 40 conos y 1 Disco blando.		
<b>Descripción de la actividad</b>		<b>Esquema de la actividad</b>

<p><b>Fase inicial</b></p> <p>Llevaremos a cabo un calentamiento específico que constará de los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ejercicios de movilidad articular y estiramiento de los segmentos corporales.</li> <li>– Realizaremos una dinámica de calentamiento:</li> </ul> <p>El profesor explicará que los alumnos se deberán de colocar esparcidos por el espacio con un frisbee cada uno. A la señal del profesor, los alumnos caminarán por el espacio evitando chocarse unos con otros y realizando los movimientos que diga y ejemplifique el profesor: lanzar disco hacia arriba (primero con la mano hábil y después con la menos hábil), lanzarlo en forma de boomerang para que vuelva, desplazarse con el disco sobre el dedo índice...</p>	<p>10' Gran grupo.</p>
<p><b>Fase principal:</b></p> <p><i>Explicamos los tipos de agarre: en uve, de pulgar, invertido y normal de revés; así como los lanzamientos flotantes y los de trayectoria curvilínea.</i></p> <p>Una vez llevado a cabo la pequeña explicación pasaremos a explicar las diferentes tareas:</p> <p>3. Por parejas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se pasarán el disco volador de forma libre (lanzamiento normal y de revés. Incluiremos el flotante). Esta vez los alumnos tendrán que moverse por un espacio rectangular de unos 8 metros de largo por 3 de ancho, delimitado por 4 conos.</li> <li>• Utilizarán recepciones libres, pero el profesor realizará una intervención por cada pareja para darles ideas sobre recepciones imaginativas.</li> <li>• Ahora realizarán lanzamientos flotantes de forma individual e intentarán capturarlo antes de que caiga al suelo.</li> <li>• Con las mismas parejas se les dará un aro que colocarán en uno de los extremos de su campo para desde el otro lado intentar lanzar el disco y que éste quede lo más cerca de él o incluso introducirlo.</li> </ul>	<p>15' Por parejas y de forma individual.</p>

<p>4. Juegos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “<i>Pasar la barrera</i>”: Se divide a la clase en dos grupos, uno en cada mitad del campo del que disponemos. Cada grupo se subdivide en dos filas; una se dispone junto a la línea central y se encargará de lanzar los discos hacia la línea de fondo, donde se encuentra la otra fila, que trata de que no la rebasen los discos. A la señal del profesor se cambiarán los roles.</li> <li>• “Los 10 pases”: Se dividirá a la clase en dos grupos. Lo que tendrán que hacer es pasarse el frisbee entre los miembros del equipo sin que caiga al suelo o sea interceptado por el equipo contrario. Si lo consiguen obtendrán 1 Punto. <i>(Importante: les repetiremos la importancia de realizar fintas, desmarques, amagos...)</i></li> </ul>	<p>15’ Pequeños grupos y gran grupo.</p> <p>15’ Pequeños grupos y gran grupo.</p>
<p><b>Fase final</b></p> <p>Realizaremos en grupo una breve reflexión de la sesión. Repasaremos los tipos de agarres practicados hoy y analizaremos su eficacia en las distintas situaciones del juego. Al terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado durante la sesión, después se dirigirán al vestuario en donde se cambiarán de calzado y hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión.</p>	<p>5’ Gran grupo.</p>

<b>Título de la sesión:</b> “Lanzamientos y recepciones”		<b>Curso:</b> 6°	<b>Ciclo:</b> 3°
<b>N° de alumnos:</b> 20 alumnos.		<b>N° Sesión:</b> 3ª Sesión.	
<b>Objetivos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar el control y dominio del disco volador.</li> <li>• Perfeccionamiento de los lanzamientos de pulgar, en uve y en vertical.</li> <li>• Poner en práctica las técnicas de lanzamientos y recepciones así como el análisis de las habilidades motrices específicas requeridas en las diferentes tareas.</li> <li>• Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.</li> </ul>			
<b>Contenidos conceptuales:</b>	<b>Contenidos procedimentales:</b>	<b>Contenidos actitudinales:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento de los lanzamientos de pulgar, en uve y en vertical.</li> <li>- Desarrollo de actividades lúdicas no competitivas que motiven la cooperación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanzamiento de pulgar, en uve y en vertical.</li> <li>- Exploración y utilización de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.</li> <li>- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.</li> <li>- Valoración del juego como medio para mejorar sus habilidades motrices, su relación con los demás y como elemento de diversión.</li> </ul>	
<b>Previsiones para la regulación de la práctica:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nos aseguraremos que en la pizarra estén bien definidos los aspectos que regularán las prácticas.</li> <li>➤ Todos los materiales deberán estar colocados de forma ordenada en el gimnasio en todas las lecciones.</li> <li>➤ Las sesiones seguirán una progresión didáctica ascendente respecto a la dificultad de las tareas.</li> </ul>			
<b>Recursos materiales e instalaciones:</b>			
20 Frisbees, 12 aros, 20 ladrillos de plástico y 20 pañuelos.			

Descripción de la actividad	Esquema de la actividad
<p><b>Fase inicial</b></p> <p>Llevaremos a cabo un calentamiento específico que constará de los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ejercicios de movilidad articular y estiramiento de los segmentos corporales.</li> <li>– Realizaremos un juego de calentamiento:</li> </ul> <p>“<i>Atrapa la cola</i>”: El juego consiste en que cada jugador tiene una cola (un pañuelo colocado en la parte de atrás) y lo que deberá hacer es robar la cola de los demás. Cuando un jugador consiga una se parará y se colocará la nueva cola, mientras tanto ningún jugador podrá robarle las suyas. <i>(Este juego le realizamos para que los alumnos practiquen los cambios de ritmo, la fintas, los amagos y demás habilidades motrices específicas que serán necesarias para las posteriores sesiones)</i></p>	<p>10’ Gran grupo.</p>
<p><b>Fase principal:</b></p> <p><i>Explicamos los dos tipos de lanzamientos en uve, de pulgar y en vertical.</i></p> <p>Una vez llevado a cabo la pequeña explicación pasaremos a explicar las diferentes tareas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Por parejas: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se pasarán el disco en lo ancho del espacio de juego, unos 15 metros. A la señal del profesor deberán de realizar los lanzamientos en uve, de pulgar y en vertical.</li> <li>• Los jugadores realizarán lanzamientos de precisión. Dispuestos en fila, frente a cada uno, a 6 m, habrá un aro grande colocado sobre un ladrillo, de forma que se mantenga de pie. Los jugadores realizarán varios intentos tratando de pasar el disco entre el aro. El profesor colocará más aros a diferentes distancias y en diferentes ángulos para aumentar la dificultad del ejercicio.</li> </ul> </li> <li>2. Por tríos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se colocarán dos jugadores en los extremos y otro en el medio. Los</li> </ul> </li> </ol>	<p>15’ Por parejas.</p> <p>15’ Por tríos.</p>

<p>jugadores de los extremos intentarán acertar al jugador que se encuentra en el medio. Para evitar golpes innecesarios, los jugadores de los extremos se colocarán a una distancia separada de 6 metros. El jugador del medio pondrá en práctica las habilidades motrices necesarios para eludir los lanzamientos.</p> <p>3. Juegos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “<i>Disco contacto</i>”. Se dividirá al grupo en dos subgrupos, cada uno en un campo que tendrá el tamaño del de baloncesto o la mitad del campo de fútbol sala. Habrá un disco para cada grupo. Los jugadores se repartirán por el terreno, mientras que dos van pasándose el disco al tiempo que se acercan a los demás y tratan de tocarlos con el disco, que estará sujeto con la mano en el momento del contacto. El que sea tocado ayudará a los dos anteriores y así hasta que todos sean tocados. El ganador será el último en ser tocado. No se puede lanzar el disco para tocar a los jugadores que no han sido alcanzados; hay que tocarle con el disco cogido, se puede correr con el disco en la mano persiguiendo a algún jugador un máximo de dos o tres pasos o metros.</li> </ul>	<p>15’ En gran grupo.</p>
<p><b>Fase final</b></p> <p>Realizaremos en grupo una breve reflexión de la sesión. Al terminar la sesión haremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que hayan sido utilizados durante la sesión y posteriormente se dirigirán al vestuario en donde se cambiarán de calzado y hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión.</p>	<p>5’ Gran grupo.</p>

<b>Título de la sesión:</b> “Competición sobre las habilidades adquiridas” <b>Curso:</b> 6° <b>Ciclo:</b> 3°		
<b>N° de alumnos:</b> 20 alumnos. <b>N° Sesión:</b> 4ª Sesión.		
<b>Objetivos de la sesión:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar competencias con juegos individuales para que los alumnos puedan disfrutar de los aprendizajes conseguidos de forma recreativa y comprueben sus posibilidades para ocupar su tiempo de ocio.</li> <li>• Poner en práctica todas las habilidades motrices trabajadas en la realización de los juegos.</li> <li>• Conocer y respetar las normas de seguridad para los juegos colectivos reglados.</li> <li>• Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.</li> </ul>		
<b>Contenidos conceptuales:</b>	<b>Contenidos procedimentales:</b>	<b>Contenidos actitudinales:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los juegos individuales como medio de disfrute.</li> <li>- Las habilidades motrices específicas como forma de mejorar los lanzamientos y recepciones y como medio para lograr la victoria en los juegos colectivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experimentación y utilización de las habilidades motrices necesarias en diferentes situaciones y formas de juego.</li> <li>- Exploración y utilización de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo.</li> <li>- Aplicación de las normas y reglas en los juegos colectivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.</li> <li>- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.</li> <li>- Valoración del juego como medio para mejorar sus habilidades motrices, su relación con los demás y como elemento de diversión.</li> </ul>
<b>Previsiones para la regulación de la práctica:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nos aseguraremos que en la pizarra estén bien definidos los aspectos que regularán las prácticas.</li> <li>➤ Todos los materiales deberán estar colocados de forma ordenada en el gimnasio en todas las lecciones.</li> <li>➤ Las sesiones seguirán una progresión didáctica ascendente respecto a la dificultad de las tareas.</li> </ul>		
<b>Recursos materiales e instalaciones:</b>		

20 Frisbees, 1 cronómetro y 1 cinta métrica.	
<b>Descripción de la actividad</b>	<b>Esquema de la actividad</b>
<p><b>Fase inicial</b></p> <p>Llevaremos a cabo un calentamiento específico que constará de los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ejercicios de movilidad articular y estiramiento de los segmentos corporales.</li> </ul> <p>Explicaremos a los alumnos que la sesión de hoy va a constar de una serie de juegos para poner a prueba todo lo aprendido. Haremos hincapié que aunque se trate de una competición, no debemos de olvidar que ante todo prima la colaboración y el respeto, así como la cooperación y sobre todo el compañerismo.</p>	10' Gran grupo.
<p><b>Fase principal:</b></p> <p>La competición constará de diferentes pruebas y retos para que los alumnos practiquen todo lo aprendido y además lleven a cabo una autoevaluación de sus resultados, así como de los aspectos que deben mejorar.</p> <p>Dividiremos a la clase en 4 grupos de 5 personas; cada uno de los cuales se dirigirá a una de las siguientes estaciones. A la señal del profesor los grupos rotarán y pasarán a la siguiente prueba.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Concurso de distancia.</b> Se trata de lanzar el disco lo más lejos posible. Se realiza desde un lugar señalizado, en un espacio lo suficientemente amplio para que la trayectoria del vuelo no encuentre obstáculos. Cada jugador tendrá oportunidad de realizar cuatro lanzamientos; al final se tomará la distancia del mejor de ellos, medida en metros y centímetros.</li> <li>– <b>Concurso de máximo tiempo en el aire.</b> Se lanza el disco para que permanezca en el aire el mayor tiempo posible antes de cogerlo el mismo jugador que lo tiró. Cada uno dispondrá de 5 oportunidades. La captura será válida cuando se recoja el disco con una mano antes de que toque el suelo. Se comenzará a cronometrar el tiempo desde el momento en que se suelta el disco.</li> <li>– <b>Concurso de puntería.</b> En una de las porterías de fútbol sala colgaremos unos</li> </ul>	45' Pequeños grupos y gran grupo.

<p>aros en las escuadras y colocaremos un cono encima del larguero. A una distancia de unos 7 metros se colocarán los jugadores. Cada jugador tendrá 8 lanzamientos para intentar acertar al cono o introducir el disco dentro del aro. Si acierta al cono obtendrá 3 puntos, en los aros 2 puntos y si únicamente logra meter el disco en la portería 1 punto.</p> <p>– <b>Concurso de pase y recepción:</b> Los alumno se colocarán por parejas, a una distancia separada de unos 12 metros, y realizarán 10 pases cada uno. Deberán de ejecutar lanzamientos en: uve, de pulgar, de revés... Si realizan correctamente un pase de esta manera obtendrán 2 puntos, pero si los realizan correctamente y con la mano menos hábil obtendrán 3 puntos por cada lanzamiento válido. Las recepciones se recompensarán de una manera similar. Si realizan una recepción por debajo de las piernas o por detrás de la cintura obtendrán 2 puntos, y si lo realizan de la misma manera pero con la mano menos hábil obtendrán 3.</p>	
<p><b>Fase final</b></p> <p>El profesor recogerá las fichas de autoevaluación (Ficha 2). Preguntaremos a los alumnos por los resultados obtenidos y pediremos opinión sobre el transcurso de la actividad y las técnicas de ejecución. Seguidamente realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado durante la sesión. Por último se dirigirán al vestuario en donde se cambiarán de calzado y hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión.</p>	<p>5' Gran grupo.</p>

**Título de la sesión:** “*Juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes*” **Curso:** 6° **Ciclo:** 3°

**N° de alumnos:** 20 alumnos.

**N° Sesión:** 5ª Sesión.

**Objetivos de la sesión:**

- Mejorar el control y dominio del disco volador.
- Mejora de las técnicas básicas de agarre, lanzamientos y recepciones.
- Practicar juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes.
- Poner en práctica las habilidades motrices específicas en las diferentes tareas.
- Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.

**Contenidos conceptuales:**

- El juego como medio de aprendizaje.
- Las habilidades motrices específicas como forma de mejorar los lanzamientos y recepciones.

**Contenidos procedimentales:**

- Experimentación y utilización de las habilidades básicas en diferentes situaciones y formas de juego.
- Exploración y utilización de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo.

**Contenidos actitudinales:**

- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.
- Valoración del juego como medio para mejorar sus habilidades motrices, su relación con los demás y como elemento de diversión.

**Previsiones para la regulación de la práctica:**

- Nos aseguraremos que en la pizarra estén bien definidos los aspectos que regularán las prácticas.
- Todos los materiales deberán estar colocados de forma ordenada en el gimnasio en todas las lecciones.
- Las sesiones seguirán una progresión didáctica ascendente respecto a la dificultad de las tareas.

**Recursos materiales e instalaciones:**

20 Frisbees, 12 aros y 1 disco blando.

Descripción de la actividad	Esquema de la actividad
<b>Fase inicial</b>	10' Gran

<p>Llevaremos a cabo un calentamiento específico que constará de los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ejercicios de movilidad articular y estiramiento de los segmentos corporales.</li> <li>– Realizaremos un juego de calentamiento:</li> </ul> <p><i>“Fútbol sin balón”</i>: Primero dividiremos a la clase en dos grupos. Utilizaremos <math>\frac{3}{4}</math> partes de la cancha de fútbol sala, y cada grupo se colocará en una mitad. El juego consiste en que para meter un gol, hay que introducirse en la portería del equipo contrario. Cuando el jugador que ataca está en campo del equipo contrario, si es tocado por un defensor contrario, debe permanecer parado y no se podrá mover hasta que uno de su propio equipo le toque. <i>(Este juego le realizamos para que los alumnos practiquen los cambios de ritmo, la fintas, los amagos y demás habilidades motrices específicas que serán necesarias para las posteriores sesiones)</i></p>	<p>grupo.</p>
<p><b>Fase principal:</b></p> <p><i>Explicamos brevemente en qué consistirá la sesión de hoy: mejora del agarre, lanzamientos y recepciones.</i></p> <p>Una vez llevado a cabo la pequeña explicación pasaremos a explicar las diferentes tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Por parejas, uno frente al otro, con un disco. Repasarán los diversos tipos de lanzamientos de revés y de derecha ya practicados, y las formas de recepción ya ejercitadas.</li> <li>– Por parejas, realizarán lanzamientos entre las piernas y de espaldas.</li> <li>– En grupos de seis, cada uno se colocará dentro de un aro, en disposición circular; se pasarán el disco entre ellos, mientras que uno que permanece en el centro, sin aro, trata de interceptar algún pase, si lo consigue ocupa el puesto del lanzador que ha fallado, pasando éste al centro.</li> <li>– Juego: <i>“Disco mate”</i>. Se establecerán dos grupos. Divididos en dos equipos, cada grupo con un disco se colocará en la mitad del campo de fútbol sala con una línea central que lo dividirá en dos mitades iguales. Tras las líneas de fondo habrá una zona, el cementerio. Cada equipo se colocará en una de las</li> </ul>	<p>15’ Por parejas y en grupos de seis.</p> <p>15’ Gran grupo. Dos</p>

<p>mitades del campo y un jugador se situará en el cementerio opuesto a su campo. Un equipo lanzará el disco contra el equipo contrario tratando de tocar a alguno de sus integrantes, si lo consigue estará muerto y tendrá que pasar al cementerio, desde donde intentará matar a los del otro equipo o pasará a sus compañeros. Se trata de matar a los del otro equipo lanzando el disco contra ellos, que podrán esquivarlo o cogerlo al vuelo. Si alguien sale fuera de su campo quedará muerto. El disco deberá tocar directamente al jugador y después caer al suelo, no quedará muerto si antes de caer lo coge un compañero. Si un muerto consigue matar a un adversario, obtendrá una vida, quedará libre y volverá a su terreno de juego. <i>(Importante señalar la importancia de las habilidades motrices que determinarán el resultado del juego: amagos, fintas, giros, saltos, cambios de velocidad...)</i></p> <p>– Juego: “Los diez pases”. Volveremos a jugar a este juego para mejorar las habilidades que ya trabajamos en la sesión anterior. Habrá dos equipos, y se pasarán el disco tratando de efectuar diez pases seguidos entre los miembros del mismo equipo, mientras que los contrarios intentan evitarlo. Los diez pases han de ser seguidos; no se puede quitar el disco de las manos de un jugador. No se puede correr con el disco en la mano. Si se comete falta, obtendrá la posesión del disco el otro equipo y comenzará la cuenta nuevamente. <i>(Importante: recordaremos a los jugadores la finalidad de las habilidades que se desarrollan durante el juego y señalaremos la importancia de las habilidades motrices que determinarán el resultado del juego: amagos, fintas, giros, saltos, cambios de velocidad...)</i></p>	<p>equipos.</p> <p>15’ Gran grupo. Dos equipos.</p>
<p><b>Fase final</b></p> <p>Realizaremos en grupo una breve reflexión de la sesión. Al terminar la práctica realizaremos unos estiramientos y los alumnos recogerán los materiales que hayan utilizado durante la sesión. Por último se dirigirán al vestuario en donde se cambiarán de calzado y hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión.</p>	<p>5’ Gran grupo.</p>

<b>Título de la sesión:</b> “Iniciación al juego del Ultimate”		<b>Curso:</b> 6°	<b>Ciclo:</b> 3°
<b>N° de alumnos:</b> 20 alumnos.		<b>N° Sesión:</b> 6ª Sesión.	
<b>Objetivos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Practicar juegos que faciliten la aplicación de los aprendizajes adquiridos.</li> <li>• Conocer algunos juegos colectivos de frisbee reglados: el Ultimate.</li> <li>• Conocer y respetar las normas de seguridad para los juegos colectivos reglados.</li> <li>• Poner en práctica las habilidades motrices específicas en las diferentes tareas.</li> <li>• Participar activamente en los juegos y actividades propuestas.</li> </ul>			
<b>Contenidos conceptuales:</b>	<b>Contenidos procedimentales:</b>	<b>Contenidos actitudinales:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las normas de los juegos colectivos reglados: el Ultimate.</li> <li>- Las habilidades motrices específicas como forma de mejorar los lanzamientos y recepciones y como medio para lograr la victoria en los juegos colectivos.</li> <li>- Las acciones de colaboración-oposición.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experimentación y utilización de las habilidades motrices necesarias en diferentes situaciones y formas de juego.</li> <li>- Exploración y utilización de sus potencialidades de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo.</li> <li>- Aplicación de las normas y reglas en los juegos colectivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación, interés e implicación en las actividades propuestas.</li> <li>- Respeto por los compañeros y por las normas del juego.</li> <li>- Valoración del juego como medio para mejorar sus habilidades motrices, su relación con los demás y como elemento de diversión.</li> </ul>	
<b>Previsiones para la regulación de la práctica:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nos aseguraremos que en la pizarra estén bien definidos los aspectos que regularán las prácticas.</li> <li>➤ Todos los materiales deberán estar colocados de forma ordenada en el gimnasio en todas las lecciones.</li> <li>➤ Las sesiones seguirán una progresión didáctica ascendente respecto a la dificultad de las tareas.</li> </ul>			
<b>Recursos materiales e instalaciones:</b>			
20 Frisbees, y 1 disco blando.			

Descripción de la actividad	Esquema de la actividad
<p><b>Fase inicial</b></p> <p>Llevaremos a cabo un calentamiento específico que constar de los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ejercicios de movilidad articular y estiramiento de los segmentos corporales.</li> <li>– Realizaremos un juego de calentamiento:</li> </ul> <p>“<i>El dao</i>”. Toda la clase se distribuirá por la mitad de un campo de fútbol sala. Un jugador será el lanzador, que con un disco blando o de goma, tratará de alcanzar a los demás. Cuando esté en posesión del disco no podrá correr, solo cuando vaya a recogerlo tras un fallo. Si acierta y golpea a un jugador, se la quedará este también.</p> <p>Explicaremos a los alumnos en qué va a consistir la sesión de hoy. Con ayuda de la pizarra repasaremos las normas en el juego del <i>Ultimate</i>, y llevaremos a cabo una reflexión sobre los aspectos técnicos trabajados en sesiones pasadas y que nos pueden ser útiles a la hora de mejorar el juego.</p>	<p>10’ Gran grupo.</p>
<p><b>Fase principal:</b></p> <p><i>Explicamos en que consiste el juego del Ultimate.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Juego: “<i>Ultimate</i>”. Lo primero es adaptar el juego al contexto escolar, para ello las dimensiones del campo serán las de una pista de balonmano, con unas líneas de gol, paralelas a las de fondo a 4 ó 5 metros, aunque también pueden servir las de las áreas. Se enfrentarán dos equipos con un disco, cuyo objetivo es, mediante pases, recibir el disco en la zona de gol del campo contrario. El equipo contrario tratará de interceptar un pase y convertirse en equipo atacante. Con este juego se pretende poner en práctica todo lo aprendido en las sesiones anteriores. <i>(Importante: recordaremos a los jugadores la finalidad de las habilidades que se desarrollan durante el juego y señalaremos la importancia de las habilidades motrices (amagos, fintas, giros, saltos, cambios de velocidad...) y técnicas de agarre y lanzamientos que determinarán el resultado del juego).</i></li> </ul>	<p>45’ Pequeños grupos y gran grupo.</p>

**Fase final**

Les entregaremos a los alumnos la ficha 1 para que la rellenen. Al terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado durante la sesión. Al final se dirigirán al vestuario en donde se cambiarán de calzado y hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión.

5' Gran grupo.

## 6-CONCLUSIONES

A través de este trabajo he sido consciente de lo verdaderamente importante que es el juego dentro del contexto educativo y de cómo las habilidades motrices pueden variar el resultado del mismo en función de la mejora de la participación de los participantes dentro del juego, haciendo que sea más atractivo y motivante para el alumnado. He podido llegar a esta conclusión haciéndome consciente en cómo se desarrollan las prácticas educativas a las que he tenido acceso durante toda mi etapa universitaria.

Este trabajo pretendía no solo plasmar unos conocimientos en cuanto a investigación, propuesta, desarrollo y evaluación sobre un tema determinado, sino que aprendiese a afrontar un reto como es el de exponer, de una manera lógica, razonada y razonable mis ideas acerca de la **influencia de las habilidades motrices específicas en el juego**. Ha sido gratificante ver cómo, poco a poco, este trabajo ha ido tomando forma intentando escoger los mejores contenidos para exponer unas ideas acerca de este tema y poder dar otro punto de vista sobre unos contenidos del que hoy en día hay bastante documentación. Al comenzar con esta propuesta las personas que me preguntaban no sabían exactamente en qué consistía mi planteamiento del trabajo fin de grado, pero al concluirle, aquellas que lo han leído han podido comprender la importancia que tiene el juego como medio de disfrute y como fin en el que se pueden trabajar diferentes contenidos, en mi caso las habilidades motrices específicas.

Al finalizar este trabajo he sido consciente de que todo el tiempo invertido en su realización me ha servido para experimentar cómo se pueden sentir los profesores que deben de planificar temas de trabajo y en concreto Unidades Didácticas durante un año lectivo. Aunque haya desarrollado una sola programación, me he dado cuenta de todo el trabajo que hay detrás de todos los maestros/as, y en especial detrás de los especialistas de Educación Física.

Por todo ello he ha abierto los ojos hacia unos horizontes educativos que se asemejan bastante a los que un/a maestro/a se tiene que enfrentar cada día. El único

hándicap ha sido que no he podido llevarla a cabo, pero confío que en un futuro no muy lejano pueda planificar más Unidades Didácticas para poder enseñar, ya que ésta es mi vocación profesional desde antes de comenzar mi formación universitaria. También he comprendido lo importante que son las referencias documentales a la hora de servir de apoyo teórico para cualquier trabajo o investigación. Debo recalcar, que este trabajo no podría haberlo llevado a cabo si no es por la extensa bibliografía a la que he tenido acceso y todos los conocimientos acerca de habilidades en el juego, deportes alternativos, planteamientos didácticos y metodológicos para el tercer ciclo, etc. que éstos me han podido brindar y me han ayudado a afrontar un tema que a priori me parecía bastante complicado.

Con su realización he entendido la importancia que tiene planificar, investigar, leer, interpretar, analizar, plantear, etc. para que el conocimiento vaya fluyendo poco a poco a través de mis dedos y tecleen las palabras exactas para que todo encaje y tenga una coherencia educativa.

Por ello, y teniendo como referencia los objetivos propuestos en este TFG, creo que he alcanzado los objetivos que me proponía pues:

- He investigado acerca de lo que otros autores opinan sobre este tema, configurando a través de ellos una reflexión que se adecue a los objetivos prefijados en este trabajo.
- He sido capaz de establecer una relación lógica entre los contenidos teóricos y la práctica educativa, para que a la hora de llevar a cabo la programación didáctica haya coherencia entre ellos.
- He realizado una Planificación Didáctica realista, que tiene sentido en sí misma y por consiguiente que contribuye a enriquecer los conocimientos y competencias de los alumnos.
- Creo que he sido capaz abordar unos contenidos planteados para poder dar forma a una programación didáctica que cumpliera con los requisitos educativos necesarios para la buena formación del alumnado.
- He logrado identificar las habilidades motrices específicas en cada uno de los juegos y actividades que he planteado.

- He articulado un discurso en torno a los conocimientos adquiridos durante mi formación universitaria y he conseguido exponerlos de forma coherente y ordenada.
- He realizado una propuesta de intervención sustentada en un enfoque teórico, para que algún día pueda llevarla a cabo en un contexto educativo.
- He sido capaz de adquirir unos hábitos de autonomía y trabajo que han desembocado en la preparación de una programación didáctica.

Este trabajo me ha permitido ofrecer una posibilidad educativa más respecto al juego. Además del factor de cohesión social y de los planteamientos altamente gratificantes desde el punto de vista motor, también he podido ver el alcance del trabajo de las habilidades motrices específicas para lograr que el juego sea una actividad altamente motivadora para el alumnado pero también una actividad que desarrolla aspectos específicos de la motricidad tanto del cuerpo como de sus segmentos y articulaciones.

Lograr articular este planteamiento juego-habilidad es una de los parámetros básicos del desarrollo de la E. Física en E. Primaria.

Para finalizar, este trabajo ha supuesto un reto personal y profesional que me permitirá afrontar con ciertas garantías la docencia, puesto que para ello me he formado durante cuatro años como maestro, y he cursado la mención de Educación Física como especialidad en mi formación universitaria.

Para terminar quisiera agradecer el apoyo que he obtenido de mi tutor responsable, por su implicación y orientación en este trabajo y de las personas que me han animado a no tirar la toalla durante el laborioso periodo de tiempo en el que he tenido que trabajar en este proyecto.

## 7- LISTA DE REFERENCIAS

- Abardía Colás, F. y García Monge, A (1992). Frisbee: objeto volador identificado...por la EF. *Tabanque*, 8, 67-76.
- Bernal Ruiz, J.A (2004). *Juegos y deporte con Frisbee*. Wanceulen. Sevilla.
- Bueno, M.L y otros (1991). *Educación Primaria. Educación Física. 3º Ciclo (10-12 años). Libro guía y fichas*. Gymnos. Madrid.
- Blázquez, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Martínez Roca. Barcelona.
- Chavarria Navarro, X (1993). *La Educación Física en la enseñanza Primaria: Del diseño curricular base a la programación de las sesiones*. Paidotribo. Barcelona.
- Del Valle, S., Velázquez, R. y Díaz, P. (2008). *Enseñar a pensar en educación física*. INDE: Barcelona.
- Diego, J (1995). *Juegos al aire libre*. Escuela Española. Madrid.
- Díaz, J. (2000). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. INDE. Barcelona.
- García, M.A (1989). *El juego predeportivo en la Educación Física y el Deporte*. Pila Teleña. Madrid.
- García Monge, A. (2011) Construyendo una lógica educativa en los juegos en Educación Física escolar: "el juego bueno". *Ágora para la educación física y el deporte*, Vol. 13, Nº. 1, (Ejemplar dedicado a: Creación y modificación de juegos motores), 35-54
- García Monge, A. (2011). Creación y modificación de juegos motores. *Ágora para la educación física y el deporte*, Vol. 13, Nº. 1, (Ejemplar dedicado a: Creación y modificación de juegos motores), 11-13
- García Monge, A. (2004). *Desarrollo curricular del juego motor reglado en Educación Física escolar: estudio de casos en el segundo ciclo de Primaria*. Tesis doctoral inédita, Universidad de Valladolid, Palencia.
- García Monge, A. (2001). Juego motor reglado y transmisión de valores culturales. *Ágora para la educación física y el deporte*, Nº.1, (Ejemplar dedicado a: Cultura corporal y EF), 55-70.

- García Monge, A., Bores Calle, N., Martínez Álvarez, L. y Rodríguez Navarro, H. (2010). Observación y análisis de las experiencias del alumnado en Educación Física Escolar: procedimiento para la observación y análisis de juegos motores. *Educación Física y Deporte*, Vol. 29, Nº. 2, 181-195.
- García Monge, A., y Martínez Álvarez, L. (2004). *Desmadejando la trama de género en Educación Física desde escenas de práctica escolar*. COPLEFC. Barcelona.
- García Monge, A. y Rodríguez Navarro, H. (2013). Descripción de "lógicas" en el juego motor de reglas en educación física escolar. *Cultura y Educación: Revista de teoría, investigación y práctica*, Vol. 25, Nº 1, 35-48.
- García Monge, A., y Rodríguez Navarro, H. (2007). Dimensiones para un análisis integral de los juegos motores de reglas. *Implicaciones para la Educación Física y Deporte*, 26 (2), 83-107.
- Guillemard, G (1984). *Las cuatro esquinas de los juegos. Ágonos*. Lérida.
- Graça, A. y Olivera, J. (1997). *La enseñanza de los juegos deportivos*. Paidotribo. Barcelona.
- Howe, M. (1999). *La capacidad de aprender. La adquisición y desarrollo de habilidades*. Alianza Editorial. Madrid.
- Maigre, A. y Destrooper, J (1976). *La educación psicomotora*. Morata. Madrid.
- Martínez Álvarez, L., Bores Calle, N. y García Monge, A. (2007) Replantearse el presente de la educación física como estrategia de mejora: apuntes para un gran debate sobre el futuro. *Tándem: Didáctica de la educación física*, Nº 23, (Ejemplar dedicado a: ¿Qué educación física? Reflexiones en tiempos de cambio), 18-30.
- Marqués Escámez, J. L. (1997). *Iniciación a juegos y deportes alternativos*. Escuela Española, S. A. Madrid.
- Méndez, A. y Méndez, C. (2000). *Los juegos en el currículum de la E. F.* Paidotribo. Barcelona.
- Méndez Jiménez, A. (2003). *Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de educación física*. Paidotribo: Barcelona.
- Navarro Adelantado, V. (2001). *El afán de jugar. Teoría y práctica de los juegos motores*. INDE. Barcelona.

- Omeñaca, R., Puyuelo, E. y Ruiz, J.V. (2001). *Explorar, jugar y cooperar*. Paidotribo. Barcelona.
- Ruiz, G. (1991). *Juegos y Deportes alternativos en la programación de la educación física escolar*. Agonos. Lleida.
- Ruiz, F. y García Montes, E. (2001). *Desarrollo de la motricidad a través del juego*. Gymnos. Madrid.
- Sánchez Bañuelos, F (1992). *Bases para una Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Gymnos, Madrid.
- Sánchez, J. y Carmona, J. (2004). *Juegos Motores para primaria. (Primer, segundo y tercer ciclo)*. Paidotribo. Barcelona.
- Ureña, F., Ureña Ortín, N., Alarcón López, F. y Velandrino Nicolás, A.P (2006). *Las habilidades motrices básicas en Primaria: Programa de intervención*. INDE. Barcelona.
- Vaca Escribano, M.J. (2001, Septiembre). El ámbito corporal en la Educación Primaria: una propuesta curricular para el curso 2001-02. *Ágora para la educación física y el deporte, 1*, 71-84.
- Vaca Escribano, M.J (1996). *La Educación Física en la práctica en Educación Primaria: planificación, desarrollo y análisis de unidades didácticas*. Asociación cultural “Cuerpo, Educación y Motricidad”. Palencia.
- Vaca Escribano, M.J. (2009, Septiembre). Recursos metodológicos que facilitan la comunicación y el aprendizaje. *Aula de infantil, 51*, 20-24.
- Vaca Escribano, M.J (2002). *Relatos y reflexiones sobre el tratamiento pedagógico de lo corporal en la educación primaria*. Asociación Cultural "Cuerpo, Educación y Motricidad". Palencia.
- Vaca Escribano, M.J. (2010, Septiembre- Diciembre). Teorías y prácticas de calidad en Educación Física: una unidad (didáctica) de investigación-acción. *Ágora para la educación física y el deporte, 12*, 289-307.
- Vaca Escribano, M.J. (1996) ¿Qué enseñar que merezca la pena en el área de educación física durante la educación primaria?. *Revista de educación, 311*, 135-156.
- Vaca Escribano, M.J. y Varela Ferreras, M. S (2008). *Motricidad y aprendizaje: El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)*. Graó. Barcelona.
- Virosta, A. (1993). *Disco Volador*. Gymnos. Madrid.

## **8-ANEXOS**

# FICHAS DE TRABAJO 1

## **EL DISCO VOLADOR**

Nombre:

Fecha:

<p><i><b>Mi dibujo sobre el cambio de dirección y lanzamiento del frisbee</b></i></p>	<p><i><b>Mi dibujo sobre las diferentes trayectorias que puede adquirir el frisbee (curvilínea, descendente, ascendente...)</b></i></p>
<p>Mi explicación con palabras:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Mi explicación con palabras:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><i><b>Mi dibujo sobre el lanzamiento más efectivo</b></i></p>	<p><i><b>Mi dibujo sobre cambio de velocidad para recibir el frisbee</b></i></p>
<p>Mi explicación con palabras:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Mi explicación con palabras:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><i><b>Mi dibujo sobre los amagos (fintas) para lanzar el frisbee.</b></i></p>	<p><i><b>Mi dibujo sobre recortar</b></i></p>
<p>Mi explicación con palabras:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Mi explicación con palabras:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

*Ficha Número 1. Ficha para determinar las habilidades específicas utilizadas durante el juego*

## FICHAS DE TRABAJO 2

<b>Ficha de Autoevaluación</b>			
Nombre:	<i>Unidad didáctica: EL DISCO VOLADOR</i>		Fecha:
<u><b>Concurso de distancia</b></u>	<u><b>Concurso de máximo tiempo en el aire</b></u>	<u><b>Concurso de puntería</b></u>	<u><b>Concurso de pase y recepción</b></u>
<i>Distancia</i>	<i>Tiempo</i>	<i>Aciertos</i>	<i>Puntos</i>
Lanzamiento 1:	Lanzamiento 1:	Lanzamiento al cono (3 puntos)	Lanzamiento en uve, de pulgar... (2 puntos)
Lanzamiento 2:	Lanzamiento 2:	Lanzamiento al aro (2 puntos)	Recepción por debajo de las piernas, por detrás de la cintura... (2 puntos)
Lanzamiento 3:	Lanzamiento 3:	Lanzamiento con la mano menos hábil (x2)	Lanzamiento o recepción con la mano menos hábil (3 puntos)
Lanzamiento 4:	Lanzamiento 4:		
Mejor lanzamiento:	Mejor lanzamiento:	Puntos totales:	Puntos totales:
<u><b>Observaciones:</b></u>	<u><b>Observaciones:</b></u>	<u><b>Observaciones:</b></u>	<u><b>Observaciones:</b></u>

*Ficha Número 2. Ficha para conocer el nivel de las habilidades de los alumnos.*

