

**Facultad de educación de Palencia**

**UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

**“LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y EL DEPORTE ESCOLAR COMO REFUERZO A LA  
EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO DE INICIACIÓN DEPORTIVA”**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

**GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**AUTOR: JORGE RUIZ LUMBRERAS**

**TUTOR: LUCIO MARTÍNEZ ÁLVAREZ**

**PALENCIA, 2017**

## RESUMEN

El presente trabajo fin de grado se basa en analizar la importancia que pueden tener las actividades extraescolares y el deporte escolar en la asignatura de educación física y cómo pueden funcionar como refuerzo para sus clases durante la etapa de educación primaria. Para ello, no solo analizo estos elementos desde el punto de vista de la actividad física, sino que también pretendo analizar todos los subtemas que los engloban, entre ellos los valores sociales y humanos que deben transmitir. Además analizo el tema de la motivación y trato de explicar su importancia como elemento clave en las clases de educación física e incluso ver cómo influye en los niños a la hora de decidirse o no por la práctica de una actividad extraescolar. Basándome en lo anterior, he elaborado una propuesta de iniciación deportiva con el objetivo de despertar en los alumnos un interés por la práctica del deporte tanto en las clases de educación física como fuera del horario escolar.

**Palabras clave:** actividad extraescolar, deporte escolar, Educación Física, Educación Primaria, iniciación deportiva, motivación, valores sociales y humanos.

## ABSTRACT

This final grade work is based on analyzing the importance of extracurricular activities and school sports in the subject of physical education and how they can function as reinforcement for their classes during the primary education stage. To do this, I analyze not only these elements from the point of view of physical activity, but also try to analyze all the subtopics that encompass them, including the social and human values that must be transmitted. I also analyze the issue of motivation and try to explain its importance as a key element in physical education classes and even see how it influences children when deciding whether or not to practice an activity outside school. Based on the above, I have developed a proposal for sports initiation with the objective of awakening in the students an interest in the practice of sports both in physical education classes and outside school hours.

**Keywords:** Extracurricular activity, school sport, Physical Education, Primary Education, sports initiation, motivation, social and human values.

## ÍNDICE

<b>0. Introducción</b> .....	pág. 3-4
<b>1. Justificación</b> .....	pág. 5-6
<b>2. Objetivos</b> .....	pág. 7
<b>3. Fundamentación teórica</b> .....	pág. 8
3.1 La actividad extraescolar.....	pág. 8-11
3.1.1 Diferencias entre educación física y actividad extraescolar...	pág. 12-13
3.2 Iniciación deportiva.....	pág. 14-17
3.2.1 Metodología en iniciación deportiva.....	pág. 17-19
3.3 Deporte escolar.....	pág. 20-21
3.3.1 ¿Qué deporte queremos trabajar?.....	pág. 21-22
3.3.2 Educación y competición, ¿qué relación existe?.....	pág. 22-24
3.3.3 Deficiencias del deporte escolar.....	pág. 24-25
3.4 La motivación.....	pág. 25
3.4.1 La motivación en educación física.....	pág. 25
3.4.2 Motivación y práctica deportiva.....	pág. 25-29
3.5 Deporte y educación en valores.....	pág. 30
3.5.1 Relación actividad física y valores sociales.....	pág. 30-34
<b>4. Metodología</b> .....	pág. 35-36
<b>5. Presentación de la propuesta</b> .....	pág. 37-53
<b>6. Conclusiones</b> .....	pág. 54-55
<b>7. Bibliografía</b> .....	pág. 56-57
<b>8. Anexos</b> .....	pág. 58-66

## 0. INTRODUCCIÓN

Según establece el artículo 7.5 del Reglamento de nuestra universidad, el TFG se adscribe a una modalidad dependiendo del tipo de carrera con el que esté relacionado, en este caso se la relaciona con la siguiente modalidad: “Programaciones educativas centradas en aspectos relevantes de las menciones o desarrollo de aspectos curriculares propios de esas menciones”.

Las actividades extraescolares de carácter físico deportivo y el deporte escolar, forman parte de una serie de recursos bastante beneficios para la formación del alumnado durante la etapa de educación primaria y en este TFG se intentará demostrar el interés educativo que pueden tener dichas actividades durante este período de formación y partiendo de esta idea, se desarrolla mi propuesta de iniciación deportiva.

“En la educación física, el deporte constituye un contenido que se utiliza fundamentalmente como medio de formación. La práctica deportiva constituye un soporte para alcanzar los objetivos educativos” (Blázquez, 2010, p.19). Partiendo de la idea base de la aplicación del deporte dentro de la asignatura de educación física, este TFG empieza con las definiciones de deporte en edad escolar, la actividad extraescolar y la iniciación deportiva, resaltando en cada una de ellas los beneficios que tienen como refuerzo para dicha asignatura.

Después de adentrarnos con estas definiciones en el tema principal, paso a analizar su relación con la educación física y su evolución a lo largo de la historia, centrándome en los objetivos y contenidos que quiere trabajar la asignatura respecto al deporte. Así, pretendo demostrar que el deporte, trabajado desde un punto de vista educativo y comprensivo, puede producir aprendizajes significativos en el alumnado durante la etapa de educación primaria y en futuras etapas educativas.

Más adelante, analizo una parte que para mí es fundamental en el tema deportivo, la transmisión al alumnado de unos valores éticos, morales, sociales y humanos y cómo podemos transmitirlos. En la actualidad, estamos empezando a ver cada vez más, los valores negativos del deporte, como peleas, insultos entre aficionados y jugadores etc. Como futuro docente, estoy en la obligación de hacer ver a los alumnos que esa no es la imagen que debe transmitirnos sino que, más allá de los resultados, lo que el deporte

debe enseñarnos, son ejemplos de valores como el respeto, la solidaridad y la cooperación entre otros.

Sigo con el tema de la motivación, algo que es fundamental en el niño a la hora de elegir o no la práctica de algún deporte o simplemente, ver de qué manera esta influye en las clases de educación física, viéndose reflejada en la participación del alumno en dicha asignatura.

Una vez tratada toda la teoría que engloba a este TFG, aparece mi propuesta didáctica, basada en un proyecto de iniciación deportiva. Dicha programación está dirigida a modo de ejemplo para toda la educación primaria y es una propuesta que surge del estudio del marco teórico. Esta siempre podrá adaptarse a cualquier curso y a las necesidades de los alumnos, teniendo en cuenta las horas de las que dispongamos y los tipos de actividades.

Para terminar aparecen unas conclusiones donde se analiza el trabajo realizado en este TFG y la utilidad que pretendo que tenga en mi futuro como docente.

Como final de este TFG aparecen los anexos en donde se desarrollan las actividades (algunas de ellas) a trabajar en mi proyecto y los procesos de evaluación y reflexiones personales del alumnado sobre las actividades realizadas.

Este proyecto tiene fijado un objetivo claro: que el alumno empiece a mostrar entusiasmo por el deporte, tanto por el individual como por el colectivo, logrando así despertar el interés por la práctica deportiva diaria, no solo en la escuela sino también fuera del horario lectivo es decir, que comience a realizar actividades extraescolares de carácter físico deportivo o se decante por realizar un deporte escolar estando inscrito en algún equipo. Otro de los objetivos que se pretenden con ese TFG, es que a través de la propuesta de iniciación deportiva, se saque el máximo potencial que pueden ofrecernos el deporte extraescolar, no solo atendiendo a la práctica de un ejercicio físico, sino también la transmisión de unos valores que nos siempre se consiguen transmitir a los niños.

# 1. JUSTIFICACIÓN

Este TFG está directamente relacionado con el área de educación física y es algo que tenía pensado trabajar desde que elegí esta mención. Para la elaboración de este trabajo, se toma como objeto de estudio el actividad extraescolar y el deporte escolar como refuerzo para la educación física, algo que en mi opinión está estrechamente ligado ya que ambos tienen el mismo fin: favorecer el desarrollo personal y social de la persona. Según la Ley vigente, el Real Decreto 126/2014, del 28 de febrero (BOE N°52) menciona que “La asignatura de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados a la conducta motora fundamentalmente”.

El principal objetivo del proyecto de iniciación deportiva, es que el alumnado empiece a mostrar interés por el deporte, tanto por el individual como por el colectivo, logrando así despertar el entusiasmo por la práctica deportiva diaria, no solo en la escuela sino también fuera del horario lectivo es decir, que comience a realizar actividades extraescolares de carácter físico deportivo o que se decante por algún deporte escolar.

Pretendo emplear una metodología comprensiva, en la que el alumno participe en su propio aprendizaje, se sentirá más motivado y disfrutará de las actividades físicas y juegos deportivos, donde se partirá más de la táctica que de la técnica. Con esto busco la participación activa del individuo, logrando así mejorar el nivel técnico del alumnado.

Me decanté por la elección de este tema por diversos motivos: los años que llevo trabajando como monitor deportivo que, unidos a las prácticas universitarias en centros educativos, despertaron en mí esa curiosidad por ver la relación que había entre la actividad extraescolar de carácter físico deportivo y la educación física y cómo esa relación podría funcionar como un refuerzo y ser utilizado como recurso en mi futuro como docente en las clases de esta asignatura.

Durante el período de prácticas empecé a fijarme bastante en los alumnos que practicaban alguna actividad extraescolar deportiva y los que no lo hacían, así es como comencé a darme cuenta de cómo la motivación en las clases de educación física estaba por las nubes en aquellos alumnos que practicaban deporte después del horario lectivo y

como brillaba por su ausencia en aquellos que no desarrollaban ninguna actividad extraescolar de carácter físico deportivo.

Haciendo referencia al BOE y centrándonos en el apartado de educación física, encontramos criterios de evaluación (3,4, 8 y 13) y estándares de aprendizaje (3.1, 4.3, 9.3 y 13.5) que hacen mención a todo lo que se trabaja en este TFG. Dichos puntos, tratan de evaluar el desarrollo progresivo que va mostrando el alumno en cuanto al deporte en las clases de educación física se refiere, además también se hace referencia al comportamiento social y personal que deben mostrar en cualquier actividad física.

### **Criterios de evaluación:**

*3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.*

*4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.*

*8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.*

*13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.*

### **Estándares de aprendizaje:**

*3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.*

*4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.*

*9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.*

*13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.*

## 2. OBJETIVOS

Los objetivos que se quieren conseguir con este TFG son:

- Deporte escolar, iniciación deportiva y actividad extraescolar en el ámbito educativo:
  - Analizar el tratamiento de la actividad extraescolar, la educación física escolar, la iniciación deportiva y el deporte escolar.
  - Analizar la relación entre el deporte y la educación física y su evolución en la historia.
  - Reflexionar sobre las deficiencias del deporte escolar en la actualidad.
  - Profundizar y reflexionar sobre qué elementos educativos nos puede ofrecer el deporte/actividad extraescolar.
  
- Motivación y transmisión de valores como elementos clave en la educación física y en el deporte escolar:
  - Analizar la motivación como elemento clave en las clases de educación física y como factor importante para iniciarse en actividades extraescolares.
  - Analizar la relación entre la educación física, el deporte y los valores sociales.
  - Transmitir e inculcar al alumnado los valores que ofrece el deporte como pueden ser respeto, solidaridad, cooperación y trabajo en equipo entre otros.
  - Lograr que alumno asimile unos valores para que les sean de utilidad en un futuro.
  
- Proyecto de iniciación deportiva:
  - Elaborar una programación de iniciación deportiva atractiva para el alumnado, logrando así que el individuo se interese por la práctica deportiva dentro del centro y también fuera del horario escolar.
  - Emplear una metodología comprensiva en la que el alumno participe de su propio aprendizaje, pudiendo encontrarse así más motivado y disfrutando de las diversas actividades.

### **3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

En este apartado aparecen explicados y detallados los puntos de la base teórica sobre los que se sustenta este trabajo. Para empezar hago referencia a la actividad extraescolar, concepto, tipos y su clasificación dependiendo del carácter que presenten. Además, analizo qué diferencias tienen con la educación física, de esta forma hago un análisis más completo, logrando así que se pueda observar cómo estas actividades ayudan a la educación física, pero existe el riesgo de que lo extraescolar se coma a lo escolar.

Después doy paso a la iniciación deportiva, el concepto, el papel del profesor de educación física, tipos de deporte entre otros aspectos.

Más adelante trato el deporte escolar, concepto, diferencias entre deporte recreativo y de competición, el deporte educativo, la relación entre educación y competición y las deficiencias del deporte escolar.

Sigo con un apartado fundamental en el deporte y en la educación física, la motivación. En este punto pretendo analizar qué es lo que mueve a un niño a practicar un deporte o simplemente ver por qué motivos su actuación en las clases de educación física es activa o pasiva.

Y para finalizar la fundamentación teórica, trato el tema de la educación en valores a través del deporte. Es algo sobre lo que merece la pena reflexionar, ya que en la actualidad estamos viendo, cada vez más, casos de violencia en eventos deportivos, peleas e insultos y me parece de suma importancia trasladar a los alumnos la idea de cuál es la imagen que debe de transmitir el deporte.

#### **3.1. LA ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR**

Para entrar en el tema de la actividad extraescolar, primero hay que definir qué es, los tipos de actividades que hay y cómo es conocida en la actualidad.

La primera idea que se nos viene a la cabeza cuando hablamos de actividad extraescolar, es la de un tipo de actividad realizado por los niños fuera del horario escolar, que puede ser realizad alrededor del centro y es el propio centro el responsable de su organización y se basan principalmente en el entretenimiento cognitivo o motriz . En este apartado vamos a ir más allá de esta simple idea, nos basaremos en la definición

y clasificación que hizo Antonio Guerrero Serón (2009). Después de buscar una definición correcta sobre la actividad extraescolar, creo que esta es la mejor elección de todas, ya que no solo da una definición de la actividad, sino que también propone una clasificación, por lo que así puedo ver cuál de ellas es la que más se ajusta a la relación que tiene con la educación física escolar.

Guerrero (2009) nos da una explicación de lo que son las actividades extraescolares. Según él, las actividades extraescolares podrían definirse como:

**Actividades extraescolares:** todas aquellas prácticas de enseñanza y aprendizaje, de carácter singular (salidas, representaciones, proyecciones...), que se llevan a cabo utilizando procedimientos y estrategias diferentes a los utilizados en las experiencias cotidianas (dinámica grupal, evaluación cualitativa...), en las aulas o espacios asignados (polideportivos, laboratorios...), reflejadas excepcionalmente en los documentos curriculares y espacio-temporales ordinarios (PGA, Memoria...) y que poseen bien un carácter lúdico, recreativo, instructivo o formativo cuya elección y desarrollo pertenecen a la autonomía propia de las organizaciones escolares; cumpliendo siempre una serie de demandas sociales del entorno más cercano al centro de referencia y en la sociedad más amplia. (p.403)

Para Guerrero (2009) estas actividades según su carácter pueden ser:

- **lúdicas:** su idea clave es el juego como instrumento de aprendizaje y su objetivo es la diversión del individuo al realizar la actividad.
- **recreativas:** dirigidas al ocio o a la práctica del deporte o del ejercicio físico.
- **instructivas:** dirigidas a la adquisición de conocimientos, entendidos estos conocimientos como destrezas o habilidades.
- **formativas:** transmisión y adopción de valores sociales, culturales y éticos. (p.404)

Apoyándome en esta clasificación según el carácter de la actividad, puedo observar la relación de estas con la educación física, ya que ambas tienen puntos comunes: el juego como instrumento de aprendizaje, la práctica de actividad física o deportiva, adquirir destrezas y habilidades y asimilar y adquirir unos valores férreos.

Dentro de las actividades extraescolares, se diferencia unos tipos que, según Guerrero (2009) son las siguientes: complementarias, colectivas y asistenciales

- **Complementarias:** aquellas actuaciones curriculares organizadas y realizadas por los profesores del centro, con la ayuda circunstancial de los padres y del personal de servicios, que tienen lugar de manera ocasional y con carácter obligatorio (y, por lo general, gratuito), con la pretensión de mejorar y completar los aprendizajes programáticos mediante métodos activos y técnicas y recursos experimentales. Son las más próximas a la innovación pedagógica y llamadas así, por lo general por los propios profesores, que las reconocen como propias y distintas del resto. Como ejemplos podemos citar las salidas a parajes históricos naturales y actos culturales (museos, obras de teatro, exposiciones artísticas...) (p. 404).
- **Colectivas:** transmiten valores transversales en parte alineados con el currículo oculto y en parte con la función de legitimación social que tienen las escuelas regulares: entran en este tipo los cursillos, prácticas y talleres sobre aficiones musicales, artísticas, lúdicas y deportivas que sugieren y organizan comisiones para su celebración durante el tiempo inmediatamente adyacente a la jornada escolar. Generalmente se lleva a cabo fuera del horario oficial o lectivo, pero dentro del centro y de su control. Constituyen la mayoría de las actividades conocidas como extraescolares y se llaman así por la regularidad de su celebración (vespertina, generalmente) y duración (trimestral o anual). Por sus contenidos más cercanos a las habilidades que a lo cognitivo y su agrupación integradora de género y edad. Representan aquellas actividades más ligadas al entorno social de los centros y, entre sus propiedades están desde la recuperación del tiempo perdido, posibilitando aficiones, a mostrar el enriquecimiento cultural del entorno social de los colegios («Judo», «Ajedrez» y «Pintura»). (p. 405.)
- **Asistenciales:** son programas de atención y cuidados de carácter no lectivos; sino esencialmente asistencial, que se prestan al alumnado más joven, debido a sus necesidades horarias que no pueden cubrir sus familiares y deben ser atendidas por personal no docente de menor cualificación que los docentes. Representan un refuerzo sustantivo de las propiedades asistenciales y de custodia de las organizaciones escolares. (p.405).

Según lo dicho en apartados anteriores y relacionando mi idea de actividad extraescolar con las ideas de este autor, tengo que decir que las actividades extraescolares de carácter físico deportivo estarían ligadas a las actividades colectivas sobre las que habla Guerrero en su clasificación. Las actividades de carácter físico deportivo, son prácticas deportivas que se realizan fuera del horario escolar y en ellas se trabajan contenido de habilidad, igual que en las colectivas; están ligadas al entorno social del centro y con ellas se pretende que se produzca un enriquecimiento del entorno social del colegio en el que se practiquen. Haciendo referencia al último punto, el colegio es el responsable de ofrecer una oferta atractiva de actividades extraescolares a todo el alumnado del centro.

Analizando la Orden EDU/519/2014, observo que en el artículo 18 también se hace referencia a las actividades extraescolares:

Las programaciones didácticas deberán contener, al menos, los siguientes elementos:

**I)** Programa de actividades extraescolares y complementarias

Haciendo referencia la legislación actual, puedo observar que se trata el tema de las actividades extraescolares en los centros en los siguientes puntos:

**H)** Participar en la aplicación de la línea pedagógica global del centro e informar las directrices para la programación y desarrollo de las actividades escolares complementarias, actividades extraescolares y servicios escolares. (p.58).

**I)** Aprobar, a propuesta del titular del centro, las aportaciones de las familias de los alumnos y alumnas para la realización de actividades extraescolares y los servicios escolares cuando así lo hayan determinado las Administraciones educativas. (p.58).

### **3.1.1 DIFERENCIAS ENTRE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES**

En este apartado analizaremos cuáles son las principales diferencias entre la educación física y las actividades extraescolares. Haremos un análisis global sobre todas ellas y al final acabaremos con un apartado sobre las principales conclusiones que hemos podido extraer sobre este tema.

La primera diferencia que encontramos es que la educación se respalda bajo un marco curricular en el que aparece cómo y qué enseñar, para qué enseñar, cómo y cuándo evaluar, mientras que las actividades extraescolares carecen de este marco curricular.

La principal diferencia que podemos observar entre ellas es que la educación física está sujeta a las unidades didácticas, que corresponden al tercer nivel de concreción curricular. Se llama unidad porque presenta unos procesos completos de enseñanza-aprendizaje y didáctica porque tiene un valor pedagógico (Vaca Escribano, 2002). Las actividades extraescolares carecen de marco curricular y por tanto de unidades didácticas que desarrollar; tienen poco de educativo aunque sí que tiene unos contenidos y unos objetivos determinados; además las personas encargadas de llevar a cabo estas actividades no suelen tener el nivel óptimo de pedagogía y didáctica, ya que no suelen poseer una formación correcta respecto a esos apartados. Estas personas, se basan en llevar a cabo las actividades de una manera autoritaria, ya que ellos son los que mandan y los niños obedecen.

También hay que decir que las actividades extraescolares podrían llegar a ser muy educativas, ya que en ellas se comparten experiencias entre los que las practican, la motivación estimularía el aprendizaje y a eso hay que sumarle que no hay evaluación, por lo que los niños tendrían menos presión a la hora de realizar dichas actividades.

La actividad extraescolar suele estar dedicada a satisfacer 3 elementos que presentan los niños: el deporte, el ocio y la salud. El primero de estos elementos no tiene ningún elemento educativo (en mi opinión tenían que trabajarse más el deporte educativo, del que hablaremos en otro apartado) ya que en la actualidad se busca más lo competitivo, el enfrentarse a otro y ganar que el aprender y lógicamente, este choca directamente con los intereses de la educación física escolar.

De acuerdo a los elementos antes mencionados, la educación física también está encaminada de cierta manera a satisfacer el ocio, la educación física pretende encontrar un hilo conductor entre el tiempo libre y la práctica de la actividad física fuera del horario escolar.

La salud también es tenida en cuenta por los padres cuando deciden apuntar a sus hijos a alguna actividad extraescolar, ya que su pensamiento se correspondería a esta simple idea: “práctica deportiva = a salud”. Aunque ahora no podemos de decir que la práctica de estas actividades sea algo beneficioso para la salud, ya que las persona que se encargan de dirigitras carecen de muchos conocimientos y es por ello que siempre habrá golpes y lesiones, también derivados de que estas actividades solo se centran en la competición entre los niños que las practican.

Creo que una de las diferencias claves es que mientras la educación física tiene un carácter obligatorio y llega a todos los alumnos del centro escolar, las actividades extraescolar no tienen esa obligatoriedad y aunque estén destinadas a todos los alumnos, no todos pueden hacerlas.

### **Conclusiones:**

Con todo lo explicado hasta este punto, queda claro que hay muchas puntos en común, pero también otros cuantos en contra entre la educación física y las actividades extraescolares.

Hay que intentar sacar el máximo potencial educativo de las actividades extraescolares.

Son actividades que se ofertan a los colegios desde el punto deportivo, de la competición.

Los padres ven en este tipo de actividades, un oportunidad de “estar libres de hijos” y no suelen verlo como una actividad de refuerzo educativo y como un refuerzo a la educación física.

### 3.2. LA INICIACIÓN DEPORTIVA

En este apartado me centraré en analizar la idea de iniciación deportiva, basándome en diferentes autores y en sus ideas y viendo cómo la primera visión de este concepto ha ido evolucionando.

Empiezo este apartado con varias definiciones de distintos autores sobre este concepto y después pasaré a hacer una reflexión propia sobre las diferentes ideas expuestas de dicho concepto.

El concepto de iniciación deportiva: “tradicionalmente se conoce con el nombre de iniciación deportiva el período en el que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes”. (Blázquez, 1995, p.19).

Según el Diccionario de las Ciencias del Deporte (1992): la iniciación deportiva es un proceso ceremonial que indica que las personas adquieren una posición o una nueva pertenencia a un grupo. Los procesos de iniciación deben indicar que una persona determinada cumple ciertas exigencias ligadas a su “status” o específicas de un grupo y puede responder a las expectativas correspondientes.

Siguiendo con otros autores, encontramos la siguiente definición: “Un individuo está iniciado cuando es capaz de tener una operatividad básica sobre el conjunto global de la actividad deportiva en la situación de juego o competición”. (Sánchez Bañuelos, 1986).

Según Hernández Moreno (1988): es el proceso en enseñanza-aprendizaje seguido por un individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con el mismo hasta que es capaz de jugarlo o practicarlo con adecuación a su estructura funcional.

Para este autor, un individuo empieza a estar iniciado en un deporte cuando, después de un proceso de aprendizaje, empieza a adquirir unos patrones básicos requeridos por un deporte específico, así, además de conocer las reglas y su estrategia, empieza a desarrollarse técnicamente, sabiéndose mover por espacio e interpretando los mensajes motrices que envían los demás participantes en el desarrollo de una actividad concreta.

En cada una de las definiciones expuestas, podemos analizar diferentes ideas. Algunas definiciones entienden el proceso de iniciación como un proceso de socialización, cuyo fin es hacer que los miembros de la sociedad puedan interactuar en situaciones de acción...la iniciación deportiva estaría asociada a una idea mediática en la que una persona inicia a otra en un determinado ritual social.

Otra idea clara que podemos sacar de las explicaciones anteriores es que la iniciación deportiva puede estar sujeta a la necesidad de competición, sujeta al momento en el que el individuo ha alcanzado una cierta madurez y esta le permite enfrentarse a otro.

También podemos decir que la iniciación deportiva puede tener una acción didáctica, una intencionalidad educativa, que según Blázquez se resume en:

El proceso no debe entenderse como el momento en que se empieza la práctica deportiva, sino como una acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño que se inicia y los fines a conseguir, va evolucionado progresivamente hasta llegar al dominio de cada especialidad deportiva (Blázquez, 1986, p. 19).

Partiendo de estas ideas, la iniciación deportiva se puede entender y analizar de perspectivas distintas, según el tipo de preocupación del profesional que lo aborde. Las más habituales son: el profesor de educación física y el entrenador o técnico deportivo.

- **El profesor de educación física:** está interesado sobre todo en la formación de los alumnos más allá del rendimiento que obtengan. Se guía principalmente por principios psicopedagógicos. Su principal preocupación es estimular al niño. (Blázquez, 1995, p.20).

“En la educación física, el deporte constituye un contenido que se utiliza fundamentalmente como medio de formación. La práctica deportiva constituye un soporte para alcanzar los objetivos educativos” (Blázquez, 1995, p.21).

“La educación física, más allá del rendimiento, se sitúa en la creación de hábitos y actitudes positivas y favorables a la práctica deportiva” (Blázquez, 1995, p.22).

- **El entrenador o el técnico deportivo:** está vinculado, generalmente, a una sola práctica deportiva y con una visión más restringida. Interesa más el resultado que el desarrollo del alumno durante la realización de la actividad. El entrenamiento es lo principal, no deja lugar a la improvisación, a la

espontaneidad. La iniciación deportiva supone la primera fase de un itinerario orientado al éxito; el eje de su preocupación lo constituye la transmisión operacional de técnicas y los modos más rentables para su enseñanza. (Blázquez, 1995, p.21).

El cuadro que expongo a continuación recoge los rasgos más importantes que caracterizan los componentes mencionados anteriormente.

CONCEPCIÓN TÉCNICO DEPORTIVA	CONCEPCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
<b>EN RELACIÓN CON LOS FINES O METAS</b>	
Con vistas a lo esencial y a corto plazo	Con vistas a largo plazo y en una perspectiva de mejorar las condiciones
Muy influenciada por los condicionamientos sociales	Parte del propio individuo
Se basa en el principio de autoridad	Reivindica la libertad
Busca la integración y el espíritu de cooperación	Busca el desarrollo de un potencial personal
Se apoya en las normas	Propone diversas posibilidades
Se encuentra sometido por la técnica	Propone un método general
Busca el rendimiento	Estimula la creación personal
<b>EN RELACIÓN CON LOS MEDIOS</b>	
Se base se encuentra en una psicofisiología del condicionamiento	Reivindica una actitud crítica
Se fundamenta en las ciencias biológicas	Busca sus cimientos en una psicopedagogía coherente
Se encamina hacia la especialización	Crea un clima pedagógico
Intenta lograr un producto final	Intenta el diálogo y no acepta los fines absolutos

*Cuadro 1. Extraído de Blázquez (1995) “Iniciación a los deportes de equipo. (Blázquez, 1995, p. 22)*

A partir de este cuadro, damos paso al análisis hecho por Domingo Blázquez Sánchez (1995, p.22) sobre las diferentes formas/modelos de entender el deporte. Según este autor hay tres formas o modelos de entender el deporte: deporte recreativo, competitivo y educativo.

- **Deporte recreativo:** aquel practicado por placer y diversión sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce.
- **Deporte competitivo:** aquel practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse a uno mismo.

- **Deporte educativo:** aquel cuya única pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y potenciar los valores del individuo.

Postura del profesional con respecto al deporte...

DEL DEPORTE...	A LA RECREACIÓN
DEL DEPORTE...	A LA COMPETICIÓN
DEL DEPORTE...	A LA FORMACIÓN

*Cuadro 2. Extraído de Blázquez. Funciones diversas a las que se puede orientar la iniciación deportiva. (Blázquez, 1995, p. 23)*

Cada niño toma una decisión (o la toman por él) de realizar una actividad físico-deportiva en función de alguno de los aspectos antes explicados. El proceso de iniciación debe hacerse de forma paulatina y acorde con las posibles habilidades y necesidades del individuo.

A modo de resumen, podemos concluir diciendo que la iniciación deportiva se caracteriza según Blázquez (1995) por:

- ser un proceso de socialización, integración del individuo con las obligaciones sociales respecto a los demás.
- proceso de E-A que tiene como intención conseguir la máxima competencia en una o varias actividades deportivas.
- proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos y actitudes para desenvolverse los más eficazmente en una o varias prácticas deportivas.
- Etapa de contacto y experimentación en la que se debe conseguir unas capacidades funcionales aplicadas y prácticas.

### **3.2.1. METODOLOGÍA EN INICIACIÓN DEPORTIVA**

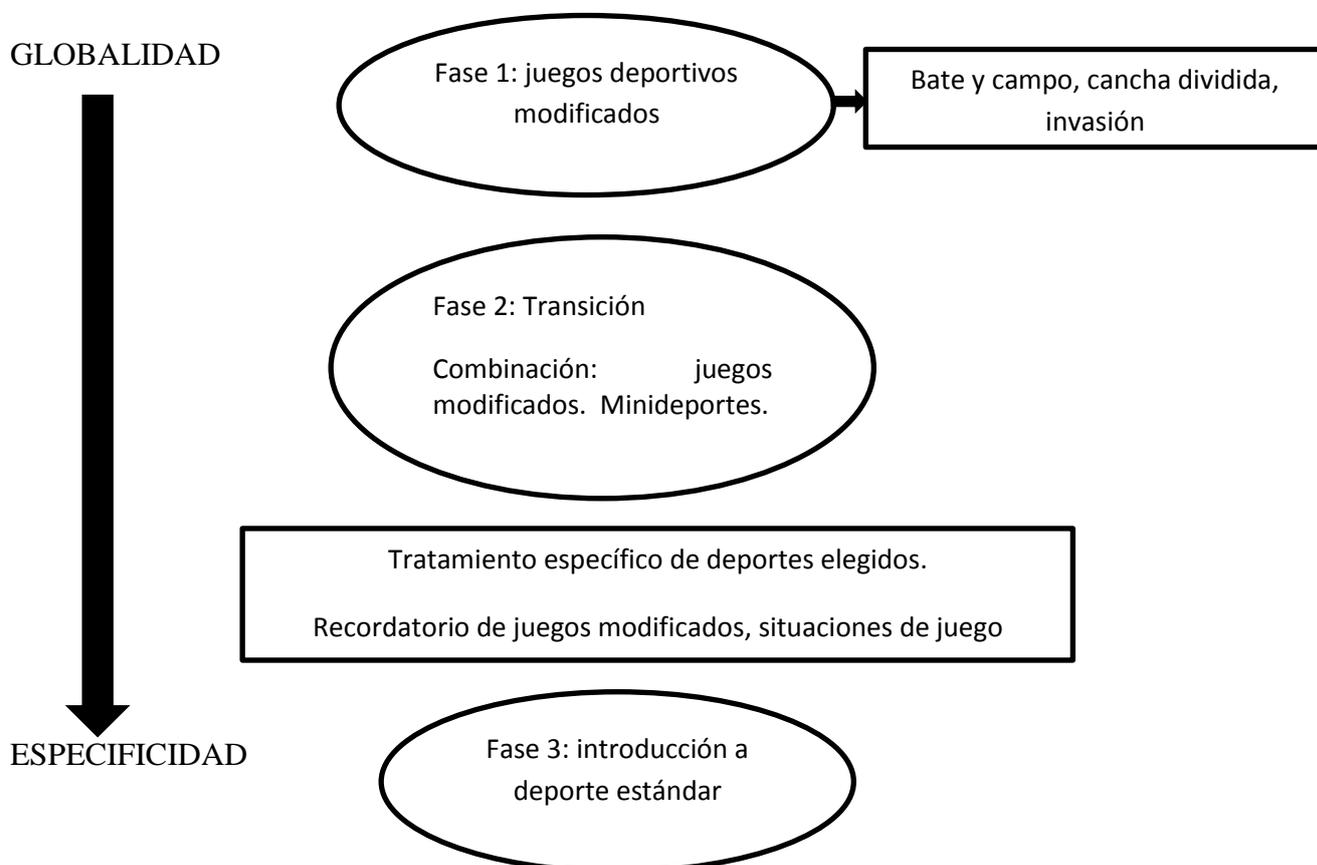
Para llevar a cabo mi proyecto sobre iniciación deportiva, me centraré en trabajarlo según el modelo horizontal comprensivo elaborado por J. Devis y Peiró (1992). Según este modelo, se trabajaría de la siguiente forma:

Empezamos por la comprensión y la táctica: se trata de comprender de qué va el juego deportivo. Analizando el juego, vemos que este tiene unas reglas, estas reglas dan unos problemas que hay que superar y estos problemas son problemas motrices que deben

resolverse en el transcurso del juego. El contexto y los problemas del juego están relacionados y para resolver los problemas que surgen dentro del contexto del juego, hay que comprender los aspectos tácticos básicos. Entonces, una enseñanza para los juegos deportivos debe abordar el aprendizaje de aspectos tácticos. No hay que olvidarse de la técnica, pero se trabajará posteriormente, durante el aprendizaje de los aspectos tácticos. Conociendo la táctica de los juegos, sacaremos más partido a la técnica.

Proceso de enseñanza basándose en el modelo integrado: es continuo y cíclico. Partimos de un juego real donde el contexto crea problemas que hay que solucionar de la mejor forma posible, una vez realiza la acción para solucionar el problema, hay que reflexionar sobre el resultado para conseguir una comprensión del juego. Aquí destaca la importancia de la táctica, el contexto y la dinámica de juego, ayudando a los alumnos a reconocer problemas, generar soluciones y elegir las mejores. Además, propicia que el alumno trabaje su imaginación y creatividad para resolver las distintas situaciones del juego.

Figura 3: *Progresión de la enseñanza. Devís y Sánchez (1996).*



La segunda fase se caracteriza por las situaciones de juego, se pueden mantener los juegos modificados e introducirse o no la técnica de un juego deportivo. Según vayamos avanzando en los diferentes juegos modificados, iremos añadiendo elementos técnicos como el lanzamiento o el golpeo con el bate entre otros.

La tercera fase es la de del deporte estándar, aplicando la técnica que le corresponda y utilizando situaciones de juego combinadas o utilizadas como calentamiento de juegos modificados. A medida que vayamos avanzando, empezaremos a trabajar los deportes que expuse al principio: Volleyball, bádminton, béisbol y baloncesto.

Cada deporte con balón de los que vamos a trabajar se centrará en tornos a 3 pilares básicos: individuo con balón, individuo sin balón del equipo atacante, individuo del equipo defensor. (Anexos I, II, III).

### 3.3. EL DEPORTE ESCOLAR

En el presente apartado abordaremos la idea de qué es el deporte escolar y cómo esta ha ido evolucionando a lo largo de los años hasta la actualidad. Se hablará también de qué tipo de deporte queremos trabajar con los niños y trataremos las definiciones de distintos autores pasando al final a unas reflexiones propias sobre este tema. Además analizaremos la relación que existe entre competición y educación y al final trataré el tema de las deficiencias del deporte escolar.

El deporte escolar es el tipo de deporte y actividad física que se desarrolla en el marco local de la escuela. Es toda actividad física que se desarrolla durante el período escolar al margen de las clases obligatorias de educación física y como complemento de estas. (Blázquez, 1995, p.24).

Para Gómez y García (1993) el deporte escolar es toda actividad físico deportiva realizada por los niños y niñas jóvenes en edad escolar, dentro y fuera del centro escolar, incluso desarrollada en el ámbito de los clubs o de otras entidades públicas o privadas, considerando deporte escolar como sinónimo de deporte en edad escolar (Gómez y García, 1993).

De la primera definición de Blázquez, la primera idea que saco es que el deporte escolar pretende funcionar como complemento para las clases de educación física, (siendo esta la idea base del TFG) aunque este no solo se centra en el ámbito escolar, sino que también pretender superar las fronteras de los centros educativos y penetrar más allá de ellos en otros puntos de la sociedad.

En la segunda definición, puedo ver que el autor se basa en el deporte competitivo, en buscar el máximo rendimiento a la hora realizar actividades físico deportivas. Pienso que la actividad deportiva empieza a fijarse objetivos de alto rendimiento cuanto comienza a desarrollarse en clubs o en otras entidades deportivas. Aunque en la actualidad (desde hace años se lleva haciendo) se están implantando escuelas deportivas cuyo fin es la práctica de diferentes modalidades deportivas sin tener como objetivo el rendimiento máximo del individuo, se basan en el deporte recreativo y en el mantenimiento de la condición física y la transmisión de unos valores lúdicos y recreativos pasa a ser el objetivo final.

Otra idea a tratar dentro de este apartado, es la de la responsabilidad que tiene el centro escolar sobre la práctica del deporte. El centro escolar tiene que ofrecer una oferta deportiva atractiva para el alumnado del centro, ya que es aquí donde se enseña y se inicia la práctica deportiva. Hablando del importante papel que juegan los centros escolares en esta dinámica hay que citar lo que dice un autor sobre este tema:

“En cualquiera de los supuestos debe quedar claro el papel relevante que juega el centro escolar, estableciéndose que la participación en las actividades (sean o no de competición), se estructura básicamente a través de los centros; siendo estos los responsables de posibilitar la práctica deportiva de todos los escolares pertenecientes a su centro de enseñanza”. (Gómez y García, 1993).

Basándome en las palabras del autor antes mencionado, puedo decir que el centro escolar debe supervisar y controlar el contenido de las prácticas deportivas, así el deporte escolar estará más orientado a la educación integral del niño y el desarrollo de su personalidad.

### 3.3.1. ¿QUÉ DEPORTE QUEREMOS TRABAJAR?

En el siguiente apartado nos centraremos en explicar qué tipo de deporte es el que queremos transmitir y trabajar con el alumnado. Basándome en la clasificación de Domingo Blázquez Sánchez (1995, pp.27, 28,29), hablaremos de dos tipos de deportes: deporte recreativo y deporte educativo.

- **Deporte recreativo:** el deporte recreativo debe ser considerado como una reacción contra el deporte competición o presentarse como una alternativa.

El interés del deporte recreativo radica en que el individuo se entretenga corporalmente para el mantenimiento de su equilibrio personal; no importa el resultado, sino las posibilidades que tiene cada participante.

El deporte recreativo es un modelo abierto, nada está prefijado y las decisiones se toman según se va desarrollando una actividad, adaptando las reglas y los acuerdos constantemente. Sus características centrales son la variedad y la diversidad. No se busca la competición pura, sino que el partido o la actividad que se esté realizando, se

toma como una ocasión para que el vencedor y el vencido disfruten de un momento agradable realizando una actividad deportiva. Las reglas, el material y el grupo pueden cambiar constantemente. “El problema es que al alterar el carácter formal de la competición en el deporte orientándolo hacia una dirección diferente y reduciéndolo así a un forma de instrumentalismo, es que ya no sigue siendo deporte, al menos en su sentido tradicional”. (Blázquez, 1995, p.29).

- **Deporte educativo:** constituye una actividad cultural que da lugar a una formación básica y luego una formación continua a través del movimiento. Puede encontrar su máxima expresión tanto en el marco de la educación física escolar como en el deporte escolar.

El objetivo de este modo de deporte es encontrar las metas más educativas aplicadas al deporte de iniciación. Se olvida del apartado de competición y se centra en el proceso de enseñanza e iniciación. El cuerpo no es el eje central, sino la persona que se mueve, la que realiza la actividad física. En palabras de Blázquez (1995), “el deporte educativo debe permitir el desarrollo de las aptitudes motrices y psicomotrices en relación con los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de su personalidad, respetando los estadios del ser humano”.

### **3.3.2. EDUCACIÓN Y COMPETICIÓN, ¿QUÉ RELACIÓN EXISTE?**

Parlebás (1969): El deporte no posee ninguna virtud mágica, puede despertar el sentido de la solidaridad y cooperación como engendrar un espíritu individualista...puede educar el respeto a la norma como fomentar el sentido de la trampa. Depende del educador y de la forma de enseñar, que se fomenten o no los valores educativos que indiscutiblemente posee el deporte.

Analizando la idea de este autor, podemos decir que el espíritu de equipo, el jugar limpio y respetando las normas (más conocido como “fair play”) son unas virtudes que un niño no va a adquirir automáticamente, sino que es necesario un educador que las empiece a incorporar en los objetivos de su enseñanza. Es aquí donde vemos la primera relación entre educación y competición.

El deporte no solo se basa en ganar; si esa fuese la idea principal, sería absurda la práctica deportiva. Ganar no es lo único que importa al participar; los niños suelen aprender más perdiendo que ganando. Tenemos que trasladar a los alumnos la idea de aprender a perder; es partir de la derrota cuando surge el placer de reconstruir, de volver a empezar para ver qué fallos se han cometido y buscarles solución.

**EL DEPORTE QUE SE OFERTA A LOS NIÑOS POSEE UNA SERIE DE RIESGOS:**

- El estrés que genera la importancia de la victoria
- El aumento de la violencia.
- La presión sobre los jóvenes talentos para conseguir el éxito.
- La falta de iniciativa personal en el juego.
- Entrenamientos y competiciones cada vez más severos.

*Cuadro 3. Extraído de Blázquez. Peligros que entraña cierto tipo de enfoque de la práctica deportiva en los niños. (Blázquez, 1995, p.32)*

Una idea clara que podemos sacar de este cuadro es la siguiente: si abusamos de la competición, el juego ya no se entendería como un juego, sino como un trabajo. Esto al principio puede ser un factor motivante, pero a largo empieza a convertirse en una obligación en la que el niño tiene que ver que puede obtener nuevas recompensas para mantener siempre un alto nivel de rendimiento.

**DEPORTE ESCOLAR:**

- ¿Rendimiento o recreación?
- ¿Competitivo o no competitivo?
- ¿Diversidad o especialización?

**HAY QUE ENCONTRAR LA SALIDA A ESTE CALLEJÓN.**

*Cuadro 4. Extraído de Blázquez. El deporte escolar debe clarificar su postura frente a las diversas alternativas. (Blázquez, 1995, p.32)*

El objetivo principal que debemos tener en cuenta si vamos a iniciar al alumnado en el deporte, es que no hay que aceptar que el niño tenga como único objetivo el lograr victorias, éxitos y campeonatos, esto sería una idea secundaria, hay que ofrecer al individuo una gama extensa de nuevas experiencias, no digo que la competición sea algo malo y que no podamos utilizar el colegio, pero sí lo utilizamos es porque vemos en ella unas virtudes educativas, siempre y cuando se utilice de forma correcta.

**LA COMPETICIÓN BIEN ORIENTADA ES EDUCATIVA Y MOTIVANTE:**

- La interacción con el adversario es la superación de uno mismo.
- El entrenamiento es búsqueda de perfección, de aprendizaje, de convivencia.
- La valoración del esfuerzo es búsqueda de la excelencia.
- La vocación deportiva es legítima y posible camino de felicidad personal.

*Cuadro 5. Extraído de Blázquez. Inspirado en Sánchez Bañuelos, documento inédito. (Sánchez Bañuelos, 1995, p.33)*

En la competición solo existe un deseo del niño, el probarse a uno mismo y frente a un adversario. Una de las claves para conseguir del deporte una forma de educación es la transmisión de unos valores sociales y morales férreos por parte del profesor (como trataré más adelante en el apartado “deporte escolar y educación en valores”).

### **3.3.3. DEFICIENCIAS DEL DEPORTES ESCOLAR**

Basándome en Domingo Blázquez Sánchez (1995, pp.36, 37), en este punto se analizan las deficiencias del deporte escolar en la actualidad.

Existen varias deficiencias que afectan la práctica deportiva y que deben ser corregidas. El deporte tiene que dar respuesta a las necesidades de todos los niños, independientemente de sus sexo, condiciones físicas etc...hay que ajustar la oferta la condiciones reales de los niños y niñas.

En primer lugar aparece la cuestión de la discriminación sexual. “La competición coeducativa debe ser promovida pero no impuesta y tampoco debe ser excluyente de la competición con separación de sexos” (Bañuelos, 1995).

Hay que hacer un esfuerzo coeducacional para nivelar la participación compartida entre chicos y chicas. Algo muy positivo respecto a este tema, son los cursos mixtos de

iniciación deportiva, con planteamientos abiertos e informales en los que cada individuo descubre sus habilidades personales.

Otra forma de discriminación es la que existe entre los centros rurales y los centros urbanos, ya que las posibilidades de practicar un deporte entre un niño que vive en una zona rural y uno que vive en una zona urbana, no son las mismas. Sobre todo porque en las zonas están empezando a desaparecer los espacios dedicados a la práctica deportiva, se dejan de construir esos lugares porque dejan de ser rentables. Hay que acercar al niño al deporte sin necesidad de construir nuevas instalaciones.

Hay otra forma más de discriminación y suele ser la más común en los colegios. Se produce entorno a los niños que tienen problemas de movimiento o de capacidades o destrezas y esos les diferencia de otros niños porque no se mueven de la misma forma. Hablamos aquí de los niños que tienen torpeza motriz, deficiencia mental, limitaciones sensoriales... Entre los niños se catalogan como los “más buenos” y “los menos buenos”. Estos últimos, son los que probablemente necesiten más atención, pero suelen quedar excluidos por los modos selectivos con los que se planea la práctica deportiva escolar.

“Hay que eliminar todas estas deficiencias para que podamos empezar a hablar de un deporte democrático no discriminador” (Blázquez, 1995).

### **3.4. LA MOTIVACIÓN**

En este punto trataremos un tema que suele dar lugar a muchas preocupaciones tanto en profesores como en monitores y/o entrenadores de actividades extraescolares; la motivación. Basándome en las ideas de diferentes autores, intentaré dar respuesta a qué es lo que hace que un niño se entusiasme por la práctica de alguna actividad física y qué es lo que le lleva a perder totalmente el interés por la asignatura de educación física.

#### **3.4.1. MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

La capacidad de motivar es uno de los problemas más significativos de los profesores, ya que su principal temor es que el alumno no disfrute de la asignatura. En este apartado se muestran cuáles son los problemas que provocan la desmotivación del alumno en las

clases de educación física y qué se puede hacer para mejorar la actitud del niño en las clases de dicha asignatura.

En el presente punto y habiendo leído a diferentes autores, vamos a hablar sobre dos tipos de motivación: la motivación hacia el movimiento y la motivación en las clases de educación física.

- **La motivación hacia el movimiento:**

En los años 70 se empezaron a realizar diversos estudios sobre la motivación en el deporte, aquí empiezan a aparecer autores importantes que iremos citando a lo largo del presente apartado.

Escartí y Cervelló (1994) citan a Adelman y Wood (1976) en una investigación sobre las razones para hacer deporte, destacando la competencia, estar en forma y la afiliación.

Orlick (1973): diferencia entre mayores y menores de 10 años. En los menores de 10 años los motivos son la falta de juegos o el aburrimiento, mientras que en los mayores son el conflicto de intereses (otras actividades extracurriculares) o la falta de tiempo.

Antón (1997): nos encontramos deportistas con distintos intereses. Los hay motivados por la necesidad de movimiento y liberación de energía que se satisfacen plenamente con el propio juego, otros buscan la afirmación de sí mismo, a través del éxito personal en cada acción, aunque con el peligro de que tratan de anular al compañero.

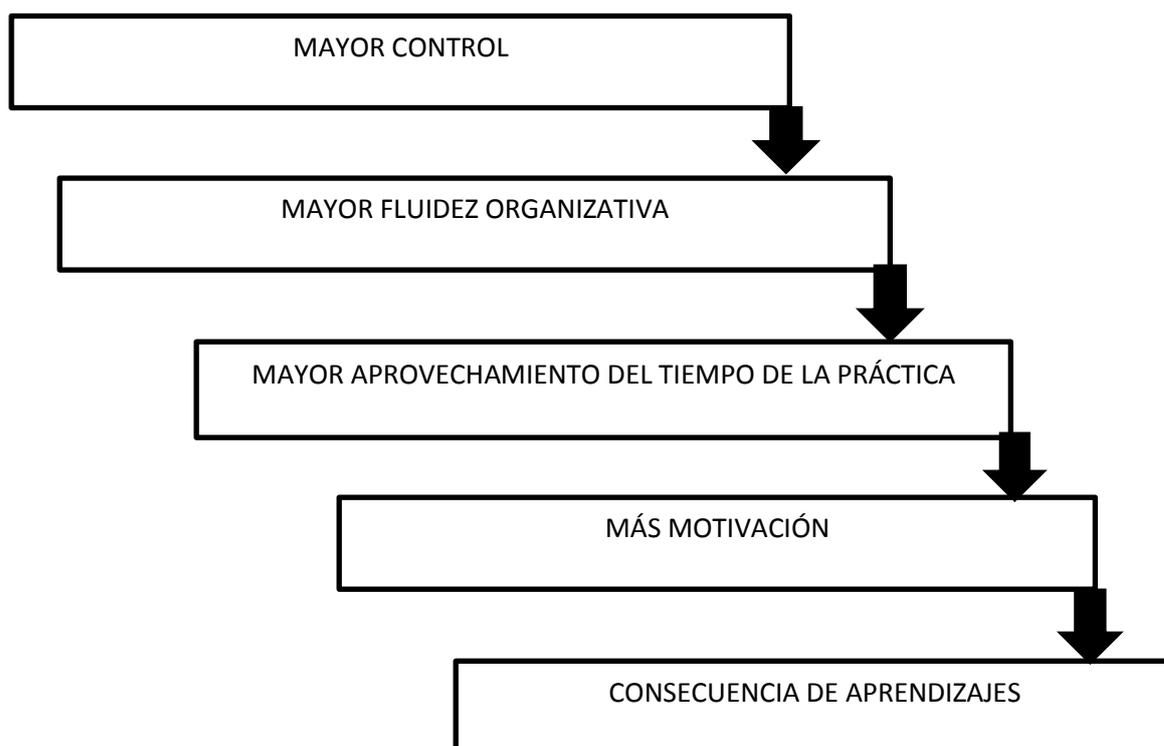
Bakker (1993) motivos por los que se realiza deporte: la necesidad de sentirse competente en un determinado comportamiento, necesidad de afiliación (amistades), necesidad de moverse o jugar, salud, etc.

Knapp (1981) afirma que la motivación es el factor más importante para la adquisición de una habilidad motriz. Escartí y Cervelló (1994) comentan que el entorno del deporte está considerado como una motivación de logro por buscar excelencia, aunque, la influencia del éxito o del fracaso es diferente en cada persona. Estos autores concluyen que en general, el deporte aumenta el sentimiento de competencia en resultados o juicios tanto en el ámbito cognitivo como social o físico.

- **La motivación en las clases de educación física:**

En este apartado nos centramos en las teorías de Del Villar (1993). Una de las paradojas de esta área de conocimiento la plantea Del Villar (1993) cuando expone cómo esta motivación llega a ser muy elevada en Primaria debido a la necesidad vital de movimiento que tienen los niños, por lo que se hace complicado canalizar esta excesiva demanda en una estructura organizativa eficaz. Continúa este autor afirmando que sólo cuando se consigue el control del grupo es posible diseñar organizaciones eficaces que derivarán en una mayor participación del alumnado y, por tanto, en el aumento de la motivación. Es entonces cuando se presentan las condiciones ideales para conseguir los aprendizajes (figura 1).

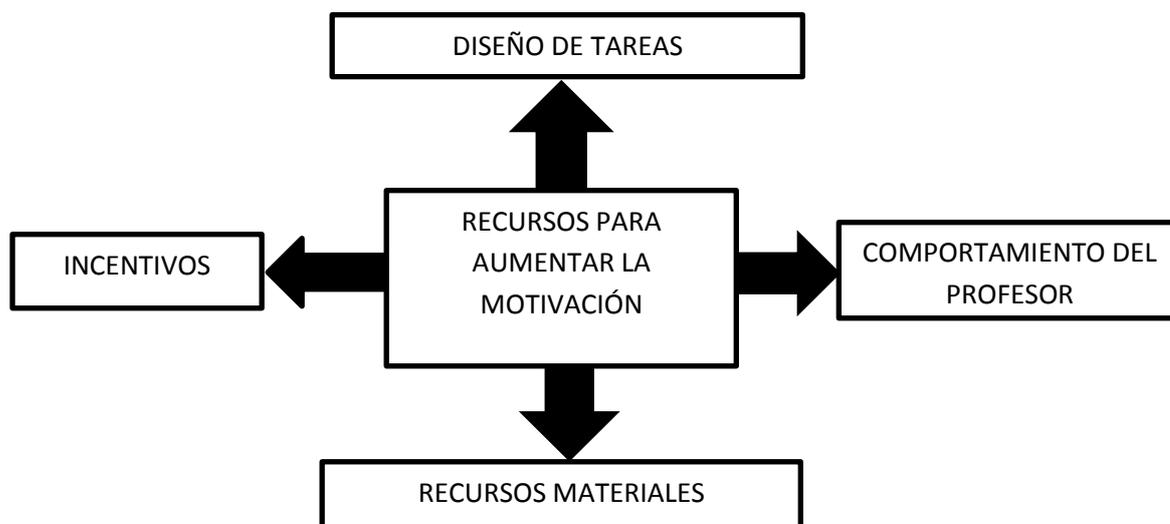
Figura 1. Esquema para poder lograr aprendizajes.(efdeportes.com/revista digital)



Del Villar (1993).

Basándome en las lecturas de tres autores diferentes, (López Buñuel, Ibáñez Godoy y Giménez Fuentes Guerra, 1999) los puntos básicos a seguir para lograr la motivación en el alumno y que esta persista curso tras curso, serían los siguientes:

Figura 2. Recursos para aumentar la motivación.(efdeportes.com/revista digital)



Elaboración basada en López Buñuel, Ibáñez Godoy y Giménez Fuentes Guerra.

### 3.5.2. MOTIVACIÓN Y PRÁCTICA DEPORTIVA

Basándome en David Trepát de Francisco (1995) empiezo hablando de cómo surgen las motivaciones para la práctica deportiva. La motivación y la práctica deportiva en edad escolar están muy relacionadas y para entender esta relación hay que tener en cuenta dos aspectos a destacar:

- **La elección de la práctica:** el gusto o el interés que despierta en el joven hacia una actividad o deporte concreto. La posibilidad de elegir viene condicionada por la oferta que recibe el niño a partir de su entorno social, pero también juega un papel importante los procesos psíquicos de la motivación. (David Trepát, 1995, p.147).
- **La duración, lealtad o compromiso:** refiriéndose a un deporte, la superación de las dificultades y los obstáculos para aplicarse a la actividad escogida de forma constante. (David Trepát, 1995, p.147).

Partiendo de estos dos aspectos nos hacemos la siguiente pregunta, ¿qué es lo que lleva a una persona a la práctica de un deporte o actividad deportiva? Según Bouet (1969), Skubic (1956) y Gill (1983), hay 3 motivos que llevan a un individuo a practicar una actividad deportiva: las necesidades personales, las influencias sociales en la práctica deportiva y los medios de comunicación.

- **Las necesidades personales:** según las importantes investigaciones de los tres autores antes mencionados, existen 8 factores importantes:
  1. Búsqueda del desarrollo personal: necesidad de auto realizarse, de excelencia.
  2. Búsqueda del éxito.
  3. Búsqueda de estar en buena forma.
  4. Búsqueda de gasto de energía.
  5. Búsqueda de satisfacciones deportiva.
  6. Búsqueda de placer, diversión y esparcimiento: divertirse jugando.
  7. Búsqueda de vida en grupo.
  8. Búsqueda de relaciones amistosas y cooperativas.

En mi opinión y según lo leído, lo que más motiva a la hora de la práctica deportiva es el desarrollo personal y el deseo de ganar del individuo. Esta primera dimensión lo que hace es despertar en el individuo unas ganas de mejora continua y de desarrollar sus habilidades deportivas, pudiendo superarse y alcanzar un mejor nivel.

- **Las influencias sociales en la práctica deportiva:** a menudo la elección de un niño por un deporte aparece porque sus padres practican alguna actividad deportiva o por el deseo que tienen estos por ver a su hijo destacar en un deporte. También puede deberse a la popularidad que presenta la actividad elegida o el prestigio que proporciona. La probabilidad de que un niño se decante por la práctica deportiva es mucho mayor cuando sus padres realizan un deporte o una actividad física.
- **Los medios de comunicación:** tienen mucha influencia, ya que un deporte empieza a ser del gusto del niño dependiendo si sale o no en la televisión. No solo influye la televisión, sino que también tiene que ver la coincidencia de gustos de los amigos respecto a un deporte.

Según lo dicho en puntos anteriores, tengo que resaltar unos puntos que pueden ser de gran importancia para motivar e iniciar a los alumnos en la práctica de algún deporte o actividad física:

- Concienciar al alumno de la práctica de deportes diferentes antes de decantarse por uno en particular, logrando así el desarrollo de diferentes habilidades.

- Transmitir la idea al alumno de que nunca se pierde si se ha realizado el máximo esfuerzo buscando buenos resultados.
- Destacar la diversión por encima del rendimiento y de los resultados.
- Proporcionar experiencias positivas.
- Animar la competición transmitiendo su valor educativo.
- Tener en cuenta las posibilidades y el nivel que presenta un alumno y no presionarlo para que realice una actividad deportiva si esta se encuentra por debajo de sus posibilidades.

### **3.5. DEPORTE Y EDUCACIÓN EN VALORES**

En este punto nos centramos en hablar de los valores que debemos transmitir a los niños cuando practican una actividad deportiva, haciendo que respeten al contrario, trabajando en equipo, colaborando y cooperando con los compañeros. Además trataremos las ideas de David Trepát de Francisco (1995, pp.95, 111), donde podremos ver cómo la sociedad es que la hace que los niños asimilen ciertos valores negativos en la práctica deportiva.

En la actualidad estamos acostumbrados a ver, cada día más, cómo en los eventos deportivos se dan casos de violencia entre los aficionados, con insultos, peleas y elementos por el estilo, incluso hemos llegado a ver como los propios padres de los niños se llegan a pelear por discusiones que tiene que ver con el tema de “mi hijo es mejor que el tuyo, tú hijo no sabe jugar”.

#### **3.5.1 RELACIÓN ACTIVIDAD FÍSICA-VALORES SOCIALES**

En este apartado me basaré en las ideas de David Trepát de Francisco (1995), en las resalta como las sociedad y la familia, entre otros factores, puede afectar de una manera u otra en la transmisión de los valores a los niños.

En la actualidad no se puede cuestionar el poder socializador que tiene el deporte y la actividad física, además de que son unos transmisores de valores éticos y morales. Según Trepát, se han convertido en ingredientes de la industria del ocio y del entretenimiento y se ven explotados por los intereses comerciales. Con esta idea, Trepát

(1995) hace la siguiente reflexión sobre lo que transmite el deporte a los más pequeños: “el deporte basado en la influencia de los intereses económicos, pone en peligro la carga educacional que la práctica lleva implícita para el niño, perdiéndose así el disfrute por la participación”. Analizando esta reflexión de Trepát, llego a la conclusión de que el niño va a empezar a ver el deporte como el camino hacia una profesión futura, lo que le llevará a un abandono de la práctica si fracasa en su intento. El niño primero tiene que ver el deporte como una afición que le lleve a practicarlo y según vaya creciendo, empezar a verlo como algo más serio.

Uno de los valores que nos quiere transmitir el deporte es el “fair play”, que puede definirse como un valor humano, como la justicia y sin la cual no puede haber deporte correcto. Siguiendo con Trepát (1995), frente a este valor que promulga el deporte hay una amenaza que es la de buscar la victoria a cualquier precio. La preocupación por la victoria lleva a los participantes a violar el reglamento. Entonces el que practica un deporte, tiene miedo a no ganar y ese temor al fracaso hace que se considere al adversario como el enemigo que hay que abatir. Entonces empieza a perder sentido el significado del “fair play” que según Trepát, este “debe convertirse en una forma de ser y debe contribuir a crear relaciones humanas duraderas entre deportistas, dando al deporte su dimensión humana”.

También los medios de comunicación pueden ejercer una gran influencia negativa, porque los niños cada vez se ven más influenciados por lo que ven en la televisión. La televisión con sus retransmisiones está empezando a mostrar unos valores negativos al niño, sobre todo cuando aparecen imágenes de agresividad en el deporte.

La familia y la escuela también son factores que influyen en la trasmisión de valores; la victoria en los eventos deportivos escolares va a dar más “prestigio” a la escuela que gane, por lo que en ocasiones, los participantes intenta violar las reglas para conseguir ese “prestigio”. Siguiendo con las ideas de Trepát hay que establecer unos valores educativo a cualquier tipo de actividad deportiva, tanto individual como colectiva.

El currículum de los entrenadores, técnicos deportivos, profesores y maestros de educación física trata exhaustivamente los aspectos técnicos de cada especialidad, así como los didácticos y pedagógicos, pero no forma de un modo sistemático en todos aquellos contenidos relacionados con el valor social del hecho deportivo (Trepát, 1995, p.96)

Haciendo referencia a la frase anterior, hay que trabajar y analizar los contenidos que no son ni procedimentales ni conceptuales, sino actitudinales. El deporte transmite un montón de valores a los niños y este también los va descubriendo por sí mismo, pero también hay niños que en deporte se sienten humillados por su entrenador cuando por el simple hecho de querer ganar a toda costa le dicen al niño “hoy no juegas porque queremos ganar este partido”...lo más probable es que el niño se sienta frustrado y decepcionado y acabe abandonando el deporte. Esto no solo pasa en el deporte, sino también en las clases de educación física, sobre todo cuando los alumnos se ríen unos de otros cuando uno no sabe hacer alguna actividad y el profesor no actúa como debe de actuar.

Siguiendo con las ideas de Trepát (1995), expongo algunos contenidos actitudinales que pueden ser de gran ayuda tanto en las clases de educación física como en el deporte escolar:

- Asimilar el deporte y la actividad deportiva como algo fundamental para la formación integral del individuo.
- Disfrutar del aspecto lúdico del movimiento.
- Valorar la parte no competitiva de la educación física y del deporte.
- Valorar la práctica deportiva como fuente de salud, recreación, felicidad y calidad de vida.
- Aceptar la victoria y la derrota.
- Controlar la agresividad durante la competición
- Respetar al adversario ganador o perdedor.

También debemos transmitir al alumnado una serie de valores y normas:

- **Valores:** Son principios que regulan el comportamiento de un individuo. Pueden ser los siguientes:
  - Deportividad
  - Nobleza
  - Constancia
  - Cooperación
  - Colaboración
  - Compañerismo

- **Normas:** son las reglas de conducta que se imponen a la hora de realizar una actividad y que deben ser respetadas para el buen funcionamiento social:
  - Utilización del material y las instalaciones.
  - Hábitos higiénicos.
  - Reglamento en juegos y deportes.
  - Pactos para establecer normas de juego.

Para finalizar este apartado, enuncio algunos de los hábitos, valores y actitudes que deberían presidir la práctica deportiva escolar según VV.AA. (2002) y que aparece en la publicación de la revista digital de educación física (Año 1, Núm. 4 mayo-junio de 2010)

- El deporte puede ser un instrumento que contribuya a la adquisición de habilidades sociales en los individuos.
- El deporte será un correcto medio de socialización cuando pueda ser practicado por todos los niños y niñas que así lo deseen y no sean excluidos por razones de aptitud física ni motriz.
- Los educadores, deben favorecer aspectos que repercuten en las habilidades sociales mediante conductas que faciliten las relaciones entre los participantes, fundamentalmente propiciando acciones de solidaridad y tolerancia.
- Respeto a la norma, al árbitro y a los contrarios.
- El diálogo como capacidad básica de todo ser humano y fuente de resolución de conflictos sociales requiere también de un aprendizaje.
- Compartir es una forma de participar con otros en una actividad. El deporte proporciona esta participación, pero como mencionamos anteriormente el estilo de vida de la sociedad contemporánea inmersa en la competitividad y en el hecho de alcanzar retos inigualables, en muchas ocasiones desvía la educación de hábitos en los que se acepten a las personas tal y como son y cooperemos en actividades concretas, y además, admitamos la cooperación de otros.

Para finalizar la fundamentación teórica tengo que añadir algunas de las ideas que he ido sacando de toda la información que he trabajado en este TFG:

- El deporte bien entendido y enfocado más hacia los elementos educativos que hacia el elemento competitivo puede compartir con la educación física valores educativos y también ciertos contenidos y estrategias metodológicas
- El deporte siendo un fenómeno social y cultural debe incorporarse en todos los programas de educación física y trabajarse de una forma correcta.
- Utilizar el deporte no solo como un recurso para mejorar habilidades, sino también como un recurso de transmisión de valores humanos y sociales.

Una vez terminado el marco teórico, tengo unas ideas más claras para desarrollar los puntos siguientes del TFG y sobre todo para realizar un buen proyecto de iniciación deportiva. Una de esas ideas es que el deporte que enseñamos por medio de las actividades extraescolares debe ser un deporte más educativo, no debemos transmitir a los niños la idea de que hay que ganar en todo como sea, sino trasladarles la idea de que perder no es algo malo, puede ser algo bueno de lo que podemos aprender para no cometer errores en el futuro. Otra de las ideas es que las actividades extraescolares pueden funcionar como un gran refuerzo para la educación física, siempre y cuando las trabajamos de la forma correcta y no solo teniendo como objetivo principal la competición y el logro de éxitos deportivos.

Sobre todo una de las ideas clave que se pudo sacar del marco teórico es que en la educación física no se busca el rendimiento perfecto del niño en el deporte, sino la creación de hábitos y actitudes positivas para la práctica deportiva fuera del horario escolar. Para poder conseguirlo, hay que eliminar las prácticas que conlleven demasiados elementos técnicos, fomentando aquellas que resulten más motivantes en su desarrollo.

La motivación es uno de los elementos clave para que el niño empiece a practicar actividades extraescolares o un deporte escolar y en mi opinión esta motivación debe comenzar en las clases de educación física. Debemos transmitir la idea al alumnado de los beneficios que tiene la actividad física, pero no practicando directamente un deporte, sino juegos relacionados con otros deportes, para que el niño no se especialice en una edad temprana y que pueda ir descubriendo nuevos tipos de actividades físicas, ya habrá tiempo para la especialización deportiva en otras etapas.

## 4. METODOLOGÍA

A la hora de elaborar este TFG he tenido en cuenta las reflexiones que tomé durante mi período de prácticas, basadas en el comportamiento de los alumnos en las clases de educación física y además he tenido muy presentes todos los conocimientos adquiridos en las asignaturas del grado de Educación Primaria, sobre todo PEC y las asignaturas de la mención de educación física.

En primer lugar, este trabajo trae consigo una búsqueda de documentos y su posterior análisis sobre el tema principal: las actividades extraescolares y el deporte escolar como refuerzo a la educación física. La fundamentación teórica es bastante amplia, ya que todos los temas están relacionados entre sí y al tratar uno, hay que hablar casi “por obligación” del otro; he querido centrarme en todos los elementos que engloban el deporte escolar.

En segundo lugar, he centrado mi atención en trabajar el tema de la actividad extraescolar y el deporte porque son temas que están estrechamente relacionados con la educación física y viendo esta relación he diseñado un proyecto que me gustaría llevar, en un futuro como docente, al centro escolar. A la hora de realizar mi proyecto, he tenido como referente la Ley vigente, el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero (BOE nº 52), en la que se habla de la importancia del deporte y las actividades extraescolares en la educación primaria.

Para que mi propuesta sea fundamentada, decidí analizar cómo era la actividad extraescolar que se practica en mi municipio y de qué manera la llevaban a cabo los monitores deportivos; además traté de llevarla a cabo con mi grupo de extraescolares una vez a la semana. Cada día hacíamos una actividad distinta, dejando de lado la competición y centrándonos más en el disfrute de los niños y en los elementos educativos que nos pueden ofrecer dichas actividades

En cuanto al análisis y la recogida de información sobre los temas que trabajo, me he basado en el estudio de múltiples datos estudiados por diversos autores en artículos y revistas de educación física, además de analizar varios libros y sus ideas y reflexiones. Al principio, fijé mi atención en un libro sobre iniciación deportiva y deporte escolar, ya que en él aparecían escritos de diversos autores y podría comparar las ideas de todos

ellos y analizarlas, proporcionándome así un apoyo a la hora de elaborar mi proyecto de iniciación deportiva en Educación Primaria.

A la hora de analizar la actividad extraescolar y ver de qué manera podría ser utilizada en mi proyecto, me basé en la idea de un determinado autor, ya que sus explicaciones sobre estas actividades eran las más amplias y claras, además de que elabora una clasificación de todas ellas teniendo en cuenta el objetivo que se quiera conseguir en cada una. Esta explicación sobre las actividades extraescolares es la base que sustenta el TFG, ya que partir de ella puedo empezar a hablar de cómo la actividad extraescolar puede ser un gran refuerzo para la educación física. A partir de este punto empiezo a adentrarme en el deporte escolar y en la idea de que puede funcionar como un refuerzo para la educación física.

A la hora de analizar el deporte como una actividad de refuerzo, también hay que tener en cuenta el análisis de otros factores que influyen en este y en las clases de educación física como pueden ser entre otros, el deporte educativo, la motivación y los valores. Respecto a esta idea, he tratado de hacer un análisis bastante amplio sobre todo los factores que engloban al deporte y la educación física, no solo basándome en lo que dicen los autores que he consultado, sino también apoyándome en mis vivencias como profesor de prácticas y como monitor deportivo.

Para completar la información, he comparado las ideas de múltiples autores y he podido darme cuenta de que la mayoría están de acuerdo en cuanto al papel del deporte en la escuela durante la Educación Primaria, defiende la idea de que en la educación física, el deporte es un contenido importante que se utiliza como medio de formación y la práctica deportiva nos proporciona un soporte para lograr los objetivos educativos.

Para la elaboración de mi proyecto de iniciación deportiva, me he basado en análisis de múltiples ideas encontradas en artículos, revistas y libros de educación física que tratan el tema del deporte escolar y cuál es la mejor forma de llevarlo a cabo con el alumnado. Además he tenido muy presente la teoría estudiada en la asignatura de “Juegos y deportes”, la cual me ha sido de gran ayuda y me ha servido de guía a la hora de tratar algunos contenidos de la propuesta a trabajar.

## 5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Mi propuesta se basa en un proyecto de iniciación deportiva que se realizará uniendo las clases de educación física (por las mañanas) con las actividades extraescolares (por las tardes), pudiendo ver así cómo estas actividades pueden funcionar como un refuerzo a la asignatura durante la etapa de educación primaria. Lo que se pretende con este proyecto es trabajar los contenidos del área en forma de actividad extraescolar, algo que será novedoso para los alumnos, así se logrará afianzar los conocimientos que ya tenían o promover el aprendizaje de nuevos contenidos de una manera que puede ser más atractiva para ellos, ya que al trabajarse los contenidos de una forma novedosa, será mucho más motivante para los niños.

De esa forma, los alumnos comenzarán a trabajar varias actividades y deportes fuera de la educación física y del horario lectivo, empezaran un proceso de iniciación deportiva, lo que hará que muchos de ellos se interesen por la práctica diaria del deporte e incluso pudiendo apuntarse a algún club deportivo escolar. Lo que queremos lograr trabajando de esta forma es conseguir una conexión real entre educación física-actividad extraescolar-deporte escolar.

Este proyecto puede realizarse de dos formas: al principio del curso hasta el final de este, haciendo que el alumnado muestre interés por el deporte y logrando que practique un tipo de actividad extraescolar o deporte escolar durante todo el año, o al final de curso los 3 últimos meses, despertando en el alumno la necesidad de practicar deporte a diario y haciendo que empiecen las actividades extraescolares desde el inicio del próximo curso.

Al ser un proyecto teórico que no todavía no se ha llevado a la práctica, podrían hacerse diversas modificaciones en cuanto a los contenidos que se trabajan y los objetivos que se quieran lograr, dependiendo de la edad de los alumnos a los que esté destinado. Este proyecto está destinado a todos los ciclos de educación primaria, Es en esta etapa cuando el niño empieza a decantarse por un deporte que quiere practicar y solo se centra en ese deporte, que suele fomentar la competición; este proyecto pretende que el alumno conozca y practique otros deportes, cuyo objetivo no será la competición ni el logro deportivo, sino el aprendizaje.

## 5.1. AMBIENTACIÓN METODOLÓGICA

Como hemos comentado anteriormente la metodología en que se va a desarrollar este proyecto nos va a ayudar a varias cosas durante su desarrollo:

En primer lugar, trabajaremos los contenidos del área de educación física en forma de actividad extraescolar, algo que será muy novedoso para los alumnos, así se logrará afianzar los conocimientos que ya tenían o promover el aprendizaje de nuevos contenidos de una manera que puede ser más atractiva para ellos, ya que al trabajarse los contenidos de una forma totalmente nueva, será mucho más motivante para los niños

En segundo lugar, con este proyecto se trata de encontrar un hilo conductor entre lo que se trabaja en el aula y lo que se va a trabajar fuera del horario lectivo en las actividades extraescolares. Demostrando así que estas actividades pueden funcionar como refuerzo a la educación física.

Además, es una nueva forma de trabajar, rompemos con lo clásico por lo que va a ser más motivante y sencillo para los alumno, ya que en estas actividades no se sentirán presionados por la calificación que puedan obtener al no haber calificaciones.

La ambientación metodológica sobre la que vamos a dirigir el proyecto trata sobre los juegos olímpicos (quedaría mejor si fuese en año olímpico). Los juegos olímpicos se crearon hace siglos y en ellos se desarrollan diferentes deportes. Este puede ser un elemento motivante para los alumnos y es con el que vamos a trabajar.

Al principio del curso escolar, con el fin de que el alumnado conozca el proyecto, empezaremos hablando de los juegos olímpicos y a raíz de esta introducción comenzaremos con las actividades. Al inicio de cada U.D en clase (horario lectivo), se le dará a los alumnos un ejemplo de un deportista que haya hecho historia en los juegos olímpicos; esta introducción será el hilo conductor para el trabajo de las actividades y deportes que realizaremos fuera del horario lectivo (actividad extraescolar). A modo ejemplo y para que haya conexión entre la asignatura y la actividad de después, se trabajaría de esta forma: La U.D de capacidades físicas básicas se trabajaría en al aula, mientras que después nos centraríamos en trabajar pruebas de atletismo, partiendo siempre de un proceso de mejora en el que partimos de ejercicios simples a más difíciles

## 5.2 DESARROLLO DEL PROYECTO

Como hemos dicho antes, este proyecto está destinado a toda la educación primaria, por lo que los contenidos que se van a desarrollar en cada curso van a ser distintos, teniendo en cuenta la edad de los alumnos.

- En los cursos de 1º y 2º de Educación Primaria, nos centraremos más en trabajar las habilidades motrices, el juego bueno y la expresión corporal que en los deportes, ya que en las edades que se encuentran pienso que es mejor que no se especialicen directamente en un solo deporte y pueden ver las variaciones que proponemos como la orientación. Además, trabajaremos diversas habilidades deportivas y juegos de cooperación-oposición, juegos de bate y campo y juegos de cancha dividida.
- En los cursos de 3º y 4º de Educación Primaria, trabajaremos varios de los contenidos del primer ciclo pero añadiremos otros más como habilidades manipulativas (malabares), empezaremos con las capacidades físicas básicas y juegos de atletismo e iremos añadiendo deportes colectivos como Volleyball y Ultimate. He decidido no añadir en este ciclo ni el fútbol ni el baloncesto porque son los más practicados y de este forma pueden descubrir deportes que no han practicado tanto o que no conocían como es el caso del Ultimate.
- En los curso de 5º y 6º de Educación Primaria, nos vamos a centrar más en los deportes colectivos, acrosport y en el atletismo pero sin olvidarnos de recordar lo trabajado en otros ciclos. Aquí añadiremos el trabajo de tres deportes: volleyball, baloncesto y béisbol.

En los cursos de 3º y 4º he decidido no trabajar el baloncesto porque es un deporte muy conocido por todos y lo que pretendo es que en los primeros cursos de educación primaria, conozca los deportes más nuevos o los menos practicados.

Para el desarrollo de juegos y actividades deportivas me he centrado en trabajar tres tipos de actividades que después traerán consigo la realización de unos deportes relacionados con esas actividades:

- **Juegos y deportes de cancha dividida:** les permite la acción reflexiva al organizarse en la defensa y ataque. El juego que trabajaré será “Campo largo en 1x1” y como deporte, el Volleyball. Una vez trabajada la táctica con diferentes

juegos, pasaremos a trabajar la técnica en estos deportes de cancha dividida. Para ello realizaré diferentes actividades centradas en desarrollar la técnica óculo-manual, esto permitirá al individuo relacionarse con los gestos adecuados para que finalmente podamos centrarnos en practicar el deporte que proponemos al principio. (Anexo 1)

- **Juegos y deportes de bate y campo:** Enviar un móvil a un espacio libre, trabajar estrategias si se juega con compañeros, neutralizar espacios, buscar la mejor posición para marcar. El juego que trabajaré será “balones a la caja” (Anexo II) y como deporte el béisbol. A modo de reflexión, se pueden hacer preguntas a los alumnos sobre el que porqué de sus decisiones y cómo estas influyen para lograr los objetivos que se proponen en el juego. Más adelante, para trabajar la técnica en los deportes de bate y campo, empezaremos a trabajar con el béisbol. Para ello, iremos introduciendo juegos diferentes en los que la técnica que sea la misma, para que poco a poco el alumno vaya desarrollando la técnica óculo-pédica y óculo-manual. (Anexo II)
- **Juegos y deportes de invasión con objetos:** Desmarcarse con y sin balón, buscar espacios, apoyar al compañero, tipos de defensas distintas. Trabajaré el baloncesto como deporte y como juego modificado “Los conos”. Al finalizar estos juegos en los que prima la táctica, pasaremos a adentrarnos en juegos más específicos al deporte que vamos a trabajar, el baloncesto. Con estos juegos empezaremos a desarrollar en el alumno su capacidad óculo-manual y una vez adquirida esta, nos centraremos en practicar el deporte que hemos mencionado al principio. (Anexo III).

Para el correcto desarrollo de este proyecto, me centraré en el trabajo de las actividades de la siguiente manera: juegos deportivos modificados cuyo procedimientos se basa en: modificación, principios tácticos y progresión.

- **Juegos deportivos modificados:** juego que posee competición y un sistema de reglas que permite concluir quién gana o pierde. Juego flexible en el que varían las reglas del juego. Reduce la exigencia técnica y exagera la táctica, facilitando su enseñanza. Estos se encuentran entre los juegos libres y los juegos deportivos.
- **Modificación:** trasladar la idea al alumnado de que las actividades y juegos deportivos siempre pueden verse modificados en torno a unos elementos: material, equipamiento, área de juego y reglas.

- **Principios tácticos:** principios básicos que tiene que conocer el alumno para trabajar las actividades mencionadas al principio de la propuesta.
- **Progresión:** basada en tres fases: juegos deportivos modificados (bate y campo, cancha dividida e invasión), transición con combinaciones de juegos, situaciones y minideportes e introducción a deporte estándar.

Para el desarrollo de las habilidades motrices, nos centraremos en el trabajo de saltos, giros y desplazamientos, los cuales estructuraremos de la siguiente manera:

- Giros: que pueden ser estando en continuo contacto con un base de sustentación como el suelo, esterillas y colchonetas. Podemos trabajarlo en suspensión, realizando distintos tipos de saltos y sobre los distintos ejes del cuerpo: transversal, longitudinal y anteroposterior.
- Saltos: combinación de distintos tipos de saltos, salvando obstáculos, salto de altura y longitud. Salto en estático, salto en carrera, saltos continuos, cambiando los pies.
- Desplazamientos: bipedestación, a gatas, en cuadrupedia, realizar trepas para llegar a distintas alturas.

A estos tres apartados, hay que sumarle que estas habilidades también pueden estar centradas en el movimiento de objetos; levantamiento, lanzamientos y golpes y recepciones.

Para el desarrollo del juego bueno trabajaremos diversos juegos en los que los niños tendrán que decidir cuál es la mejor forma de jugar mejor entre todos. Para ello se les darán unas nociones básicas como son: aprender a jugar de modo seguro y sin hacerse daño, jugar con el control y dominio de las emociones y fomentar las buenas relaciones entre los niños, jugar bien entre todo. Para establecer cuáles son los factores que pueden mejorar el juego, los niños trabajar las pautas que se exponen a continuación:

- Seguridad: colaboración con el acondicionamiento de las zonas, incertidumbre personal.
- Relaciones: Aceptación y ayuda a otros, integración, actitud tolerante y positiva
- Intervención personal: mediación de conflictos.
- Normativa: escuchar, elaborar normas llevándolas a cabo y que sean lógicas en el juego, comprender la influencia de las normas, elementos de las estructuras.

Para trabajarse con niños del primer ciclo, podemos utilizar juegos como la “araña peluda”, un juego de invasión sin objetos. En el segundo ciclo comenzaríamos a utilizar juegos de cancha dividida y de bate y campo. En el tercer ciclo, juegos de invasión con objeto y juegos con implemento.

Para el trabajo de la expresión corporal en el primer ciclo de primaria, lo trabajaremos con bailes y danzas regionales del propio país y de otros lugares del mundo y para trabajarlo con el 2º y el 3º ciclo comenzaremos con el acrosport. Para el trabajo de esto último, serán los propios niños los que ideen la composición de sus figuras, habiendo explicado previamente lo que es el acrosport y cuál es la forma correcta de los apoyos a la hora de realizar figuras para que no se sufra ningún daño.

El trabajo de las capacidades físicas básicas comenzará en el segundo ciclo de primaria, sustituyendo a la trabajo de las habilidades motrices que se realiza en el primer ciclo. Nos centraremos en las cuatro capacidades físicas básicas: velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad. Podremos trabajarlas mediante circuitos sencillos, y luego ir aumentando la dificultad hasta que al final podamos trabajar esas capacidades en pruebas sencillas de atletismo.

Para el trabajo de la orientación nos centraremos en llevarlo a cabo con todos los ciclos de educación primaria, pero a diferentes niveles, ya que dependido de las edades la percepción del espacio será mayor o menor. En los tres ciclos comenzaremos trabajando de la misma manera, con sencillos mapas (Anexo IV) que servirán para desplazarnos por el espacio; la única variante que se presenta es en el tercer ciclo de primaria, ya que al final se hará un prueba a contra reloj en el espacio del centro.

### 5.3. ELEMENTOS CURRICULARES

De acuerdo con el BOE, los elementos curriculares de la asignatura de educación física se estructuran en torno a 5 situaciones motrices diferentes: acciones motrices individuales en entornos estables, acciones motrices en situaciones de oposición, acciones motrices en situaciones de cooperación, con o sin oposición, acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno físico, acciones motrices en situaciones de índole artística o de expresión.

Respecto a estas 5 situaciones motrices, en mi propuesta se desarrollan dos de ellas:

**A) Acciones motrices en situaciones de oposición:** En estas situaciones resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad del momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. La atención, la anticipación y la previsión de las consecuencias de las propias acciones en el marco del objetivo de superar al contrario, son algunas de las facultades implicadas. A estas situaciones corresponden los juegos de uno contra uno, los juegos de lucha, el judo, el bádminton, el tenis, el mini-tenis y el tenis de mesa, entre otros.

**B) Acciones motrices en situaciones de cooperación, con o sin oposición:** En estas situaciones se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo, pudiéndose producir que las relaciones de colaboración tengan como objetivo el de superar la oposición de otro grupo.

### 5.4. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

Según lo que aparece en el BOE y en el BOCyl, mi proyecto se centra en los siguientes estándares de aprendizaje:

- Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.

- Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postura
- Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.
- Distingue entre juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.
- Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.
- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
- Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase
- Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo
- Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás
- Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases

## **5.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

Según lo que aparece en el BOE y en el BOCyl, mi proyecto se centra en los siguientes criterios de evaluación:

- Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
- Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada.
- Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas

- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.
- Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.
- Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.
- Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.
- Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.

## 5.6 CONTENIDOS

Analizando la asignatura y basándome en las actividades en las que se centra mi proyecto, he elaborado los contenidos que se mencionan a continuación para el primer, segundo y tercer ciclo de educación primaria:

### **1º y 2º de Educación Primaria:**

- Las habilidades motrices básicas: giros, saltos y desplazamientos
- Habilidades deportivas
- Juego bueno
- Expresión corporal
- Juegos de cooperación-oposición
- Juegos de bate y campo
- Juegos de cancha dividida
- Orientación
- Juegos deportivos modificados y minideportes

**3º y 4º de Educación Primaria:**

- Juego bueno
- Malabares
- Acrosport
- Capacidades física básicas
- Juegos de bate y campo
- Juegos de cancha dividida
- Orientación
- Volleyball
- Últimate

**5º y 6º de Educación Primaria:**

- Juego bueno
- Capacidades físicas básicas centradas en el atletismo
- Acrosport
- Expresión corporal
- Juegos de cancha dividida
- Orientación
- Deportes colectivos: baloncesto, volleyball y béisbol

**5.7 OBJETIVOS.**

Teniendo en cuenta los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje en los que se basa el BOE y el BOCyl, he redactado unos objetivos propios como muestro a continuación:

- Aprender a jugar de modo seguro y sin hacer daño
- Jugar con control y dominio de las emociones
- Jugar bien todos
- Tomar conciencia de la propia habilidad y la posibilidad de mejorarla.
- Analizar la propia acción y la de los demás.
- Conseguir el paso de la acción impulsiva a la planificada.
- Conseguir el paso de la acción individualista a la compartida.

- Elaborar, aplicar y comprobar planes de acción con opciones.
- Conocer y utilizar los diferentes elementos tácticos con los que planificar, analizar y entender la acción.
- Conocer los elementos que condicionan la propia habilidad y la posibilidad de controlarlos.
- Participar en todos los roles del desarrollo de la actividad, entendidos estos como: jugador, entrenador y observador.
- Resolver retos grupales a través de la cooperación y el trabajo en equipo.
- Valorar el deporte, el juego limpio y los valores de la competición.
- Respetar las reglas del juego, teniendo la posibilidad de modificarlas.

## 5.8 EVALUACIÓN

Para evaluar al alumnado me basaré en los puntos que se citan a continuación:

- Cuaderno de campo: en él deben aparecer reflexiones semanales y opiniones personales sobre lo trabajado en la sesión.
- Aporte de nuevas ideas a la hora de realizar una actividad.
- Fichas sobre las tácticas de defensa y ataque elaboradas durante las sesiones (Anexo V)
- Fichas de autoevaluación y reflexión para el alumno. (Anexo VI)
- Fichas de autoevaluación y reflexión para el profesor.
- Respeto a las reglas del juego y respeto al compañero.
- Mantenimiento correcto del material con el que se trabaja y su posterior recogida al finalizar la sesión.

## 5.9 TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.

Teniendo en cuenta el calendario escolar del año 2016/2017, que la asignatura se trabaja dos veces por semana y que para trabajar los contenidos lo haré en 5 o 6 sesiones, he elaborado la siguiente temporalización.

1º y 2º de Educación Primaria

Primer trimestre

MES	DÍAS	CONTENIDOS/U.D
<b>SEPTIEMBRE</b>	15,16	Habilidades motrices básicas
	22,23	
	29,30	
<b>OCTUBRE</b>	6,7	Habilidades deportivas
	13,14	
	20,21	
	27,28	
<b>NOVIEMBRE</b>	3,4	Juego Bueno
	10,11	
	17,18	
	24,25	
<b>DICIEMBRE</b>	1,2	Expresión corporal
	9	
	15,16	
	22	

**LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y EL DEPORTE ESCOLAR COMO  
REFUERZO A LA EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO DE INICIACIÓN DEPORTIVA**

---

Segundo trimestre

MES	DÍAS	CONTENIDOS/U.D
<b>ENERO</b>	15,16	Juegos de cooperación- oposición
	22,23	
	29,30	
<b>FEBRERO</b>	6,7	Juegos de bate y campo
	13,14	
	20,21	
	27,28	
<b>MARZO</b>	3,4	Juegos de cancha dividida
	10,11	
	17,18	
	24,25	

Tercer trimestre

MES	DÍAS	CONTENIDOS/U.D
<b>ABRIL</b>	15,16	Orientación
	22,23	
	29,30	
<b>MAYO</b>	6,7	Juegos deportivos modificados y minideportes
	13,14	
	20,21	
	27,28	
<b>JUNIO</b>	3,4	Repaso de la actividad que más haya gustado

**LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y EL DEPORTE ESCOLAR COMO  
REFUERZO A LA EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO DE INICIACIÓN DEPORTIVA**

---

3º y 4º de Educación Primaria

Primer trimestre

MES	DÍAS	CONTENIDOS/U.D
<b>SEPTIEMBRE</b>	19,20	Juego bueno
	20, 21	
	27,28	
<b>OCTUBRE</b>	4,5	Malabares
	11,12	
	19,20	
	25,26	
<b>NOVIEMBRE</b>	1,2	Expresión corporal
	6,7	
	13,14	
	20,21	
<b>DICIEMBRE</b>	3,4	Acrosport
	8	
	13,14	
	23	

Segundo trimestre

MES	DÍAS	CONTENIDOS/U.D
<b>ENERO</b>	17,18	Capacidades físicas básicas
	21,22	
	27,28	
<b>FEBRERO</b>	4,5	Juegos de bate y campo
	11,12	
	18,19	
	25,26	

**LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y EL DEPORTE ESCOLAR COMO  
REFUERZO A LA EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO DE INICIACIÓN DEPORTIVA**

---

<b>MARZO</b>	3,4	Juegos de cancha dividida
	10,11	
	17,18	
	24,25	

Tercer trimestre

<b>MES</b>	<b>DÍAS</b>	<b>CONTENIDOS/U.D</b>
<b>ABRIL</b>	18,19	Orientación
	24,25	
	29,30	
<b>MAYO</b>	8,9	Volleyball y Últimate
	15,16	
	22,23	
	28 29	
<b>JUNIO</b>	3,4	Repaso de la actividad que más haya gustado

**LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y EL DEPORTE ESCOLAR COMO  
REFUERZO A LA EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO DE INICIACIÓN DEPORTIVA**

---

5° y 6° de Educación Primaria

Primer trimestre

<b>MES</b>	<b>DÍAS</b>	<b>CONTENIDOS/U.D</b>
<b>SEPTIEMBRE</b>	17,18	Juego Bueno
	25,26	
	29,30	
<b>OCTUBRE</b>	8,9	Juegos de bate y campo
	15,16	
	22,23	
	24,25	
<b>NOVIEMBRE</b>	3,4	Capacidades físicas básicas centradas en atletismo
	12,13	
	15,16	
	25,26	
<b>DICIEMBRE</b>	3,4	Expresión corporal
	9	
	17,18	
	22	

Segundo trimestre

<b>MES</b>	<b>DÍAS</b>	<b>CONTENIDOS/U.D</b>
<b>ENERO</b>	15,16	Juegos de cache dividida
	23,25	
	29,30	
<b>FEBRERO</b>	6,7	Acrosport
	15,16	
	22,23	
	25,26	

**LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y EL DEPORTE ESCOLAR COMO  
REFUERZO A LA EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO DE INICIACIÓN DEPORTIVA**

---

<b>MARZO</b>	3,4	Orientación
	10,11	
	17,18	
	25,26	

Tercer trimestre

<b>MES</b>	<b>DÍAS</b>	<b>CONTENIDOS/U.D</b>
<b>ABRIL</b>	11,12	Baloncesto
	24,25	
	29,30	
<b>MAYO</b>	9,9	Volleyball y béisbol
	12,13	
	22,23	
	25,26	
<b>JUNIO</b>	3,4	Repaso de la actividad que más haya gustado

## 6. CONCLUSIONES

A la hora de presentar las conclusiones que he podido sacar con la realización de este TFG, utilizaré como hilo conductor los objetivos propuestos al principio de este:

### **A) Analizar el deporte escolar, iniciación deportiva y actividad extraescolar en el ámbito educativo.**

Se ha conseguido analizar de una manera bastante profunda el deporte escolar, la iniciación y la actividad extraescolar. Con el desarrollo de este proyecto he podido sacar la clara conclusión de que aún estamos trabajando de forma incorrecta con los niños en las actividades extraescolares, ya que les transmitimos una única idea, la competición y la victoria. Creo que los niños ya están lo suficientemente presionados en los colegios como para seguir presionándolos en este tipo de actividades, si hacemos esto, el niño realizará estas actividades como una obligación y dejará de disfrutar, que al fin y al cabo es uno de los objetivos que se quieren lograr. Considero que el deporte en estas edades debe ser un medio de socialización y de educación

En cuanto al deporte escolar y a la iniciación deportiva la conclusión que saco es que durante la etapa de educación primaria los niños deberían practicar más de un deporte, así evitaríamos que caigan en una especialización temprana, ya que empezando a realizar un solo deporte desde pequeño, puede que el niño acabe cogiendo manía a la práctica deportiva porque se ve presionado desde edades tempranas a la consecución de éxitos en un deporte determinado. En cambio practicando más de un deporte, puede descubrir las posibilidades que le pueden ofrecer, además de desarrollar muchas más habilidades.

### **B) Analizar la motivación y la transmisión de valores como elementos clave en la educación física y el deporte escolar:**

En cuanto a la motivación, puedo afirmar que es uno de los elementos clave a la hora de que un niño se decida o no por la práctica de actividad extraescolar. Es nuestra responsabilidad mantener al alumno motivado, pero de la forma correcta. Para ello primero tenemos que ser conscientes de que la motivación en las actividades extraescolares y la educación física no es siempre la misma. En la educación física el niño tendrá varios elementos motivantes, entre ellos la adquisición de la máxima calificación o de las recompensas que pueda obtener del profesor por el trabajo bien

hecho. En cambio, en las actividades extraescolares, la motivación no es la misma y puede verse afectada si no trabajamos de forma correcta. En estas actividades el niño participa para satisfacer sus necesidades de ocio, entre otras cosas y ese es uno de los elementos motivantes más importantes. En cambio este elemento puede verse deteriorado cuando al niño le cambiamos la visión de lo que significa la actividad y pasa a ser una actividad en la que solo importa la competición y los éxitos personales; con esto, el niño se sentirá más presionado y dejará de disfrutar de su tiempo de ocio, por lo que la motivación empezará a desaparecer.

En cuanto al tema de la transmisión de valores, como conclusión tengo que decir que el contexto de la práctica deportiva es una de las mejores formas para transmitir unos valores sociales y humanos, pero también debemos poner una intención importante en la educación de estos valores, ya que si queremos que los niños los asimilen es necesaria una intencionalidad y una organización correcta que nos lleve a conseguirlo.

### **C) Proyecto de iniciación deportiva:**

Se ha conseguido elaborar un proyecto de iniciación deportiva que se trabajará en forma de actividad extraescolar, pudiendo ver así como las actividades extraescolares pueden funcionar como refuerzo a la educación física. Además con este proyecto se podrá conseguir que el individuo se interese por la práctica deportiva dentro del centro y también fuera del horario escolar

Con este proyecto, además de pretender que sirva como refuerzo a la educación física, se quiere que el niño se inicie en la práctica deportiva, que disfrute y que juegue sin tener la presión de conseguir éxitos deportivos y que de alguna manera adopte el deporte como una parte de su personalidad futura.

Además se pretende que el niño no se especialice desde edades tempranas, sino que vaya desarrollando habilidades en diferentes actividades deportivas. Pretendo incentivar el juego y la socialización por encima por encima del rendimiento deportivo, ya que los niños en estas edades todavía no están preparados para competir de forma colectiva o individual.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Blázquez Sánchez, D. (Ed. 2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.
- Blázquez Sánchez, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Ed. Martínez Roca, Barcelona.
- Corrales Salguero, A. (2009). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *Revista digital de educación física*, (4). 23-36. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3233220.pdf>
- Devís Devís, José., PeiróVelert, C. (1992). *La iniciación en los juegos deportivos: La enseñanza para la comprensión*. Valencia.
- Diccionario de las Ciencias del Deporte (1992): Unisport, Málaga.
- García, M. J., Ramos, J. y de la Torre, J. (2009). Los profesores de Educación Física y las actividades físicas extraescolares en alumnos de primaria. *Efdeportes*, (130). Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd130/los-profesores-de-educacion-fisica-y-las-actividades-extraescolares.htm>
- González Calvo, G (2008). Diferencias entre la educación física escolar y las actividades extraescolares. *Efdeportes*, (130). Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd123/la-educacion-fisica-escolar-y-las-actividades-extraescolares.htm>
- Guerrero Serón, A. (2007). Actividades extraescolares, organización escolar y logro. Un enfoque sociológico. *Revista de educación*, (349). 391-411. Recuperado de: [http://www.revistaeducacion.mec.es/re349/re349\\_18.pdf](http://www.revistaeducacion.mec.es/re349/re349_18.pdf)
- Hernández Moreno, J. (1988). *Baloncesto: iniciación y entrenamiento*. Barcelona: Ed. Paidotribo
- Sáenz López Buñuel, P., Ibáñez Godoy, S., Giménez Fuentes Guerra, F. (1999). La motivación en las clases de educación física. *Efdeportes*, (17).1-2. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd17a/motiv.htm>

Sánchez Bañuelos, F. (1995). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.

Trepat de Francisco, D. (1995). *La educación en valores a través de la iniciación deportiva*. Barcelona: Inde

Orden EDU/519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.

## 8. ANEXOS

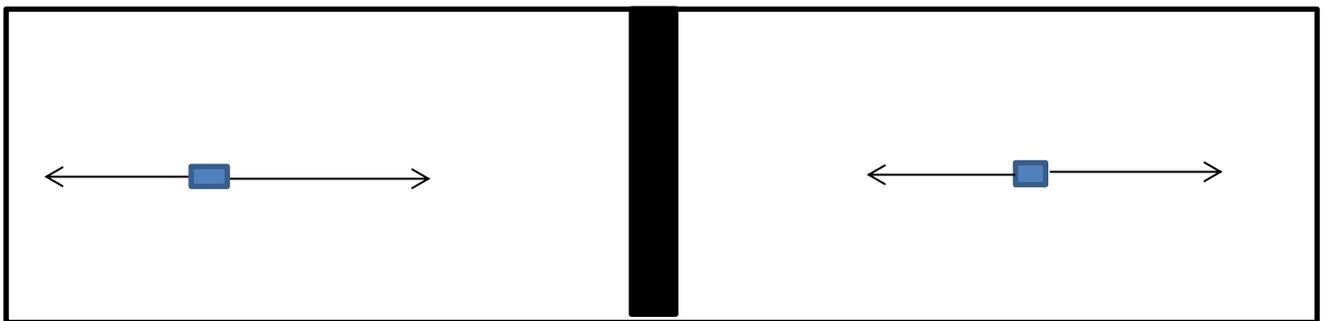
### I. Juegos deportivos modificados de cancha dividida: “Campo largo en 1x1”.

#### Explicación del juego:

- Dos alumnos se colocan uno en frente del otro en dos campos largos y estrechos que se encuentran separados por una red (esta red la colocamos más o menos a la altura de los ojos de los alumnos). Como móvil, se utiliza una pelota de espuma para que los niños la puedan agarrar con facilidad.
- El juego consiste en que la pelota toque el área de juego del contrario después de que pase por encima de la red y evitar que el contrincante haga lo mismo.

#### Reglas y gráfico:

- Se puntúa cuando la pelota toca el área contraria después de pasar por encima de la red.
- Si la pelota toca el área contraria sin pasar por encima de la red, no es punto válido.



Leyenda:  (Jugador).

 (Desplazamiento de jugador hacia adelante o hacia atrás).

 (Red)

**Elementos a tener en cuenta para poder modificar el juego:**

- La pelota de espuma y la red hacen el juego comience de una forma más lenta, lo que provoca que los jugadores tengan más tiempo para pensar su jugada y le sea más fácil comprender el juego. A medida que se vaya comprendiendo el juego, empezaremos a sacar más posibilidades tácticas como bajar la red, cambiar las pelotas por pelotas de goma o plástico que suelen ser más rápidas o meter más bolas en el campo.
- Tenemos en cuenta que la técnica en este juego es mínima, ya que en un principio solo se tienen que preocupar de una pelota. Según lo vayamos modificando, añadiremos más dificultades para trabajar la técnica, como utilizando palas o raquetas para golpear la bola.
- El juego no siempre será de 1x1, sino que lo vamos modificando añadiendo más personas en cada campo.
- Las reglas pueden ser otro elemento a modificar, podemos pasar de la regla de que el alumno lance por cualquier parte del campo a imponer la regla de lanzar solo desde donde se haya cogido la bola.

**Elementos técnicos y tácticos trabajar en Volleyball:**

<b>Jugador con balón.</b>	<b>Jugador sin balón de equipo atacante.</b>	<b>Jugador de equipo defensor</b>
Colación de las manos	Ocupar una posición en el campo de ataque.	Colocarse en situación de defensa
Colocación del balón		
Toque de dedos con balón.	Movimiento en el espacio para recibir pase	Bloquear remates
Pasar el balón con toque de dedos	Pedir el balón.	Fintar
Fintar	Recepción del balón	Apoyos a compañeros
Rematar el balón.	Dirigir el juego.	Recepción del balón

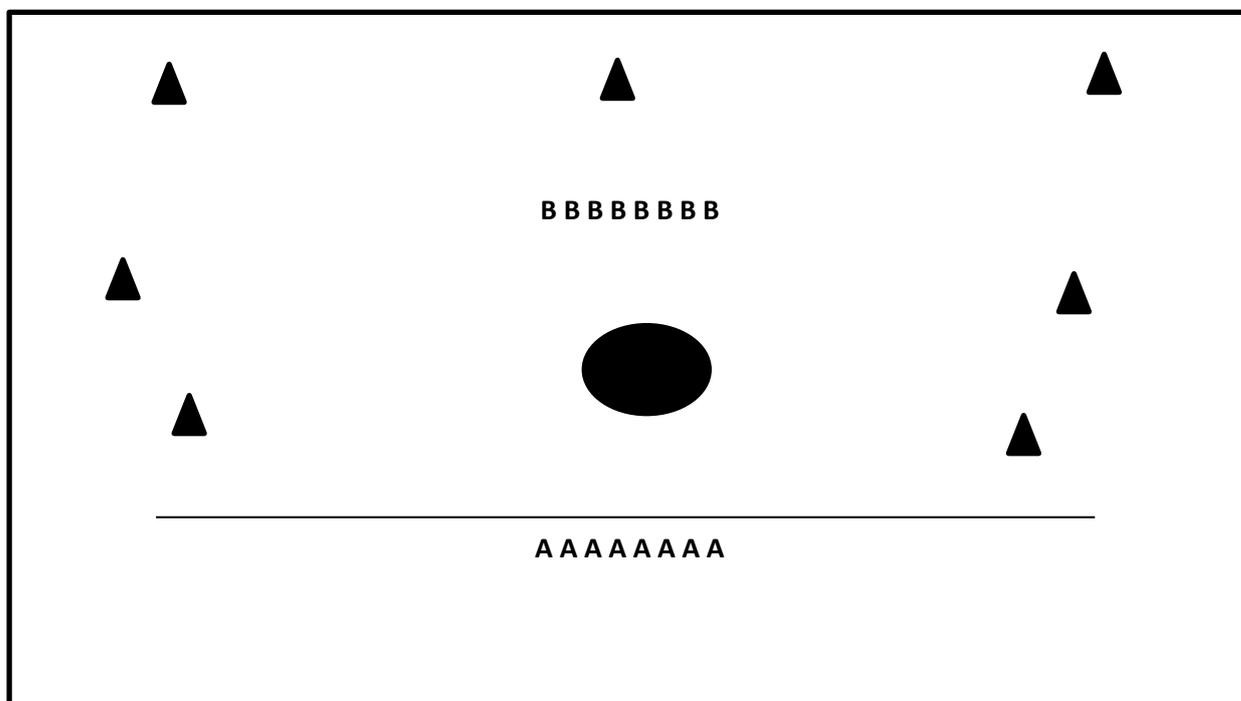
## II. Juegos modificados de bate y campo: “Balones a la caja”

### Explicación del juego:

Se hacen dos grupos con el mismo número de jugadores cada uno, un grupo son los atacantes o lanzadores y el otro grupo son los defensores. El grupo atacante lanzará una bolas (cada integrante del grupo de atacantes tiene una) que deberán otra en la zona del campo, mientras que los defensas deberán recoger esas bolas lo más rápido posible y depositarlas en la caja. Una vez que han tirado las bolas, los atacantes tienen que dar las máximas vueltas posibles al circuito que se haga. La ronda acaba cuando el grupo que defiende ha logrado depositar todos los balones en la caja. Vamos combinando entre grupo de ataque y defensa.

### Reglas y gráfico:

- Las bolas que tiran los atacantes tienen que entrar en la zona del campo. Si una bola no entra en la zona del campo, hay que repetir el tiro o eliminar esa bola.
- El juego no acaba hasta que los defensas haya depositado todas las bolas en la caja.



Leyenda: **A**: jugador atacante.

● : Caja. ————— Línea de lanzamiento

**B**: jugador defensor.

▲ : Bases.

**Elementos a tener en cuenta para poder modificar el juego:**

- El cambio de los balones que usemos puede ser interesante para la progresión que queremos conseguir, ya que así iremos cambiando el nivel de dificultad a medida que cambiemos el móvil de juego. Así lograremos que el alumno piense en la táctica, ya que al cambiar una bola de espuma a una de goma, la velocidad cambia, por lo que el alumno tendrá que pensar hacia qué zona dirigir el lanzamiento.
- El lanzamiento de los balones se inicia con la mano, aunque podemos ir incluyendo modificaciones como el golpeo con un bate o con el pie. El golpeo con el bate, se puede utilizar en juegos más complejos, ya que requieren algo más de técnica.
- El lanzamiento del equipo que ataca se puede realizar de uno en uno o todos a la vez.
- La carrera no tiene que ser algo forzoso para el que lanza, sino que la pueden hacer de dos en dos o de tres en tres.
- La caja, puede cambiar de posición, dependiendo de la táctica que idee el equipo defensor.
- Se pueden añadir, modificar o quitar reglas, dependiendo del desarrollo del juego y así favorecemos que aparezcan nuevos principios tácticos.

**Elementos técnicos y tácticos a trabajar en béisbol:**

<b>Jugador que lanza</b>	<b>Jugador que golpea</b>	<b>Jugador en defensa</b>
Colocación	Colocación	Situarse en posición de sistema
Posición	Posición	Reducir/ampliar espacios
Lanzamiento	Movimiento y sujeción del bate	Apoyos a compañeros
	Golpeo	Interceptar bola del ataque
		Pasar bola al lanzador

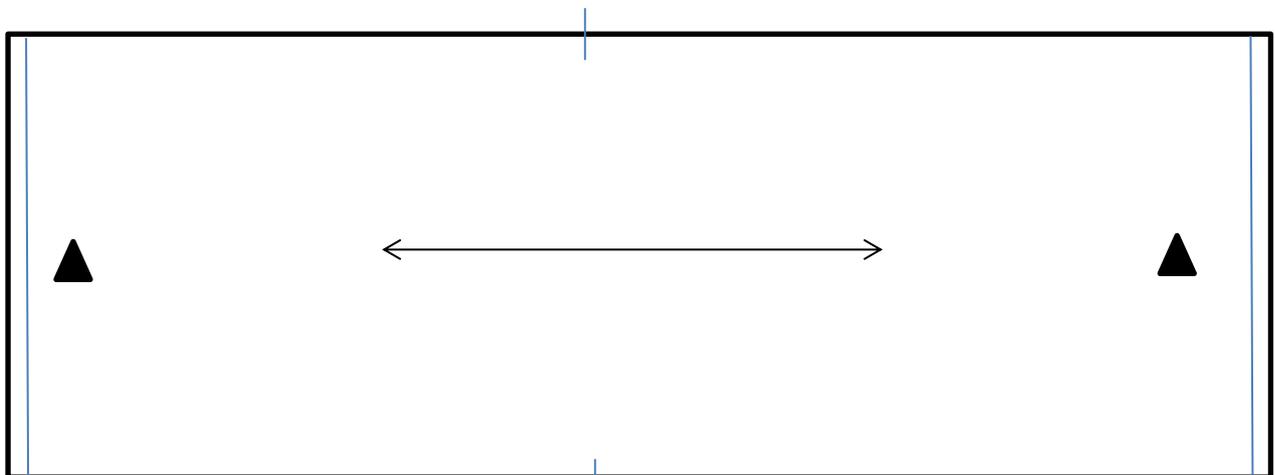
### III. Juegos modificados de invasión: “Los conos”

#### Explicación del juego:

Se colocan dos conos en cada extremo de un campo que van a funcionar como las metas de los equipos. El juego consiste en tocar el cono del equipo contrario con una pelota y así se consigue un punto.

#### Reglas y gráfico:

- Se decide quién saca mediante sorteo (con una moneda a cara o cruz).
- Si la pelota sale del campo, se saca de banda.



Leyenda: ▲ Conos

← Dirección de juego. →

— Líneas de fondo

— Líneas de Banda.

#### Elementos a tener en cuenta para poder modificar el juego:

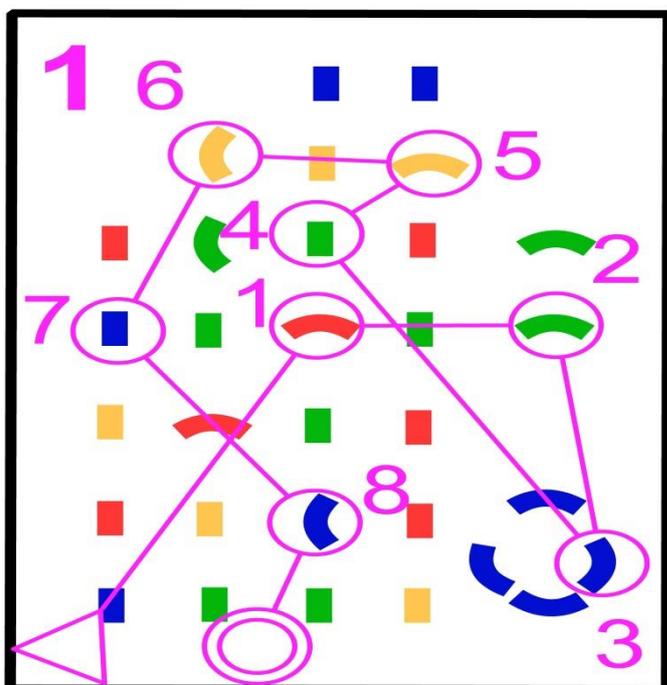
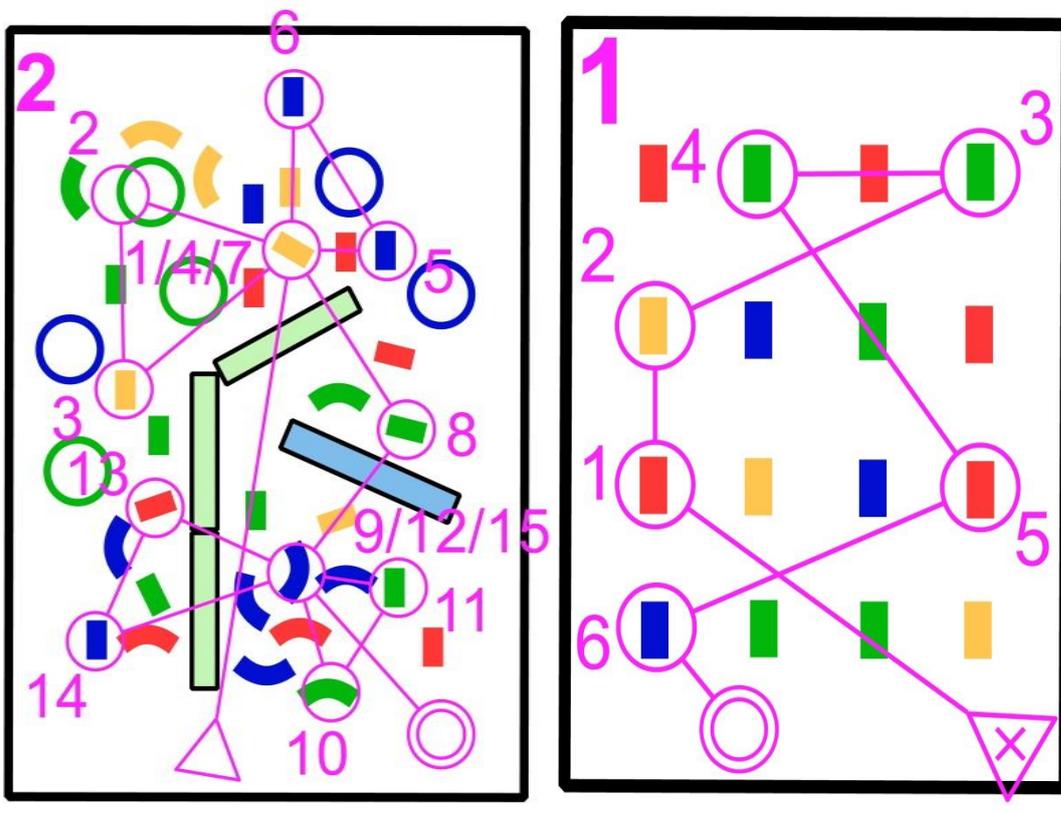
- En un principio el movimiento del móvil se realiza con la mano, así no exigiremos al alumno grandes conocimientos técnicos. Aunque al ir progresando, si podemos incluir el uso del pie para el desplazamiento del móvil.

- Las metas son conos, por lo que la dificultad de golpearlos es mayor que si fuese un objeto de dimensiones más grandes. Podemos hacer una modificación de la zona de puntuación cambiando las áreas o moviendo los conos.
- El material es importante analizarlo, ya que con una pelota pequeña, la velocidad será mayor que con una pelota de espuma.
- Podemos empezar a proponer reglas en cuanto al desplazamiento o no del individuo que tiene la bola. Tienen que ser los alumnos los que tomen decisiones para que el desarrollo del juego sea el mejor y todos puedan lograr unos objetivos comunes.
- Como en todos los juegos, tendrán lugar problemas como agarrones, choques y discusiones entre los individuos. A partir de esto, es donde el alumnado tiene que tomar decisiones sobre la modificación de las reglas, con ello evitamos los problemas en el desarrollo de la actividad.

**Elementos técnicos y tácticos a trabajar en baloncesto:**

<b>Jugador con balón</b>	<b>Jugador sin balón de equipo atacante</b>	<b>Jugador de equipo defensor</b>
Pasar el balón.	Fintar	Reducir/ampliar espacios
Botar el balón.	Recepción del balón	Anticiparse
Avanzar botando el balón	Pedir el balón	Apoyar al compañero
Proteger el balón.	Pase	Interceptar o desviar el balón
Entradas a canasta.	Dirigir el juego	Recuperar el balón.
Lanzamiento a canasta.	Ampliar espacios.	
Fintar.		

IV. Orientación



**V. Ficha de táctica en los juegos deportivos.**

**Título:** “Importancia de la táctica en los juegos deportivos”

**Nombre:**.....

**Elementos clave para diseñar tu estrategia:**

- Ayudas: apoyos, bloqueos
- Desmarques: cambios de ritmo, de dirección, reemplazar, cortar
- Circulación del balón: pases cortos, pases largos.

Elabora un estrategia de juego en los recuadros indicados abajo para ponerla en práctica en el juego (recuerda, tú eres ahora el entrenador y tus compañeros jugaran de la forma en que expliques la táctica de defensa y ataque).

**Leyenda:** X (Atacante)

[● (Defensor)

(X) (Jugador con balón)

-----> (Movimiento del balón)

—————> (Movimiento del jugador)

—————| (Bloqueo)

**PLAN A**

**PLAN B**

**VI. Fichas de autoevaluación y reflexión.**

<b>NOMBRE DEL ALUMNO/A</b> .....				
<b>CURSO</b> .....				
<b>UNIDAD DIDÁCTICA</b> .....				
<b>ELEMENTOS A EVALUAR</b> (1 nunca, 2 a veces, 3 a menudo, 4 siempre)	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Colaboro con mis compañeros en situaciones de cooperación.				
Pongo interés en las actividades propuestas.				
Respeto las reglas y a mis compañeros.				
Distingo todos los elementos tácticos que componen el juego que realizamos.				
Elaboro con facilidad planes tácticos para llevar a cabo en una actividad.				
Aplico los elementos técnicos propios de las actividades que realizamos.				
Dejo hablar a mis compañeros y escucho con atención sus ideas.				
Atiendo y respeto las explicaciones del profesor.				
Recojo el material utilizado al finalizar la clase.				

**Reflexiones**.....  
 .....  
 .....

