



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA  
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

# **LAS PROGRESIONES ABIERTAS COMO METODOLOGÍA PARA FAVORECER EL ESTÍMULO QUE LAS HABILIDADES MOTRICES PRODUCEN EN EL DESARROLLO DEL NIÑO**

TRABAJO FIN DE GRADO  
EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR: ELENA ALONSO NEILA  
TUTOR: FRANCISCO ABARDÍA COLÁS

Palencia, 2020



## Resumen:

El actual trabajo de fin de grado pretende clarificar la utilidad de la metodología de Progresión Abierta de una habilidad motriz en Educación Física y, a su vez, ejemplificar el proceso para llevar a cabo su diseño. Con el objetivo de fundamentar la potencialidad de las Progresiones Abiertas como un proceso continuado de Educación Primaria que nos permita planificar Unidades Didácticas en diferentes Ciclos asegurando una continuidad en el aprendizaje, el documento se basa en la indagación del trabajo de diversos autores. Trata aspectos relacionados con el desarrollo infantil, en especial el motriz, así como diversas metodologías integradas dentro de las Progresiones Abiertas y conceptos vinculados con las habilidades motrices y el Análisis Global del Movimiento. Finalmente, ofrece los componentes necesarios para la creación de una Progresión Abierta de habilidades motrices, sustentada en la habilidad del patinete, y disponiéndola para su posterior uso.

## Palabras clave:

Progresiones Abiertas, Metodología, Análisis Global del Movimiento, Educación Física, Habilidades Motrices, Proceso de Enseñanza- Aprendizaje, Conocimiento y Dominio Corporal, Patinete, Contenido Conceptual, Representaciones Gráficas, Desarrollo Integral.

## Abstract:

The current final degree project aims to clarify the usefulness of the Open Progression methodology of a motor skill in Physical Education, and, at the same time, exemplify the process in order to carry out its design. In order to support the potential of the Open Progressions as an ongoing process of Primary Education that allows us to plan didactic units in different educational cycles and therefore ensure continuity in learning, the document is based on the investigation of the work collected from various authors. It deals with some aspects related to child development, especially the motor skills, as well as several methodologies that are integrated into the Open Progressions and concepts connected with the motor skills and the Global Analysis of Movement. Finally, it provides the necessary components to create an Open Progression of motor skills, based on the skill of the scooter, and preparing it for later use.

## Key words:

Open progressions, Methodology, Global Analysis of Movement, Physical Education, Motor Skills, Teaching-Learning process, Knowledge and Body Control, Scooter, Conceptual Content, Graphic Representations, Comprehensive Development.

# ÍNDICE

<b>0</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>1</b>	<b>JUSTIFICACIÓN</b> .....	<b>3</b>
1.1	Relevancia de la Educación Física.....	3
1.2	Influencia de la metodología en el proceso enseñanza-aprendizaje .....	4
<b>2</b>	<b>OBJETIVOS</b> .....	<b>6</b>
<b>3</b>	<b>FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b> .....	<b>7</b>
3.1	Visión de la Educación Física en un breve recorrido histórico .....	7
3.2	Desarrollo motriz en los niños de 6-12 años.....	9
3.3	La necesidad de fomentar la enseñanza de las habilidades motrices.....	10
3.4	Progresiones abiertas como metodología para la enseñanza de habilidades motrices.....	11
3.4.1	El Análisis Global del Movimiento como estructura de la metodología..	12
3.4.2	Metodologías inmersas en las Progresiones Abiertas de habilidades motrices .....	14
3.4.3	Beneficios/ventajas de utilizar como metodología las Progresiones Abiertas de habilidades motrices para la configuración evolutiva del niño .....	16
3.5	Las Progresiones Abiertas de habilidades motrices como una metodología transversal en los diferentes niveles educativos (Educación Primaria) .....	17
<b>4</b>	<b>PROCESO PARA EL DISEÑO</b> .....	<b>20</b>
4.1	Análisis Global del Movimiento en la habilidad del patinete.....	21
4.1.1	Análisis multifuncional del material .....	21
4.1.2	Análisis de factores.....	23
4.1.3	Análisis técnico .....	25
4.1.4	Enlaces y combinaciones.....	26
4.2	Componentes de una Progresión Abierta de habilidades motrices.....	26
<b>5</b>	<b>DISEÑO DE UNA PROPUESTA DE PROGRESIÓN ABIERTA DE LA HABILIDAD DE PATINETE</b> .....	<b>29</b>
<b>6</b>	<b>CONCLUSIONES</b> .....	<b>41</b>
<b>7</b>	<b>POSIBLES LÍNEAS DE TRABAJO</b> .....	<b>43</b>
<b>8</b>	<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>45</b>

*“En aplicación a la Ley 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, toda referencia a cargos, personas o colectivos incluida en este documento en masculino se entenderá que incluye tanto a mujeres como a hombres”.*

# 0 INTRODUCCIÓN

Este trabajo de fin de grado es el impulso necesario para alcanzar el último escalón en mi formación universitaria y el cual me proporcionará la llave necesaria para poder llevar a cabo mi vocación como maestra. Este se centra en la Educación Primaria, y de forma más concreta en la Educación Física recalcando la importancia de la metodología utilizada por parte de los docentes para la facilitación en la adquisición de conocimientos por el alumnado.

A continuación, para introducir de forma esquemática en el siguiente documento realizaré un recorrido por los apartados que lo componen.

En primer lugar, para entender el sentido de este estudio y reflejar el interés que me lleva a realizarlo se encuentra la justificación. En ella pretendo transmitir la relevancia que la Educación Física tiene en el desarrollo integral de los niños y su reflejo en el currículo oficial, y finalizar con la valiosa herramienta metodológica que tenemos los docentes para aplicar en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Continuando el recorrido se encuentra la secuencia de objetivos que rige este documento. Este apartado fue el primero en afianzar y así, posteriormente, me ha servido de guía para completar cada uno de los propósitos que quería investigar y presentar.

A continuación, presento el apartado de fundamentación teórica. Este apartado busca contrastar y reflejar diversos estudios y teorías de diferentes autores. Comienza centrándose en una breve mención al camino histórico de la Educación Física para continuar con las necesidades motrices que presenta el alumnado de Educación Primaria. Asimismo, me centro en la enseñanza de las habilidades motrices a través de la utilización de las progresiones abiertas de habilidades motrices basadas en el Análisis Global del Movimiento (AGM). Sin olvidarme, para finalizar, del interés que esta metodología puede ofrecer aplicándose de forma continuada en los diferentes cursos de Educación Primaria.

Siguiendo el camino de este documento se encuentra el proceso necesario para realizar una propuesta práctica con esta metodología. Basándome en la fundamentación expuesta anteriormente he expresado los componentes y la transformación que es necesaria llevar a cabo para desarrollar la propuesta práctica. Este apartado finaliza con la presentación

de una Progresión Abierta sobre la habilidad motriz del patinete pasando por su Análisis Global del Movimiento.

El siguiente apartado procedo a desarrollar las conclusiones que he ido obteniendo con la realización de esta investigación. Busco en estas una estrecha relación con los objetivos pautados al principio, intentando ofrecer respuestas que clarifiquen las intenciones de este escrito.

Acercándonos al final del documento, ofrezco diferentes razones por las que este estudio podría continuarse y, de esta forma, completar y enriquecer la investigación. El tema tratado durante todo el desarrollo contiene gran interés para el proceso de formación de un maestro y por ello, me gustaría poder continuar formándome en él.

Para finalizar, presento una serie de referencias bibliográficas que he ido utilizando a lo largo de mi investigación y que contienen información de gran utilidad para mi futura profesión.

# 1 JUSTIFICACIÓN

Tras un largo proceso de formación, este trabajo fin de grado surge de la necesidad de trasladaros la idea y pensamientos que gracias a los docentes de mi universidad he podido ir forjando. Intento explicar y detallar de forma resumida los aprendizajes tan valiosos que ofrece la educación física y con ella presentar una metodología que favorece el proceso de enseñanza aprendizaje, en concreto sobre un estímulo fundamental del desarrollo integral del alumno como son las habilidades motrices.

Por otro lado, al haber contado con la oportunidad de participar como alumna de prácticas en centros educativos, me parece imprescindible aumentar la visión de la educación física escolar. Desde una visión social la denomino como “la bella desconocida”, por todo el potencial que contiene y todavía resulta, mucho de este, desconocido para el mundo de la educación.

## 1.1 Relevancia de la Educación Física

Después de recorrer gran parte del camino de mi formación como docente de Educación Primaria y adentrarme en la mención de Educación Física, he podido descubrir el verdadero significado que esta asignatura tiene en el desarrollo integral de los niños y niñas. Partiendo del movimiento destacamos dos objetivos primordiales como son conocerse a sí mismo y conseguir una mejora del dominio corporal. Esta idea queda plasmada en el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León

Ofrecer al alumnado una amplia gama de posibilidades de movimiento, unos recursos tanto técnicos como tácticos, los valores intrínsecos de los juegos y el deporte, así como actitudes de equipo y superación justifica la gran importancia de impartir Educación Física desde los primeros años. De esta forma, se convierte en un incentivo en el desarrollo del niño, abarcando el psíquico, social, emocional y, por supuesto, motórico.

Desde la escuela se aboga por el desarrollo integral del alumnado, y es aquí cuando debemos comprender y considerar que mente y cuerpo forman una unidad, por lo que no pueden convivir ni desarrollarse por separado, sino que ambos se enriquecen en cualquier aprendizaje mutuamente y son, de igual manera, necesarios. Una vez comprendemos este aspecto resulta sencillo deducir que existen muchas asignaturas que con su ciencia

alimentan la mente y una única que con su ciencia alimenta el cuerpo; de aquí deriva una gran razón de su indispensabilidad.

Valorar y comprender la importancia de la Educación Física en el desarrollo del niño para su vida futura es el primer paso para llegar a entender que dentro de toda la educación está el cuerpo, es decir, que se enseña y aprende con mente y cuerpo. Ante esta idea poco considerada, desde la Educación Física buscamos ofrecer las respuestas corporales que favorezcan a la curva fisiológica del alumnado. Aunque seguiremos concienciando de la necesidad de educar en igual medida a cuerpo y mente desde toda la escuela.

*“Esto no quiere decir que la Educación Física pueda alcanzar sus objetivos por sí sola, aislada de las otras materias, ni mucho menos que la escuela se pueda olvidar de que los estudiantes y los docentes tienen (son) cuerpo también cuando están fuera de la cancha o del gimnasio. La atención que requiere el ámbito de lo corporal no se limita sólo al desarrollo de las capacidades motrices, sino que también deben considerarse la disposición corporal general, los ritmos biológicos, las necesidades de movimiento y actividad, y las repercusiones para el “yo/cuerpo” de los diferentes contenidos y procedimientos didácticos”* (Martínez Álvarez et al., 2009). Estas reflexiones y afirmaciones, que comparto con los estudiosos nombrados, resultan solo una pequeña parte de la necesidad que justifico sobre la presencia de la Educación Física en los centros educativos.

## 1.2 Influencia de la metodología en el proceso enseñanza-aprendizaje

Para comenzar, acercándonos al concepto de metodología, podemos entenderla como el conjunto de medios utilizados para la adquisición del objetivo estipulado. Si nos centramos en la metodología educativa, y más en concreto, en la referida a la Educación Física se refiere a los medios óptimos para que el alumnado integre la técnica de los ejercicios físicos (Calero Morales & González Catalá, 2014).

Resulta lógico creer que no existe una metodología ideal y aplicable a todos los contextos y aprendizajes. Pero también es cierto que las metodologías, especialmente de esta asignatura, no deben difuminarse en su carácter lúdico y atractivo, sino que debe contemplar todos los elementos propios, revalorizando socialmente los aprendizajes tratados.

Por todo ello, en este trabajo de fin de grado se contempla una metodología basada en las necesidades del alumnado centrado en el desarrollo motriz. Se busca ofrecer una metodología que ofrezca posibilidades de acción a todo el alumnado, teniendo en cuenta sus capacidades, es decir dentro de su zona de desarrollo próximo y, a su vez, impulsándoles a su zona de desarrollo potencial. (Vygotsky, 1978. Citado por Carrera, B., & Mazarella, C. 2001).

Basándonos en el Análisis Global del Movimiento nos sumergimos en un método que ofrece un aprendizaje continuado, progresivo e individualizado; utilizando como herramienta esencial las Progresiones Abiertas de habilidades motrices sobre las que me centraré a lo largo del trabajo. Con este trabajo, podremos enriquecer el aprendizaje del alumnado respetando sus ritmos y características, ya que secuenciamos la habilidad en progresiva dificultad de adquisición, teniendo en cuenta tanto los elementos técnicos como perceptivo sensoriales y combinando la experiencia motora con su justificación teórica.

## 2 OBJETIVOS

En este apartado, expongo los objetivos que pretenden clarificar los propósitos del trabajo fin de grado a los que busco dar respuesta y explicar a lo largo del documento. Los objetivos seleccionados son los siguientes:

- Descubrir las ventajas metodológicas que ofrece una Progresión Abierta de habilidades motrices.
- Indagar en el potencial educativo que tienen las progresiones abiertas para generar un proceso continuo de aprendizaje en los diferentes niveles educativos.
- Establecer criterios para que el Análisis Global del Movimiento se entienda como la base de la enseñanza en la Educación Física.
- Investigar la importancia de enseñar habilidades motrices en Educación Física.
- Valorar la importancia de que los niños adquieran un autoconocimiento del movimiento a través de las Progresiones Abiertas de habilidades motrices.
- Comprender qué metodologías “conocidas” están inmersas en la metodología de las progresiones abiertas.
- Conocer los componentes de una Progresión Abierta valorando el significado que aporta cada uno.
- Diseñar una propuesta de Progresión Abierta de actividades de una habilidad motriz basada en su Análisis Global del Movimiento.

### **3 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

Para comenzar el desarrollo de este documento, en este apartado quiero aunar el razonamiento teórico, más destacado, que abalará el posterior diseño de la propuesta práctica.

En primer lugar, introduzco un breve recorrido histórico sobre la visión de la Educación Física basándome en diferentes autores. En este se reflejan las continuas controversias que han existido a lo largo del tiempo, finalizando con la idea que busca este proyecto.

Para continuar, introduzco el desarrollo motriz de los niños haciendo hincapié en la relación existente entre el desarrollo motriz y cognitivo, tomando como base las palabras de otros autores.

Siguiendo el camino de esta fundamentación y partiendo de las necesidades que presentan los niños en su desarrollo motriz nos introducimos en la enseñanza de las habilidades motrices. En este nos acercamos a la definición de habilidad motriz y relucimos la responsabilidad del docente para facilitar el desarrollo de estas en el alumnado.

Después nos adentramos en la metodología que quiero dar visibilidad en el documento. Comenzamos a conocer las Progresiones Abiertas. Para ello, nos basamos en su estructura, el Análisis Global del Movimiento, en las metodologías que lleva inmersas, así como, en los beneficios que las Progresiones abiertas de habilidades motrices pueden producir en la configuración evolutiva del niño.

Para terminar con esta fundamentación teórica, expongo las posibilidades de una educación progresiva y enriquecedora, basada en el aprendizaje significativo, que ofrece la utilización de las Progresiones Abiertas de habilidades motrices a lo largo de toda la etapa educativa, especialmente de Educación Primaria.

#### **3.1 Visión de la Educación Física en un breve recorrido histórico**

Al comienzo de este estudio, parece necesario hacer una mención sobre el pasado del área de Educación Física. Centrándonos en las palabras de Martínez Álvarez (2000) parece sorprendente la supervivencia continua a la que ha tenido que someterse una de las asignaturas considerada “maría”. La Educación Física se ha mantenido en un continuo cambio ya que debía adaptarse a la etapa social para poder mantenerse viva.

A lo largo de la historia se han vivido continuas controversias en la concepción de la Educación Física. A partir de finales del siglo XIX como menciona Martínez Álvarez (2000) es el intento más serio por homologar las corrientes progresistas, con la creación de la Escuela Central de Gimnástica, donde se aboga por una formación más específica para el profesorado de secundaria.

Durante el siglo XX podemos destacar cuatro movimientos relacionados con las actividades físicas en la educación. El primer movimiento deriva de una herencia del filantropismo, el cual promueve que en la escuela debe haber mucha libertad, por lo tanto, deriva el juego libre a través de la exploración y la experimentación y los juegos educativos que eran construidos por el adulto buscando un aprendizaje. Como segundo movimiento surge la corriente higienista y el regeneracionismo. Este movimiento mantiene la idea de que cualquier aspecto que derive de la actividad física y el juego es beneficioso. Por otro lado, se utiliza la actividad física como compensación de la fatiga escolar, atendiendo a las compensaciones corporales. La tercera forma de entender la actividad física surge de los movimientos gimnásticos, como herencia de la gimnasia, centrados en el desarrollo de las capacidades físicas como preparación de la guerra militar. Por último, del cuarto movimiento surge la palabra deporte y el Rugby fue el primero en reglamentarse.

Todo esto, da lugar, a finales del siglo XX a la idea que presenta Delgado (1991) sobre la importancia de cómo realizamos la enseñanza. Para este autor, los métodos didácticos que utiliza el docente es la herramienta que permite alcanzar los objetivos de la enseñanza. Los métodos se encuentran en el centro de la relación que existe entre el profesor y el alumno sobre lo que se quiere enseñar.

Derivado de esta idea se reconocen los estilos de enseñanza marcados por Delgado, con los que se pretende abalar la utilización de la Educación Física como conocimiento en sí mismo y no como instrumento para conseguir otros fines mayores. Estos estilos pretenden dar una respuesta más adaptada por parte del profesorado especialista al alumnado.

Como colofón a esta idea superficial de la historia de la Educación Física, me gustaría mencionar la enseñanza a través del tratamiento pedagógico de lo corporal. Reflexionando sobre las palabras de Vaca (2002) entendemos que hoy en día la presencia corporal no debería quedarse escondida en el área de Educación Física. Debemos entender el movimiento, desde el más controlado (cuerpo silenciado) hasta el más libre (cuerpo

suelto) como una característica inherente al ser humano y por lo tanto darle respuesta desde la educación.

Finalizar reafirmando las palabras de Martínez Álvarez (2013) que aboga por que la escuela no invierta todo su tiempo y esfuerzo en el aspecto cognitivo sino en considerar al alumnado como seres globales y participar en facilitar un desarrollo integral del alumnado.

### 3.2 Desarrollo motriz en los niños de 6-12 años

Centrándonos en el desarrollo motor de los niños y niñas, desde mi punto de vista hay dos aspectos que no podemos obviar, tanto la heterogeneidad que se presenta en las aulas, como la relación con el desarrollo cognitivo y social.

En primer lugar, la heterogeneidad de los niños se ve influenciada principalmente por el nivel de maduración que los niños presentan, principalmente en su sistema nervioso y muscular, lo cual marcara un aprendizaje diferenciado. Para favorecer un equilibrio y lograr dominar y controlar el propio cuerpo, los docentes, debemos establecer una estrecha relación entre el desarrollo cognitivo y motriz ofreciéndoles amplias posibilidades de aprendizaje.

Abalando la relación existente entre el desarrollo cognitivo y motriz, Piaget (1936) afirma que el niño piensa, aprende, crea y afronta sus problemas a través de la actividad motriz. Es decir, que la actividad motriz es la precursora de la inteligencia.

Por ello, es necesario mencionar la relevancia de esta etapa educativa para el desarrollo integral del alumnado, ya que la infancia es un periodo de globalidad que no se vuelve a dar. (Huerta e Izquierdo, 2010). Por lo tanto, debe ser utilizada para crear aprendizajes llevando a cabo planteamientos educativos psicomotores caracterizados por:

*[...] una acción pedagógica y psicológica que utiliza la acción corporal con el fin de mejorar y normalizar el comportamiento general del niño facilitando el desarrollo de todos los aspectos de la personalidad. Arnaiz (1994, pp. 43-62)*

Yéndonos a la especificidad de la edad en la que nos encontramos, niños de 6 a 12 años, debemos tener en cuenta que como menciona Ruiz Pérez (2007) comienzan la etapa de la pre-pubertad. Esta se caracteriza por un desarrollo lento y equilibrado, predominando los

grandes grupos musculares, un fortalecimiento de los ligamentos y gran elasticidad de los tejidos conectivos y musculares. Todo ello condiciona la planificación y ejecución de las actividades planteadas desde la Educación Física ya que se deben desarrollar actividades que estén a su alcance y a su vez estimulen su desarrollo psicomotriz.

Autores, como por ejemplo Díaz, J. (1999), Batalla, A. (2000) y Gil, P., Contreras, O. R., Gómez, I. (2008), que se han especializado en el estudio de la enseñanza corporal, afirman que la forma idónea para trabajar la psicomotricidad en estas edades es a través de las habilidades motrices, las cuales serán uno de los siguientes puntos de interés en este trabajo.

### 3.3 La necesidad de fomentar la enseñanza de las habilidades motrices

Indagando sobre las habilidades motrices nos damos cuenta de que es un concepto muy amplio, y en cada ocasión es definido en función del objetivo principal que se desea estudiar. Centrándonos en el ámbito que más nos involucra, la educación, vemos que la importancia del desarrollo de estas habilidades es indiscutible.

Comenzando por un análisis exhaustivo de la Orden EDU 519/2014 de junio por la que se establece el currículo y se regula su implantación, observamos que un bloque del área de Educación Física se centra en las habilidades motrices. Aunque tras la observación detallada de este documento no se puede obtener una definición clara, podemos extraer la idea de que las habilidades motrices se entienden como diversas acciones que se desarrollan para la consecución de diversos objetivos donde predomina el uso del cuerpo y del movimiento para desarrollarlos con éxito.

Acercándome a una definición más personal, en primer lugar, haré referencia a diversos autores que han tratado en sus estudios las habilidades motrices. Comenzando por la concepción que ofrece Guthrie (1957) como: “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza, y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas cosas”.

Por otro lado, cabe destacar, que tiempo más tarde Batalla Flores (2000, p. 8) define habilidad motriz como la competencia que presenta dicho sujeto frente a un objetivo

propuesto, afirmando que, para la consecución de dicho objetivo, la generación de respuestas motoras y el movimiento desempeñan un papel primordial e insustituible.

Comparando diferencias y similitudes de lo presentado anteriormente, concluyo entendiendo las habilidades motrices como un conjunto de acciones psicomotrices coordinadas, desarrolladas para la correcta consecución de un objetivo concreto con la mayor eficiencia posible y esta es conseguida a través del autoconocimiento del movimiento corporal y su posterior dominio.

Derivado de esta última definición, es inexplicable no entender que las habilidades motrices son un estímulo primordial en el desarrollo integral del alumnado, y por ello su importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Cabe destacar que la mayor responsabilidad debería recaer en los docentes, especialmente en los dedicados a la Educación Física. Ya que tenemos en nuestras manos la valiosa herramienta, el conocimiento corporal, para estimular el completo desarrollo psicomotriz del niño. De la Vega, De la Vega y Del Valle (2018).

Como colofón a esta destacada responsabilidad de los docentes, veo necesario mencionar que es imprescindible el planteamiento por parte de los maestros sobre cómo pueden enseñar y trasladar a su alumnado la importancia del autoconocimiento corporal como indica Mañeru, y Rodríguez (2011). Por ello, considero inevitable continuar hablando sobre las Progresiones Abiertas de habilidades motrices como metodología impulsora de este contenido.

### 3.4 Progresiones abiertas como metodología para la enseñanza de habilidades motrices

En este apartado pretendo justificar la necesidad de aplicar una metodología que dé respuesta a la heterogeneidad del alumnado en la enseñanza, especialmente de las habilidades motrices. A través del conjunto de propuestas que se plantean en una progresión abierta, comenzando de lo más básico y global de la habilidad a trabajar para finalizar con lo más específico y propio del dominio de la habilidad, se pretende que el alumnado experimente sus capacidades para lograr el mayor dominio y conocimiento corporal desde la individualidad.

### 3.4.1 El Análisis Global del Movimiento como estructura de la metodología

En la vida de todo individuo es necesario adquirir ciertos dominios motrices para un desarrollo equilibrado y exitoso. Las actividades físicas, que llevan a cabo los niños y niñas en la edad escolar, les proporcionan una amplia gama de sensaciones irrepetibles que les ayudan a su posterior aplicación en la vida adulta.

Debido a esta necesidad deberíamos plantearnos la relevancia que tiene para el docente, en concreto del área de Educación Física, desarrollar la capacidad de analizar el entorno para explotar al máximo las posibilidades de acción que se le plantean al alumnado.

Atendiendo a las palabras de Abardía y Medina (1997, p.128) “Entendemos el AGM como una estructura didáctica que pretende ayudar al futuro/a maestro/a especialista en E.F. a interpretar la motricidad desde una perspectiva global y abierta”. Por ello es imprescindible desarrollar la capacidad de realizar un completo AGM que sirva de estructura base de las progresiones abiertas de habilidades motrices.

Este análisis deriva de *la teoría psicocinética* de Jean Le Boulch, la mayor similitud la encontramos en el objetivo principal, ya que toman como aspecto imprescindible y del cual parten el movimiento. “Corresponde al educador, por su experiencia pedagógica, relacionar los ejercicios con las necesidades de los alumnos, teniendo en cuenta su edad y su capacidad de comprensión” (Le Boulch, 1990, p.21).

Teniendo en cuenta las palabras de Le Boulch, el Análisis Global del Movimiento responde desde el movimiento y su descomposición, utilizando diversos factores. Estos factores analizan las características más destacadas para ayudarnos a desarrollar una metodología que proporcione la oportunidad de desarrollar las habilidades motrices al alumnado, teniendo en cuenta sus capacidades y las características del contexto.

Para comprender la importancia de este proceso, a continuación, haré una breve explicación sobre el objetivo principal y, posteriormente, veo ligada la necesidad de mencionar las principales ventajas que nos ofrece el realizar cada uno de los análisis que componen el AGM, ya que esto nos hará comprender la relevancia de su realización

El análisis multifuncional del material es el primero de todos. En el debemos hacer un análisis de todas las posibilidades de acción que nos ofrece el material que tenemos a nuestra disposición. Por ello, debemos tener en cuenta ciertos aspectos como el tamaño,

el grosor, los colores, etc. Para poder llevar a cabo de la forma más exitosa y valiosa posible este análisis debemos abrir nuestra visión sobre los materiales tradicionales, esto nos llevará a tener una visión más global que enriquecerá nuestras propuestas. Nos ofrecerá la oportunidad de enseñarle a nuestro alumnado una habilidad partiendo de materiales que no son propios de esta y enriquecer su conocimiento corporal, siempre respetando el propio esquema del movimiento.

El análisis de factores fisicomotrices y perceptivomotrices nos sirve para aclarar los aspectos más destacados que deben conocer y dominar sobre una habilidad los niños y niñas. En primer lugar, quiero mencionar que siguiendo con las palabras de Abardía y Medina (1998, p. 136) afirmamos que todo movimiento tiene dos componentes que lo caracteriza, uno cuantitativo y otro cualitativo. En cuanto al cuantitativo responden los factores fisicomotrices, es decir las capacidades condicionantes o físicas necesarias para cierta habilidad. Por otro lado, al aspecto cualitativo responden los factores perceptivomotrices, resaltando la importancia que tienen las sensaciones propioceptivas y kinestésicas que el sujeto experimentará en el proceso de enseñanza- aprendizaje siendo el profesor el responsable de conseguir la consciencia de estas en el alumnado. El análisis de estos dos factores enriquecerá la posterior realización de la progresión abierta, ya que los factores fisicomotrices nos hacen resaltar las capacidades físicas que el alumno deberá desarrollar para la consecución de la habilidad. Y enriqueciendo estas capacidades encontramos los factores perceptivomotrices, que nos proporcionan la creación de transferencias motrices ofreciendo la posibilidad de llevar a cabo actividades con espacios o materiales diferentes y así minimizar la dificultad de realización, siempre respetando el esquema de movimiento. Estos últimos servirán para que el alumnado vaya adquiriendo un esquema motor, es decir, una especie de registro que genera un automatismo de acción formando nuestra memoria sensorial o inteligencia motriz (Abardía, Francisco; 2019). Aquí resaltamos la importancia de vivenciar el proceso y que no prevalezca el resultado.

Centrándonos en el tercer análisis, denominado análisis técnico, hace referencia a como se debe realizar la acción motriz, es decir los pasos a seguir. Como hacen referencia Abardía, Abad y Santos (2019, p. 14) su función principal es determinar cómo influye cada segmento corporal en los aspectos técnicos que conlleva dicha habilidad. Este análisis proporciona una clarificación de los pasos necesarios para la consecución por parte del alumnado en la realización de la habilidad. De aquí obtendremos los contenidos conceptuales más técnicos que el alumnado deberá conocer, creando así una progresión

cerrada. Esta será transformada en una abierta gracias al resto de los análisis para proporcionar una respuesta educativa que atienda a los diversos niveles del alumnado.

Por último, el análisis de enlaces y combinaciones de habilidades proporciona un enriquecimiento en la acción motriz del alumnado, ya que una vez dominada la propia habilidad la combina y enlaza con otras creando nuevos esquemas motrices. Es decir, ofrece una mayor gama de posibilidades de acción pudiendo engranar actividades en la progresión que favorezcan la dificultad adquiriendo una mayor mejora de la habilidad. Este aspecto proporciona un mayor autoconocimiento ya que aumenta su desarrollo y a su vez empezamos a ser conscientes de nuestro propio nivel psicomotriz (Abardía, Francisco; 2019).

### 3.4.2 Metodologías inmersas en las Progresiones Abiertas de habilidades motrices

Las progresiones abiertas de habilidades motrices pueden resultar un aspecto poco conocido para algunos profesionales de la Educación Física. Debido a esto, quiero reflejar en mi trabajo todos los detalles enriquecedores que nos puede proporcionar esta metodología en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Para intentar plasmar esta idea, voy a explicar las características más relevantes a través de las diversas metodologías, conocidas y aceptadas por la mayoría de los docentes, que las progresiones abiertas de habilidades motrices incluyen.

En primer lugar, haciendo referencia a la ley educativa DECRETO 26/2016, de 21 de julio, en el apartado dedicado a las orientaciones metodológicas de Educación Física resalta que la metodología utilizada debe tener en cuenta el proceso madurativo del alumnado y a su vez ser activa, inclusiva, participativa, motivadora y que presente situaciones reales que favorezcan su autonomía y sean corresponsables de su aprendizaje. En cuanto a este aspecto, como menciona Abardía (2019), me gustaría destacar que una de las finalidades de las progresiones abiertas, a diferencia de las cerradas, es que busca dar respuesta y posibilidades de acción a la heterogeneidad que se presenta en las aulas.

Además, en esta misma podemos entrever que menciona la importancia de facilitarles transferencias de conocimientos de diversas situaciones. Este aspecto se relaciona directamente con las transferencias motrices que nos proporcionan las progresiones

abiertas, debido a que se parte del análisis del movimiento para que el alumno forme su propia inteligencia motriz (Abardía, Francisco; 2019).

*“Partiremos del descubrimiento, exploración y experimentación de las posibilidades motrices del alumno y de la estructuración de su esquema corporal, para acabar la etapa con ciertos niveles de exigencia de eficacia y de autonomía en la realización de sus actividades”*. DECRETO 26/2016.

Me parece interesante remarcar estas pautas de la ley educativa, ya que podrían ser utilizadas en cierto modo para definir una progresión abierta de habilidades motrices. Las progresiones abiertas utilizan como estructura base el AGM que estudia el contexto determinado para ofrecer al alumnado unas experiencias y vivencias adaptadas a sus necesidades, que faciliten la creación de su propio esquema corporal y desarrollo psicomotriz. Por ello, siguiendo las explicaciones de Abardía (2019), las progresiones están formadas “de forma invisible” por tres apartados, el primero centrado en la adaptación a la habilidad ofreciendo actividades sencillas que logren de forma satisfactoria. En segundo lugar, está el dominio, en el cual busca la consecución de la propia habilidad ofreciendo diversas situaciones de experimentación. Y, por último, el perfeccionamiento, dedicado a niveles más elevados de dominio corporal y autonomía (Abardía, Francisco; 2019).

Adentrándonos en diferentes visiones de aprendizaje comenzaré mencionando el aprendizaje significativo. Siguiendo las palabras de Ausubel (1989), entendemos por aprendizaje significativo, aquel que, partiendo de los esquemas de conocimiento que el discente presenta, incorpora nuevos relacionándolos a través de un proceso de asimilación que hace modificar y enriquecer los esquemas previos. Como cabe destacar las progresiones abiertas de habilidades motrices son actividades planteadas por el docente después de haber llevado a cabo el Análisis Global del Movimiento, que integra las características del contexto y del alumnado al que va a ser destinado. Además, con estas se pretende que los niños y niñas partiendo de su desarrollo motriz descubran nuevas posibilidades de movimiento para enriquecer su inteligencia motriz.

Modificando las visiones tradicionales del proceso de enseñanza-aprendizaje apareció Jerome Bruner (1963) con su teoría del aprendizaje por descubrimiento. Esta teoría pretende que el alumno se convierta en el protagonista del aprendizaje, es decir que sea el propio constructor de este. El alumno presenta sus esquemas mentales, al igual que en

el aprendizaje significativo, y a estos añade información cuando interacciona con la realidad vivenciando los aprendizajes. Siguiendo con este pensamiento es interesante vincularlo con el creador de *la teoría psicocinética* y, por lo tanto, relacionarlo con el movimiento, mencionado anteriormente por la relación con las progresiones abiertas. Este afirma que: “no podemos adquirir sino aquellas ideas, sentimientos y técnicas que hayan sido vividas por nosotros (John Dewey en Le Boulch, 1990, p. 22)

*“El hecho de que el participante comience a ponerse unas metas, a creerse capaz de hacer diferentes cosas, a imponerse una obligación y a obedecerse a sí mismo, son algunos rasgos que nos indican la maduración y crecimiento del niño, circunstancias que se producen de la participación y vivencia de la acción lúdica.” (Gutiérrez, R. 1997)*

### 3.4.3 Beneficios/ventajas de utilizar como metodología las Progresiones Abiertas de habilidades motrices para la configuración evolutiva del niño

“La progresión abierta de una habilidad motriz es un conjunto de actividades *ordenadas y jerarquizadas por nivel de dificultad* que a su vez se clasifican según diferentes factores extraídos de los análisis previos de la Habilidad Motriz”. Abardía, Abad y Santos (2019, p. 16)

Analizando la definición de progresión abierta de una habilidad motriz podemos entrever los primeros beneficios que nos ofrece esta metodología. Destacamos que para poder llevarla a cabo requiere de un proceso de análisis previo por parte del docente, esto genera un enriquecimiento ya que adapta las propuestas presentadas a las necesidades del contexto que se dirige. Además, no podemos olvidar que la Educación Física tiene mucho contenido por enseñar y marca como objetivos principales el conocimiento de uno mismo y conseguir una mejora del dominio corporal. El estudio base de esta metodología es el movimiento, debido a que, a través de este, se le ofrece al alumnado diferentes posibilidades de acción para que el alcance su máximo nivel de desarrollo corporal.

Por otro lado, esta metodología atiende a la diversidad de necesidades que presenta el alumnado, aboga por una educación individualizada respetando los diferentes ritmos de aprendizaje. Esta idea queda respaldada por las palabras de Abardía (2017) plasmadas en Abardía, Abad y Santos (2019, p. 16). La jerarquía por la que se rigen las actividades recogidas en una progresión abierta está establecida en función de 3 factores:

En primer lugar, por la dificultad en la asimilación de los esquemas motores: se parte de la experiencia motriz previa que el alumnado presenta para adaptar la dificultad de los recursos creados. Esto mantiene una estrecha relación con el aprendizaje significativo y por descubrimiento anteriormente mencionado.

En segundo lugar, la complejidad conceptual: se atiende a los conocimientos que tiene asimilados el alumnado para entrelazarlos con los aspectos que queremos trabajar. Reflexionando sobre esta idea, se pretende que el alumnado además de lograr la consecución motriz sea consciente del proceso que debe realizar tanto técnico como perceptivo para lograrlo.

Por último, en tercer lugar, la dificultad técnica: se tiene en cuenta la complejidad de los ejercicios planteados a través de las subhabilidades que se incluyen. Este aspecto relacionado con el análisis de enlaces y combinaciones enriquece la respuesta educativa que el docente ofrece a su alumnado. Después de la realización de este análisis, queda en las manos del maestro la posibilidad de ofrecer una amplia gama de complejidades en las actividades para que todo el alumnado sienta satisfacción por el trabajo conseguido y no se frustre por no encontrarse en su nivel de desarrollo.

Puede parecer que todos los aspectos destacados dependen del maestro, pero, por lo contrario, me parece interesante afirmar que el alumno es el protagonista de su propio aprendizaje, mientras que el maestro actúa como guía e incentiva su aprendizaje proponiendo situaciones motrices acordes al contexto. Por ello, con las progresiones abiertas de una habilidad motriz se pretende que el alumnado vivencie todos los aspectos que la componen. Además, que lo asimilen y lo contrasten con el contenido conceptual que abala cada actividad dándose cuenta de lo que ocurre a través del movimiento.

### 3.5 Las Progresiones Abiertas de habilidades motrices como una metodología transversal en los diferentes niveles educativos (Educación Primaria)

Después de haber realizado un profundo análisis sobre la Educación Física y su enseñanza en la etapa escolar. Centrándome en las habilidades motrices, puede resultar de gran interés y utilidad hacer una mayor especificidad de cuándo y cómo debemos enseñarlas, facilitando así el proceso de enseñanza y aprendizaje.

En primer lugar, es evidente la necesidad de que los niños desarrollen de forma satisfactoria las habilidades motrices, y de aquí deriva la responsabilidad que los docentes debemos plantearnos. Es cierto que todas las habilidades motrices no están al alcance de todo el alumnado, pero principalmente las habilidades motrices básicas son esenciales para un desarrollo integral.

De este modo, como futura docente, me planteo que para facilitar un correcto desarrollo motriz del alumnado las habilidades motrices actúan como estímulo y esto se puede ver potenciado a través de las progresiones abiertas. Además, es imprescindible que exista coherencia entre el proceso de enseñanza- aprendizaje y su desarrollo a lo largo de los niveles educativos.

Para comenzar me gustaría mencionar la importancia que tiene la realización de taxonomías sobre las habilidades motrices en la Educación Física. Según las palabras de Abarcá (2019) debemos observar las habilidades desde el ámbito educativo, ampliando nuestra mirada de forma global, y de esta forma observar todas las posibilidades que ofrece esa habilidad y cuáles son las adecuadas para tu contexto. Una vez que tenemos esta idea, el contexto, según sus peculiaridades, nos ayudará a clarificar qué vamos a enseñar y cuándo. A continuación, sería cuando llevaríamos a cabo el Análisis Global del Movimiento y su posterior progresión.

El llevar a cabo estos procesos nos hace llenar de coherencia nuestras programaciones. Es necesario pensar en la secuencia de las habilidades motrices que se desarrollan en los diferentes ciclos. Siguiendo las palabras de Abarcá (2019), si establecemos una relación en las programaciones de los diferentes cursos realizarían un aprendizaje significativo que se complementarían a lo largo de toda su etapa educativa. Para cada ciclo debemos estipular qué habilidades enseñamos y cuál es el nivel de profundización del procedimiento abordando los contenidos conceptuales.

Esto refleja que en los primeros niveles se comenzaría con la adaptación a la habilidad logrando el dominio de la misma a medida que avanzan de curso, pudiendo incidir en los aspectos más débiles del alumnado al observar su evolución. Uno de los detalles más valiosos de esta visión es poder aprovechar los aprendizajes que han desarrollado sobre esta habilidad en cursos anteriores y de esta forma aumentar el conocimiento, es decir, el aprendizaje nuevo se adquiere en base a lo aprendido anteriormente. Le estás ofreciendo al alumnado la oportunidad de vivenciar de forma progresiva una habilidad dándole las

pautas necesarias para su realización y, a su vez, haciéndole consciente de su propio movimiento en la acción, explicándole el porqué. Con este proceso el alumnado podría hacer uso de su memoria sensorial facilitándoles el aprendizaje de otras habilidades a través de transferencias motrices (Abardía, Francisco; 2019).

Yéndonos a un ejemplo más práctico, la habilidad motriz de desplazamiento ganaría lógica si se puede afianzar su trabajo a través de todos los ciclos de educación primaria. Comenzaría su enseñanza con el desglose más básico sobre el movimiento de desplazarnos en el primer ciclo. De esta forma, en el segundo ciclo vuelve a aparecer esta habilidad, pero con cierta evolución, como por ejemplo el desplazamiento combinado con el manejo. Así, sabiendo lo que han aprendido en el primer ciclo lo aprovechamos para construir desde su inteligencia motriz. Con todo ello, el área de Educación Física sería reconocida por demostrar un proceso de enseñanza-aprendizaje repleto de coherencia y lógica, que enriquecería el desarrollo psicomotriz del alumnado de forma progresiva y coherente.

## 4 PROCESO PARA EL DISEÑO

Para poder llevar a cabo un diseño didáctico basado en las progresiones abiertas de una habilidad motriz es necesario seguir un proceso de conocimiento y estudio antes del diseño, especialmente refiriéndonos al movimiento corporal dentro de la propia habilidad. En el presente apartado pretendo dar respuesta a lo más significativo relacionado con el movimiento que se realiza en la conducción del patinete a través del Análisis Global del Movimiento. Y, por otro lado, busco justificar los diferentes apartados que conforman una progresión abierta y la relevancia de cada uno de ellos para la asimilación y comprensión del alumnado. Para finalizar con la presentación de una Progresión Abierta sobre la habilidad del patinete.

Es importante recordar que la percepción de la Educación Física escolar en este estudio no está vinculada al aprendizaje de un deporte y su preparación, ni busca desarrollar un alumnado potencialmente apto para desarrollar actividades físicas; quiero resaltar que desde este enfoque metodológico se persiguen dos objetivos más profundos como son el conocimiento de sí mismo y el dominio corporal.

Esta perspectiva que se presenta aboga por la consecución del desarrollo integral del alumnado. Ofrece, desde la Educación Física, un proceso de enseñanza-aprendizaje continuado, observando un progreso tras la experimentación de posibilidades de acción que el docente ofrece como guía del aprendizaje.

Por último, quiero destacar que este proceso da como resultado un diseño que presenta una amplia gama de posibilidades de acción sobre la habilidad motriz que se quiera trabajar. Esta amplitud va desde propuestas sencillas que buscan la adaptación y asimilación de los movimientos corporales necesarios para introducirse en la habilidad, pasando por unas propuestas directamente relacionadas con la propia habilidad que ofrecen un dominio de esta, hasta finalizar con un perfeccionamiento del dominio corporal en la ejecución de la misma, utilizando enlaces y combinaciones de habilidades. Gracias a estos recursos podemos ofrecer una respuesta más individualizada de enseñanza-aprendizaje al alumnado, atendiendo a sus necesidades tanto educativas como sociales y personales, sin olvidar las motrices. A continuación, me centro en la habilidad escogida, el patinete, sobre la cual llevaré a cabo el Análisis global del Movimiento y su posterior composición de la Progresión Abierta.

## 4.1 Análisis Global del Movimiento en la habilidad del patinete

Como futuros docentes, el primer aspecto que tenemos que preguntarnos es lo que queremos enseñar, y resulta evidente que las habilidades motrices es un contenido que debe prevalecer en la Educación Física. Esto cobra aun mayor sentido por la contribución al desarrollo integral del discente ya que las habilidades forman parte de su vida de forma innata. Como indica Batalla Flores (2000), si contribuimos a mejorar el desarrollo de las habilidades motrices en el alumnado ampliamos sus oportunidades de respuesta, constituyendo una base sólida que les favorecerá en el aprendizaje de acciones más complejas.

Una vez clarificado este tema, ya sea una habilidad motriz básica o específica el siguiente paso es estudiar el movimiento que se genera en ella, es decir, el Análisis Global del Movimiento. Para llevar a cabo este proceso es necesario estructurar las características esenciales de la habilidad utilizando los diferentes análisis que componen el global para ampliar la visión sobre las posibilidades que ofrece la enseñanza de esa habilidad.

Siguiendo este análisis que expongo a continuación obtenemos una información detallada que nos ofrece una amplia gama de actuación a la hora de elaborar la progresión abierta de la habilidad motriz de patinete, dando así una respuesta más individualizada al alumnado en función de su contexto.

### 4.1.1 Análisis multifuncional del material

Materiales directamente relacionados con la habilidad:

- **Tamaño:** cuanto más grande sea el patinete más pesado será por lo tanto mayor dificultad para su manejo. Por otro lado, cuanto más pequeño sea, mayor dificultad encontraremos para montarlo y posicionarnos. Es preferibles que sea pequeño. El tamaño debería adecuarse a la altura del niño.
- **Ruedas:** el tamaño de las ruedas influye en la conducción al ser el punto de apoyo con el suelo. Cuanto más grandes menos esfuerzo físico. Cuanto más pequeñas más necesidad de pedalada y mayor esfuerzo físico, a su vez, menos recorrido. El desgaste afecta a la conducción, estabilidad y deslizamiento.
- **Tabla:** si es antideslizante facilitara el agarre de los pies.
- **Freno:** que el patinete contenga freno y se disponga en la rueda trasera facilita el frenado al alumnado.

- Manillar: cuanto más alto y grande sea mayor dificultad en el agarre y manejo. Debe estar a la altura de la cintura. Si el grosor impide que las manos abarquen el manillar dificultará su agarre.
- Manguitos: facilita la adherencia de las manos en el agarre del manillar.
- Suelo reforzado: si al caer o bajar el suelo es blando se sufren menos daños y ofrece seguridad en la conducción.
- Suelo: si el suelo tiene una textura rugosa ofrecerá dificultades en el desplazamiento y un mayor esfuerzo físico, mientras que si es liso tendremos mayor facilidad deslizante.
- Indumentaria: para una conducción segura sería recomendable el uso de ropa deportiva, zapatillas adecuadas, guantes y elementos de seguridad (casco, rodilleras y coderas).

Materiales complementarios que puedes facilitar el aprendizaje:

- Bosu: superficie inestable que nos ofrece la posibilidad de trabajar el equilibrio y el reajuste corporal.
- Pelotas de gomaespuma: al tratarse de un material blando facilita la vivencia de los agarres pudiendo observar su maleabilidad. También nos ofrece posibilidades de combinación de habilidades evitando peligros en el contacto.
- Conos: al ser un material cotidiano y manejable nos ofrece la posibilidad de generar situaciones que se acerquen a la realidad disminuyendo los riesgos, por ejemplo, generar obstáculos que tengan que esquivar o saltar.
- Espalderas: pueden servir como un elemento de ayuda para el alumnado y a su vez de imitación del agarre ya que sus barras tienen un grosor similar al manillar del patinete.
- Colchonetas: este material en situaciones más arriesgadas o de desequilibrio nos ofrece seguridad. Por ejemplo, puede vivenciar una caída del patín sin peligro de dañarse.

#### 4.1.2 Análisis de factores

- **Perceptivo- motrices:** son las capacidades coordinativas del individuo o también denominadas perceptivo-motrices, donde encontramos la coordinación (espacio-temporal, kinestésica) y el equilibrio.

Además, se incorpora el sistema propioceptivo en cuanto a la calidad técnica, por ejemplo, en el reajuste corporal; y el exteroceptivo percibiendo información del ambiente para una buena ejecución.

Coordinación dinámico-general de locomoción al maniobrar con el manillar y desplazarnos con una pierna con el patinete.

Coordinación intersegmentaria e independencia segmentaria al necesitar un mayor control de una extremidad inferior que resultaría móvil, la pierna de impulso. Esta se ve favorecida si se obtiene una mayor estabilidad de la otra extremidad inferior, que actúa como segmento fijo.

Equilibrio dinámico y estático-clónico al mantenernos en el patín con brazos y piernas donde debemos mantener una postura técnica determinada.

Lateralidad de uso y de sostén para ver con cuál domino mejor el patinete, tanto en el apoyo para el desplazamiento como para el impulso.

Dosificación del impulso y cálculo de distancias y velocidades en el desplazamiento.

- **Físico- motrices:** son las capacidades físicas condicionantes del individuo: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad; en este caso adquiere una mayor presencia e influencia la fuerza.

Velocidad de reacción tanto óculo-manual como óculo-pédica para la direccionalidad y desplazamiento seguro.

Extremidades superiores:

- Fuerza muscular de brazos (bíceps, tríceps, dorsales) en el agarre del manillar y direccionalidad.
- Flexores de codo: no extender los brazos en 180° para evitar lesiones articulares.
- Fuerza-resistencia muscular flexora de manos para un buen agarre.

Fuerza muscular flexora-extensora de cadera (psoas iliaco y cuádriceps femoral, cuadrado lumbar y músculos oblicuos).

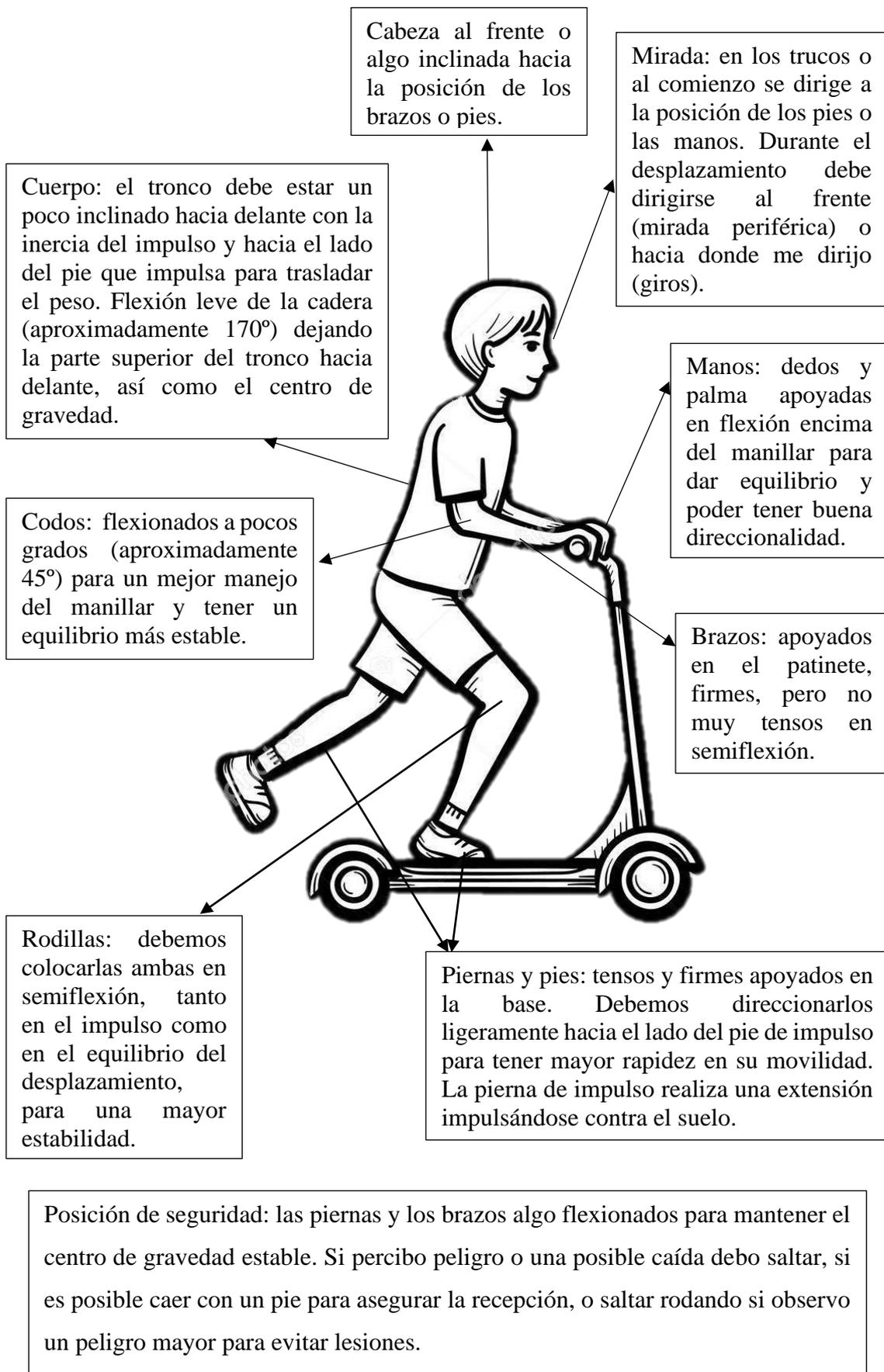
Fuerza muscular flexora del tronco (abdominales, dorsales), extensores del tronco. Necesitando mayor fuerza de tracción y resistencia tras el impulso en el reajuste corporal.

Fuerza pectoral para ajustar el agarre del manillar con un apoyo y facilitar la estabilidad.

Extremidades inferiores (más desarrolladas si hay mayor aumento de peso en el alumnado):

- Fuerza muscular flexora-extensora de piernas (cuádriceps, gemelos, isquiotibiales) en el equilibrio y desplazamiento (impulso).
- Fuerza muscular flexora de pies: dedos (tibiales y extensores) para frenar, impulsarse y desplazarse.
- Fuerza dorsiflexión del tobillo para mejorar el equilibrio en el desplazamiento.

### 4.1.3 Análisis técnico



#### 4.1.4 Enlaces y combinaciones

Enlaces antes	Combinaciones	Enlaces después
Andar – subirse	Flexionando el cuerpo	Andar
Correr – subirse	Agachándose de cuclillas	Correr
Levantarse- subirse	Elevando la pierna de	Saltar
Saltar- subirse	impulso	Tregar
Rodar- subirse	Impulsándose un	Tumbarse
Girar- subirse	compañero	Girar
Saltar con el patín en las	Apoyando solo una mano	Rodar
manos- subirse	en el agarre	
Saltar subido al patín en	Esquivando objetos	
estático- desplazarse	Golpeando objetos con	
	manos o pies	

## 4.2 Componentes de una Progresión Abierta de habilidades motrices

El proceso de diseño de una Progresión Abierta de una habilidad motriz se fundamenta en el anterior nombrado Análisis Global del Movimiento. Una vez superada y realizada esta fase debemos conocer que elementos integran esta secuencia premeditada de actividades. En primer lugar, resulta esencial reconocer la relevancia que tiene cada uno de los elementos, tanto para la estructura y clarificación de la enseñanza como para la comprensión y asimilación del aprendizaje. Estos apartados han sido definidos por Francisco Abardía (Abardía, F.; 2019), y a posteriori haré una breve justificación de su importancia.

- Nombre: este apartado actúa como simplificador de la actividad. Sirve como referencia para la organización de las actividades de forma sencilla y clara. Nos ofrece una idea generalizada del contenido de la actividad y facilita su búsqueda para una posterior utilización y distribución en las Unidades Didácticas que se planteen.

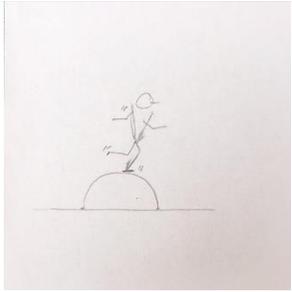
- Representación gráfica: sirve como visualización y ejemplificación de la actividad. Familiarizar al alumnado con su comprensión y utilización favorecerá y agilizará el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ofrece con un simple vistazo la puesta en práctica de la actividad. Además, en la propia representación se destacan los aspectos más significativos, los cuales serán imprescindibles para que el alumnado pueda consultar y representar. También se pretende que el alumno sea capaz de realizar estas representaciones y asociarlas con las acciones correspondientes.
- Explicación de la actividad: aparece acompañando a la representación gráfica como complemento explicativo. Debe ser sencilla y concisa ofreciendo los aspectos que aclaren la posible realización de la actividad.
- Contenido conceptual: resultan los contenidos con carácter imprescindible para el alumnado. Enriquece la actividad reflejando los aprendizajes que acompañan a la vivencia. Por lo general, se extraen con total relación del Análisis Global de Movimiento realizando una transposición didáctica, es decir, adaptándolo a la comprensión del alumnado, para que les resulte de total utilidad. Cuando realizamos una actividad motriz se debe conocer el cómo y el porqué, llegando a un mayor conocimiento corporal para alcanzar un dominio del mismo.

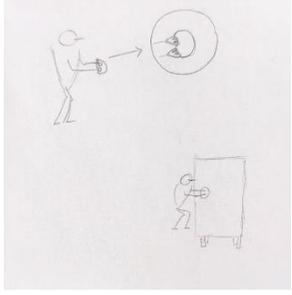
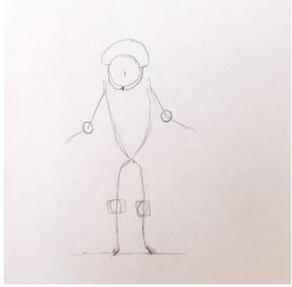
Por otro lado, resulta importante puntualizar que, como docentes y posibles diseñadores de programaciones abiertas, debemos comprender la división imaginaria que presenta esta metodología. Existen tres secuencias imaginarias que se siguen: adaptación, dominio y perfeccionamiento. Esta diferenciación cobra mayor sentido aun para el docente si la progresión es utilizada como metodología de enseñanza continuada a lo largo del proceso educativo en los diferentes cursos. Estas secuencias responden a la progresiva incrementación de dificultad y asimilación, y entre ellas no existe una línea divisora exacta, sino que algunas actividades se difuminan entre estas divisiones.

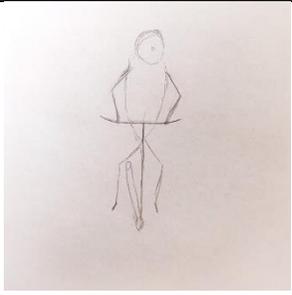
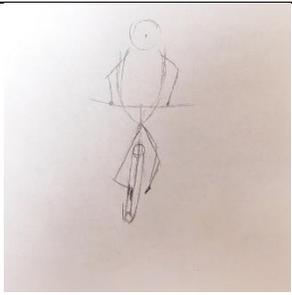
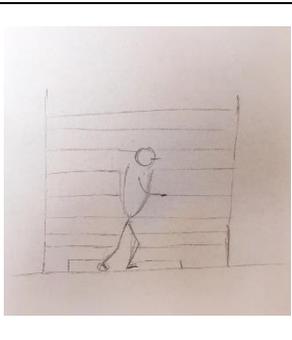
Comenzando con la adaptación, recoge las actividades más sencillas, que se encuentran al alcance de la mayoría del alumnado, y ofrecen las posibilidades más básicas del movimiento de esa habilidad utilizando en muchas ocasiones transferencias motrices que faciliten la vivencia motriz. A continuación, entrelazándose con la adaptación y con el posterior perfeccionamiento, situamos el dominio. Las actividades que se centran en esta fase contienen una relación directa con la propia habilidad a trabar, si no es en sí misma la práctica de esta. Esta fase conlleva un mayor nivel de ejecución y dificultad y como el

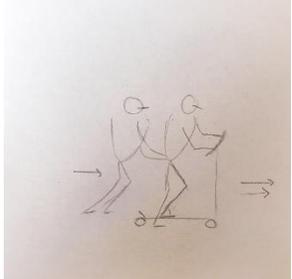
propio nombre indica se busca el dominio y control de la habilidad propuesta. Y, por último, el perfeccionamiento en el que se amplían las posibilidades de actuación ofreciendo enlaces y combinaciones dentro de la propia habilidad de forma que enriquezcan y maximicen su desarrollo integral.

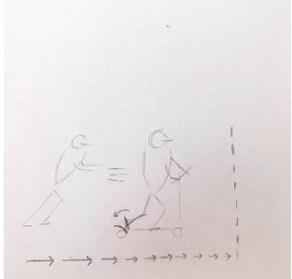
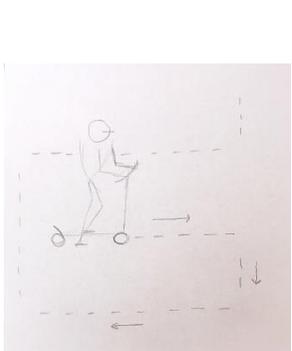
## 5 DISEÑO DE UNA PROPUESTA DE PROGRESIÓN ABIERTA DE LA HABILIDAD DE PATINETE

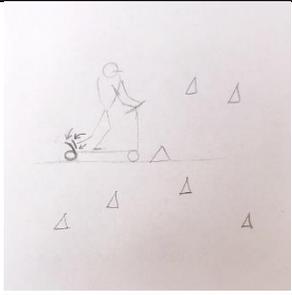
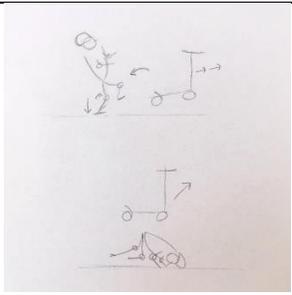
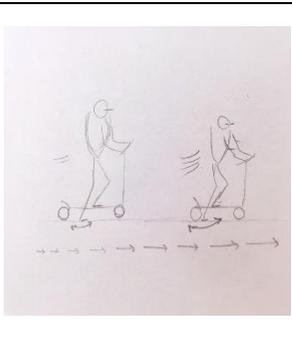
PROGRESIÓN ABIERTA DE PATINETE			
NOMBRE	REPRESENTACIÓN GRÁFICA	EXPLICACIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONTENIDO CONCEPTUAL
1. Caminar en superficies estrechas		<p>Caminar por una superficie estrecha, como un banco sueco, sujetando un palo con las manos.</p> <p>V: caminar por un bordillo.</p>	<p>El apoyo de los pies sobre superficies estrechas ofrece menor estabilidad y dificulta nuestro equilibrio.</p> <p>Dirigir la mirada hacia el frente enfocando al punto que nos dirigimos proporciona mayor seguridad en el desplazamiento.</p>
2. ¿Cuál es nuestra pierna dominante en el equilibrio?		<p>Mantener el equilibrio con una pierna encima de un bosu.</p> <p>V: hacerlo con ambas piernas (puede ayudarles a descubrir su lateralidad)</p>	<p>Para tener mayor equilibrio debo bajar mi centro de gravedad.</p> <p>Si mi cuerpo se va hacia la derecha y me desequilibro, debo llevar la parte superior de mi cuerpo hacia la izquierda para compensar mi cuerpo.</p> <p>La pierna con la que tengamos mayor estabilidad será la que colocaremos encima del patín.</p>

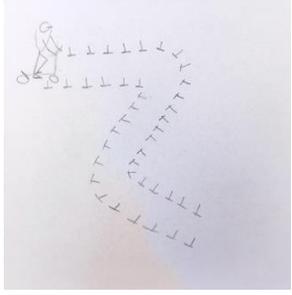
<p>3. Experimentamos el agarre-apoyo</p>		<p>Agarrar, cerrando el puño, una pelota de gomaespuma con cada mano y oprimirlas contra una mesa ayudándonos del peso corporal. En resumen, realizar un agarre con posterior apoyo.</p>	<p>El agarre se realiza colocando el dedo índice, corazón, anular y meñique en la parte superior y el pulgar en sentido contrario, es decir, en la parte inferior intentando abrazar al resto. Para realizar el apoyo en el agarre adelantamos ligeramente nuestro centro de gravedad. El agarre con ambas manos nos proporciona una compensación del peso corporal.</p>
<p>4. Colocación de los elementos de seguridad</p>		<p>Colocarnos los elementos que ofrecen mayor seguridad para realizar el uso del patinete (casco, coderas y rodilleras).</p>	<p>Para colocar de forma correcta el casco debemos aflojarlo y colocarlo en la cabeza, después ajustar nuestra medida y abrochar la cinta de sujeción. Las coderas y rodilleras deben quedarse sujetas al cuerpo sin que se desplacen.</p>
<p>5. ¿Cómo realizamos el impulso?</p>		<p>Practicamos el impulso colocándonos de pie. Debemos guardar el equilibrio con la pierna de apoyo y golpear hacia atrás un objeto con la pierna de impulso. V: realizarlo apoyado en las espaldas impulsando una bolsa de plástico.</p>	<p>La colocación de nuestras piernas depende de nuestra lateralidad. La pierna de sostén, la no dominante, será la que hará el impulso y la dinámica mantendrá el equilibrio en el patín. El impulso de sebe a una batida amplia acompañada con el balanceo hacia adelante del tronco superior El apoyo de puntera en el impulso nos ofrece estabilidad y dominio de nuestro tren inferior.</p>

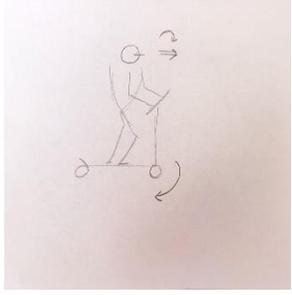
<p>6. Trasladamos el agarre-apoyo</p>		<p>Caminar con el patín entre las piernas colocando los brazos sobre el manillar de forma correcta</p>	<p>El agarre del patín debe realizarse con poca tensión para poder realizar los giros y movimientos de forma fluida.</p>
<p>7. Colocación del tronco inferior</p>		<p>Colocamos nuestro cuerpo encima del patinete. Una de las piernas encima del patinete y la otra apoyada en el suelo. Con las manos realizamos el agarre del manillar.</p>	<p>La pierna que colocamos en el patinete depende de la lateralidad, esta debe flexionarse ligeramente. La pierna de impulso se apoyará en el suelo en extensión (en el momento de impulso realizará una flexo- extensión).</p>
<p>8. ¿Qué movimiento necesitamos realizar para frenar?</p>		<p>Vivenciamos el movimiento necesario para frenar. Nos colocamos encima de una colchoneta y nos agarramos a las espalderas. Tenemos que mantenernos a la pata coja y con la otra pierna pisar una pelota de gomaespuma que pondremos detrás de nuestro pie que está apoyado.</p>	<p>Para frenar, con la pierna de impulso realizo una extensión de cadera flexionando ligeramente la rodilla con una rotación externa y accionamos el freno con la puntera.</p>

<p>9. Experimentamos la acción de frenar</p>		<p>Nos colocamos en el patinete y realizamos la acción de frenar manteniendo el equilibrio en estático. V: podemos ayudarnos de las espalderas.</p>	<p>Manteniendo el cuerpo flexionado para una mejor estabilización, trasladamos la pierna de impulso hacia atrás dejando caer progresivamente el peso en ella para accionar el freno.</p>
<p>10. Colocación del cuerpo en el desplazamiento</p>		<p>Subido al patinete un compañero me traslada impulsándome de la cintura.</p>	<p>El pie de apoyo debe estar flexionado a 45° respecto al patinete, orientado paralelo al pie de impulso. Tengo que equilibrar mi cuerpo realizando un solo apoyo, con las piernas flexionadas y bajando ligeramente el centro de gravedad inclinando el tronco superior hacia adelante.</p>
<p>11. Freno para reducir la velocidad</p>		<p>Accionar el freno mientras un compañero me impulsa de la cintura.</p>	<p>Cuando acciono el freno mi peso debe estar en la pierna de equilibrio dejando que la pierna que realiza el impulso pueda accionar progresivamente el freno. No debo presionar al máximo el freno si quiero seguir desplazándome, debo ejercer fuerza de forma suave y constante.</p>

<p>12. Freno con amplia distancia de reacción</p>		<p>Subido al patinete un compañero me impulsa y cuando me suelte debo empezar a frenar hasta llegar a la línea marcada.</p>	<p>Para realizar una frenada segura debo pisar progresivamente el freno. Si accionamos el freno de forma completa la inercia de nuestro cuerpo nos hará perder el equilibrio.</p> <p>Debo sujetar a mi compañero por la cintura intentando mejorar su estabilidad y soltándole de manera progresiva.</p>
<p>13. Desplazamiento en el patín</p>		<p>Subido al patín dar tres impulsos y mantenerme encima.</p>	<p>Para una buena propulsión es necesario una considerable flexión previa de la pierna impulsora.</p> <p>El tobillo de la pierna de equilibrio deberá flexionarse más, al encontrarse encima del patín, para mejorar la dorsiflexión.</p>
<p>14. Direccionalidad del movimiento</p>		<p>Montado en el patinete desplazarse por las líneas.</p>	<p>Cuando subo al patín debo colocar los pies en la posición adecuada para poder estabilizarme y desplazarme correctamente.</p> <p>Mis brazos deben apoyarse en el manillar a la altura de la cintura para poder manejarlo correctamente.</p> <p>Tengo que impulsarme con la pierna no dominante para poder equilibrar mi cuerpo con la dominante.</p> <p>Las rodillas tienen que estar algo flexionadas para mejorar mi estabilidad ajustando mi centro de gravedad.</p>

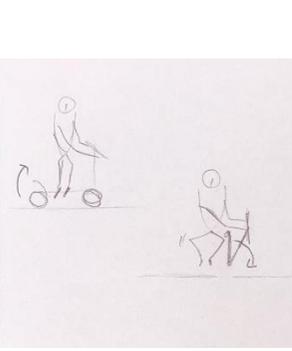
<p>15. Freno de imprevisto</p>		<p>Nos desplazamos por la sala y frenamos cuando nos encontremos con un obstáculo.</p>	<p>Debemos utilizar la mirada periférica para detectar los diferentes objetos en el espacio y frenar antes de chocarnos.</p> <p>Si tengo que realizar una frenada brusca ejerzo fuerza intermitente con mayor intensidad.</p>
<p>16. Saltamos por seguridad</p>		<p>Teniendo los elementos de seguridad saltamos del patín simulando una situación de peligro.</p>	<p>En situaciones de peligro adopto la postura de seguridad y si puedo salto del patinete apoyando un pie y posteriormente el otro para disminuir la caída.</p> <p>Cuando la caída o el salto del patín es hacia un lateral debilitamos el impacto si realizamos un giro o voltereta al caer.</p>
<p>17. Ampliar el impulso</p>		<p>En línea recta nos desplazamos encima del patín ampliando nuestra velocidad.</p>	<p>Para impulsarme hay que llevar el peso de nuestro cuerpo a la pierna de apoyo para posteriormente trasladarlo a nuestra pierna de impulso ligeramente doblada y empujando el suelo.</p> <p>Para realizar un mayor impulso realizamos una mayor flexión de la pierna de equilibrio y con la de impulso hacemos movimientos más amplios y rápidos.</p>

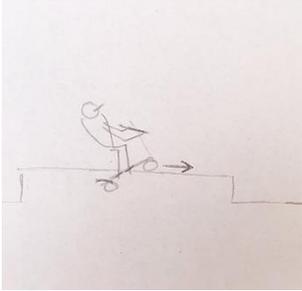
<p>18. Aprendemos a girar</p>		<p>Nos desplazamos en el patín siguiendo el circuito de curvas.</p>	<p>Para realizar un giro debemos dirigir la mirada a nuestro objetivo.</p> <p>Si queremos girar debemos inclinar nuestro peso hacia el lado que realizamos el giro para desplazar nuestro centro de gravedad.</p> <p>Si el radio de curvatura es muy cerrado debemos emplear un mayor radio de giro con nuestro manillar.</p>
<p>19. Adaptamos nuestro cuerpo a los giros</p>		<p>Realizamos un slalom con el patinete.</p>	<p>Si los conos se encuentran muy separados mi giro será de pocos grados. Si los conos se encuentran muy juntos tendré que realizar giros más bruscos.</p> <p>Durante los giros no debo impulsarme para no perder la estabilidad, el impulso se realiza una vez superado el obstáculo o cuando acabe el giro.</p>
<p>20. Modificamos nuestra posición corporal</p>		<p>Nos impulsamos con el patín y nos mantenemos encima agachando nuestro cuerpo.</p>	<p>Debo reorganizar el equilibrio de mi cuerpo porque mi centro de gravedad ha cambiado.</p> <p>Mis brazos deben fluir con el patín para poder equilibrarlo y dirigirlo mejor.</p> <p>Para impulsarme debo estirar la pierna y apoyar la parte interior del pie contra el suelo.</p> <p>El cuerpo debe aguantar el equilibrio cuando extienda la pierna.</p>

<p>21. Coloco mi cuerpo en los giros</p>		<p>Desplazándome con el patín realizar un cambio de sentido</p>	<p>Cuando giro, mi cuerpo debe mantener el equilibrio para no caer al lado hacia el que giro.          Mis brazos y manos deben sujetar firmemente el manillar, pero sin ejercer tensión para poder direccionarlo hacia donde me dirijo con fluidez.          El pie del lado interno del giro debe estar bien colocado en la tabla por si tengo que apoyarlo para no caer.</p>
<p>22. Compensación corporal</p>		<p>Me desplazo en el patín utilizando como agarre-apoyo solo una mano.</p>	<p>El brazo que está apoyado en el manillar debe direccionar los movimientos.          Mi cuerpo debe encontrarse bien posicionado para estabilizar el lado más débil de peso y no vencernos.          Cuando giramos, debemos dirigir el cuerpo hacia el lado que no hay apoyo en el manillar para mantener la posición equilibrada compensando el peso.</p>
<p>23. Nos desplazamos y lanzamos</p>		<p>Desplazarte y lanzar o golpear un objeto con la pierna          V: con la mano</p>	<p>Para golpear debo liberar una extremidad mientras mantengo el equilibrio con la otra.          Al combinar el desplazamiento con el golpeo debo impulsarme antes de golpear para mantener el desplazamiento y la estabilidad.          Si me impulso y golpeo a la vez me caeré porque no tendré sujeción ni estabilidad suficiente encima del patinete.</p>

<p>24. ¿Cómo traslado objetos?</p>		<p>Nos desplazamos en el patín trasladando diferentes objetos. V: trasladar a un compañero.</p>	<p>La mejor forma de trasladar peso es colocándolo en la espalda porque se reparte de forma equilibrada por el cuerpo. Si necesitamos trasladar algún objeto deberíamos colocarlo de forma equitativa en el patinete y si no es posible, deberemos ejercer mayor fuerza con nuestro peso corporal en el lado que no llevemos el objeto para compensar.</p>
<p>25. Descendemos rampas</p>		<p>Me desplazo bajando por una rampa</p>	<p>Debemos colocar los dos pies en el patinete, manteniendo el del impulso en el freno ligeramente presionado. El cuerpo debe flexionarse para tener mayor estabilidad, llevando el tronco hacia el manillar para no ejercer peso en sentido contrario.</p>
<p>26. Subimos rampas</p>		<p>Me desplazo subiendo una rampa.</p>	<p>Para subir rampas necesitamos agilizar la batida de impulso y llevar nuestro cuerpo hacia adelante para que nuestro centro de gravedad se desplace hacia donde nos dirigimos.</p>

<p>27. Saltamos sin desplazarnos</p>		<p>Realizar saltos estáticos en el patín. V: saltos estáticos pisando el freno</p>	<p>El agarre del manillar tiene que ser seguro y fuerte para evitar giros inesperados. Mi tronco debe flexionarse para obtener mayor impulso. Para realizar el salto debo coordinar el levantamiento del patín hacia arriba con mi salto, sin despegar los pies del patín.</p>
<p>28. Subimos bordillos</p>		<p>Nos desplazamos con el patinete y superamos los bordillos subiéndolos.</p>	<p>Para subir un bordillo debemos acercarnos en perpendicular manteniendo una velocidad constante para evitar derrapes o caídas. Colocamos el pie de impulso en el suelo, cerca del bordillo y presionamos hacia abajo ligeramente, y simultáneamente flexionamos los brazos levantando el manillar hacia arriba. También podemos realizar el salto colocando ambos pies encima del patinete. Al levantar el manillar debemos sostenerlo firme para que la rueda delantera se mantenga en línea y evitar desvíos al volver al suelo.</p>
<p>29. Bajamos bordillos</p>		<p>Nos desplazamos con el patinete y superamos los bordillos bajándolos.</p>	<p>Para bajar un bordillo debemos levantar un poco la parte delantera del patinete a través del manillar y con la rueda trasera deslizarlos por el bordillo.</p>

<p>30. Saltamos los obstáculos</p>		<p>Nos desplazamos con el patín superando los obstáculos que encontremos en el camino.</p>	<p>Después de impulsarme cuando me acerco a un obstáculo flexiono las rodillas elevando el patín a la vez que mi cuerpo hacia arriba para saltar. Mis pies no deben despegarse del patinete en ningún momento.</p>
<p>31. Modificamos el impulso</p>		<p>Nos desplazamos hacia atrás adaptando el cuerpo y el impulso.</p>	<p>Mi mirada deberá fijarse en la parte de detrás de mi espalda. El impulso de mi pie deberá ser en sentido contrario, de atrás hacia adelante.</p>
<p>32. Giramos el patinete 180°</p>		<p>Realizamos un giro del patinete de 180°, lo podemos intentar en estático y desplazándonos.</p>	<p>Si queremos que el patinete gire debemos colocar los dos pies en un lateral de forma diagonal. Después sin levantar los pies debemos flexionar nuestras rodillas y bajar nuestro centro de gravedad para obtener impulso y levantar el patinete a su vez desde el manillar. Nuestro cuerpo antes de saltar debe llevar el peso hacia el lado que voy a girar y en el momento del salto estirarse para realizar un mejor giro.</p>

<p>33. Nos deslizamos en el bordillo</p>		<p>Practicamos el truco <i>Grind</i> (desplazarse sobre un bordillo)</p>	<p>Si queremos deslizarnos por un bordillo debemos saltar y subir el patinete de forma que quede en diagonal para deslizarse con la parte trasera, casi pegando a la rueda, y finalizar con otro salto.          Cuando conseguimos saltar y colocar el patinete debemos tener los dos pies de forma transversal en el patinete y llevar el peso hacia nuestros talones para ejercer empuje en el patinete.          En el momento que perdemos velocidad flexionamos las piernas y saltamos al suelo agarrando el patinete.</p>
<p>34. Percepción sensorial del movimiento</p>		<p>Desplazarme con los ojos cerrados siguiendo las indicaciones de mi compañero.</p>	<p>Recurriremos a la memoria sensorial recogida en las vivencias corporales de las actividades anteriores. Necesitamos una mayor concentración para seguir las indicaciones del compañero</p>

## 6 CONCLUSIONES

Resulta evidente que el ser humano está compuesto por cuerpo y mente en unidad, por ello el desarrollo cognitivo no puede permanecer desvinculado del desarrollo motriz. Este aspecto tiene especial relevancia en la etapa de crecimiento, es decir, en la etapa educativa donde los niños llevan a cabo un desarrollo integral.

Debido a esto, creo necesaria una reflexión social sobre la visión de la educación. Los escolares a lo largo de su educación cursan infinidad de materias, pero resulta curioso que de forma específica solo una de ellas atiende al conocimiento del cuerpo, mientras que las demás es al conocimiento cognitivo. La Educación Física resulta una asignatura que sus objetivos fundamentales son el conocimiento y dominio corporal a través del movimiento, es decir, atiende de forma directa a las necesidades del desarrollo motriz. Pero, además, este desarrollo motriz lleva implícito el conocimiento cognitivo y a su vez favorece el emocional y social.

La investigación sobre la enseñanza de la Educación Física, centrándome en las habilidades motrices, me ha sido de gran utilidad para mi formación como futura maestra. Este proceso me ha hecho ser consciente y valorar, aún más, la importancia de incentivar una educación con cuerpo y el imprescindible estímulo que las habilidades motrices ofrecen a los escolares en su desarrollo integral.

Aludiendo a como los docentes podemos facilitar el proceso de enseñanza- aprendizaje de las habilidades motrices quiero destacar la metodología de las Progresiones Abiertas. A lo largo del escrito he podido descubrir las ventajas que estas generan en la adquisición y acomodación de los conocimientos en el alumnado, destacando como principal ventaja la potencialidad de llevar a cabo un proceso continuado basado en sus aprendizajes adquiridos anteriormente y, de la misma forma, progresar en ellos hasta llegar a las combinaciones y enlaces de habilidades que esta metodología nos ofrece.

Como estructura base de esta metodología resulta imprescindible establecer el Análisis Global del Movimiento, ya que estudia los elementos del movimiento que influyen en cada habilidad. De esta forma ofrece al docente la posibilidad de crear una amplia gama de actividades atendiendo a diversidad del contexto y siempre partiendo de la experimentación motriz. Con este proceso se conseguirá que los niños y niñas adquieran un mayor autoconocimiento del movimiento y de sus posibilidades corporales.

Englobando lo anteriormente mencionado, esta metodología nos ofrece una estimulación y un enriquecimiento de la inteligencia motriz del alumnado. Esto ocurre gracias a la utilización de múltiples transferencias motrices que nos proporcionan, de forma principal, los factores perceptivo-motrices del Análisis Global del Movimiento. Esto hace que se vea favorecido en el alumnado el desarrollo y dominio de otras habilidades motrices.

Por otro lado, cabe destacar que esta metodología puede resultar innovadora o poco conocida. Pero he podido comprobar como integra en su desarrollo y aplicación un conjunto de metodologías conocidas y utilizadas en la educación. El aunar todas ellas, en un mismo proyecto y con un mismo fin, hace potenciar la eficacia, motivadora y práctica, que debe componer una metodología.

Después de haber comprendido el completo significado de educar a través de progresiones abiertas me resultaba necesario poder conocer y clarificar los apartados que componen una progresión abierta. Cada uno de ellos tiene una connotación irremplazable que dota, en su conjunto, de calidad y facilidad de asimilación en el aprendizaje.

Finalmente, la creación de Progresiones Abiertas de habilidades motrices, donde el alumnado enriquece sus conocimientos partiendo de los que ya tenía y de sus necesidades, es de las herramientas más valiosa que el docente de Educación Física tiene en sus manos. Recae su valor en la capacidad de ofrecer respuestas individualizadas y así mantener motivado al alumnado trabajando dentro de su zona de desarrollo próximo buscando progresar a la potencial, llegando al dominio de la habilidad.

## 7 POSIBLES LÍNEAS DE TRABAJO

Para finalizar este trabajo de fin de grado, me gustaría añadir que no resulta lo suficientemente amplio para poder aunar todos los aspectos que enriquecerían una investigación completa. Además, resulta relevante destacar que parte del desarrollo se ha llevado a cabo en situaciones de excepcionalidad de una pandemia mundial. Aunque desde la universidad, y en especial el profesorado, nos hayan intentado facilitar los medios, en ocasiones, ha resultado complicado poder realizar algunos procesos de búsqueda o aplicación para la investigación debido a la situación. Por ello, resultaría muy interesante que sirviera como base para continuar estudiando y demostrando los beneficios que nos aporta esta metodología.

Siguiendo una frase célebre de William Arthur Ward, "*El maestro mediocre cuenta. El maestro corriente explica. El maestro bueno demuestra. El maestro excelente inspira*"; pretendo servir de inspiración y motivación para futuros docentes de Educación Física para que investiguen y descubran las posibilidades de trabajo que se encuentran en nuestras manos y que podemos ofrecerles a los discentes.

Del mismo modo, podría resultar gratificador continuar este trabajo con una transposición didáctica, creando unidades didácticas para su puesta en práctica en los diferentes interniveles. De esta forma, al desarrollar un estudio con el mismo curso a lo largo de la Educación primaria podríamos observar los resultados, los cambios que se producen en el diferente alumnado, el desarrollo progresivo que van adquiriendo al realizar un aprendizaje continuado en los diversos años... Se convertiría en un gran campo de estudio, aunque hay que reconocer que sería necesario extender este trabajo a largo plazo.

Además, quiero atender de forma especial al proceso de creación de las Progresiones Abiertas de habilidades motrices, ya que una de sus mayores ventajas es la posible aplicación a diferentes contextos atendiendo de una forma individualizada al proceso de enseñanza aprendizaje. Esto es posible porque la estructura de esta metodología es el Análisis Global de Movimiento y además de forma implícita encontramos muchas metodologías integradas.

Por otro lado, haciendo hincapié en la habilidad utilizada en este trabajo resultaría satisfactorio poder trasladar el dominio de esta habilidad a un campo externo al aula. Debido a la relación del patinete con su vida cotidiana el realizar talleres de ocio en

relación con esta habilidad podría fomentar hábitos de vida saludable y de forma lúdica mejorar en su desarrollo integral.

Como colofón, me gustaría destacar las grandes posibilidades de acción que las Progresiones Abiertas de habilidades motrices ofrecen tanto a docentes como a discentes. Aunque en este escrito se busca clarificar como esta metodología favorece el estímulo que las habilidades motrices generan en el desarrollo motriz del niño, podríamos extrapolar esta metodología a otros conocimientos. Así trabajaríamos buscando revalorizar la relevancia, poco reconocida, de la Educación Física en las aulas de Educación Primaria. Esto encontraría su fundamentación en el enriquecimiento que produce el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en el desarrollo integral del alumnado, ofreciendo beneficios sociales, emocionales, cognitivos y, por supuesto, motrices; para su aplicación en situaciones futuras.

## 8 BIBLIOGRAFÍA

- Abad, J., Abardía, F. y Santos, J. (2019). *El Frisbee como recurso en Educación Física a través del Análisis Global del Movimiento*. Palencia: Llum Neta.
- Abardía, F. (2019-2020). *Apuntes inéditos de la asignatura: Cuerpo, Percepción y Habilidad. Magisterio – Mención de Educación Física*. Facultad de Educación de Palencia: Campus de Palencia. Universidad de Valladolid. Inédito.
- Abardía, F. & Medina, D. (1997). *Educación física de base: manual didáctico: una propuesta para la formación del profesorado*. Palencia: Universidad de Valladolid.
- Abardía, F. & Medina, D. (1998). *Patinaje en línea: Elaboración de recursos en Educación Física*. Palencia: Universidad de Valladolid.
- Arnaiz, P. (1994): «*Psicomotricidad y adaptaciones curriculares*», en *Psicomotricidad*. Revista de Estudios y Experiencias, n.º 47, pp. 43-62.
- Ausubel, D. (1989), *Psicología Educativa: un punto de vista cognoscitivo*. México trillas.
- Batalla Flores, A. (2000). *Habilidades motrices* (Vol. 557). Barcelona: Inde. pp. 8.
- BOCyL. (2014) *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 (BOCyL de 20 de junio). Castilla y León: Junta de Castilla y León.
- Bruner, J. S. (1963). *El proceso de la educación*. México: UTEHA
- Calero Morales, S., & González Catalá, S. A. (2014). *Teoría y metodología de la Educación Física*.
- Decreto 26/2016*, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.
- Delgado Noruega, M.A. (1991). *Los estilos de enseñanza en Educación Física*. Universidad de Granada.

- De la Vega, M., De la Vega, R., & Del Valle, S. (2018). Revisión nacional e internacional de las competencias profesionales de los docentes de Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 34, pp.383-388.
- Díaz Lucea, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: Inde
- García de las Bayonas, M., & Baena-Extremera, A. (2017). Motivación en educación física a través de diferentes metodologías didácticas. *Profesorado*, 21, pp. 387-402.
- Gil, P., Contreras, O. R., & Gómez, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una Educación Física animada. *Revista Iberoamericana de Educación*, 47, pp. 71-96. Recuperado de: <https://bit.ly/3kU9Odk>
- Guthrie, E.R. (1957). *The psychology of learning*. New York: Harper et Brothers.
- Gutiérrez, R. (1997). *El juego de grupo como elemento educativo*. CCS. Madrid
- Huerta, G. C., & Izquierdo, P. F. (2010). El desarrollo psicomotor: Desde la infancia hasta la adolescencia (Vol. 187). Madrid: Narcea Ediciones.
- Le Boulch, J. (1990). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Paidós.
- Le Boulch, J. (1991). *La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria*. Barcelona: Paidós.
- Mañeru, J. & Rodríguez, H. (2011): Propuesta para abordar el qué y cómo enseñar las habilidades motrices en secundaria: un ejemplo a través del patinaje. *Ágora para la EF y el deporte* nº 13(2), mayo-agosto. P. 197-228.
- Martínez Álvarez, L. (2000). A vueltas con la historia: Una mirada a la educación física escolar del s. XIX. *Revista de Educación, extraordinario*, 83-112.
- Martínez Álvarez, L. (2013). El tratamiento de lo corporal en la formación inicial del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, (78), 161–175.
- Martínez Álvarez, L., Bores Calle, N., García Monje, A., Barbero-González, J. I., Vaca Escribano, M., Abardía Colás, F., ... Rodríguez Campazas, H. (2009). Una

perspectiva escolar sobre la Educación Física: buscando procesos y entornos educadores. *La Educación Física y El Deporte En Edad Escolar*, 137–167.

Pérez Iribar, G., Beleño Fuentes, M., & Ramírez Guerra, D. (2013). El desarrollo de las habilidades motrices en la Educación Física Escolar (original). *Olimpia: Publicación Científica de La Facultad de Cultura Física de La Universidad de Granma*, 10(33), 57–70.

Piaget, J. (1936): *La Naissance de l'intelligence chez l'enfant*. Neuchâtel: Delachaux et Niestlé. Citados en Jordán, C., & Gómez Barreto, I. (2008). Habilidades Motrices En La Infancia Y Su Desarrollo Desde Una Educación Física Animada. 47, 47–71. *Revista iberoamericana de educación*. N.º 47 (2008), pp. 71-96.

Ruiz, L.M., Gutiérrez, M., Graupea, J.L., Linaza, J.L. & Navarro, F. (2007). *Desarrollo, comportamiento motor y deporte*. Madrid: Síntesis.

Vaca, M. (2002) *Relatos y reflexiones sobre el Tratamiento. Pedagógico de lo Corporal en la Educación Primaria. Asociación Cultural Cuerpo, Educación y Motricidad*. Palencia.