



**FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA  
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

**DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN A TRAVÉS DEL APRENDIZAJE  
DE LOS MALABARES**

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

**AUTOR: SEVERINO LÓPEZ LÓPEZ**

**TUTOR: FRANCISCO ABARDÍA COLÁS**

**Palencia, 21 de junio de 2023**



## **RESUMEN**

En el desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado se trata de desarrollar una propuesta didáctica enfocada en el aprendizaje de los malabares de una manera progresiva para desarrollar así la coordinación del alumnado. Esta propuesta está basada principalmente en la metodología del Análisis Global del Movimiento junto con otros soportes que aparecerán detallados dentro del marco teórico. Desde este mismo, se prestará especial atención al concepto y a la clasificación de coordinación junto a las habilidades motrices.

## **ABSTRACT**

The aim of this Final Degree Project is to develop a didactic proposal focused on the learning of juggling in a progressive way in order to develop the coordination of the students. This proposal is mainly based on the Global Movement Analysis methodology together with other supports that will be detailed in the theoretical framework. From this, special attention will be paid to the concept and classification of coordination together with motor skills.

## **PALABRAS CLAVE**

Coordinación, Análisis Global del Movimiento, Progresión abierta, Habilidades Motrices, Malabares, Lanzamientos y Recepciones, Aprendizaje Individualizado y entre Iguales.

## **KEYWORDS**

Coordination, Global Movement Analysis, Open Progression, Motor Skills, Juggling, Throwing and Catching, Individualised and Peer-to-Peer Learning

# ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN .....	- 1 -
2.	OBJETIVOS.....	- 2 -
3.	JUSTIFICACIÓN.....	- 3 -
4.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	- 4 -
4.1.	COORDINACIÓN: DEFINICIÓN Y CLASIFICACIÓN.....	- 4 -
4.2.	HABILIDADES MOTRICES .....	- 6 -
4.3.	LATERALIDAD.....	- 8 -
4.4.	MALABARES .....	- 10 -
4.5.	ANÁLISIS GLOBAL DEL MOVIMIENTO .....	- 10 -
4.6.	TRANSFERENCIA MOTRIZ.....	- 13 -
5.	ANÁLISIS DE LA HABILIDAD A TRABAJAR .....	- 14 -
5.1.	ANÁLISIS DE LOS MATERIALES .....	- 15 -
5.2.	ANÁLISIS DE LOS FACTORES .....	- 16 -
5.3.	ASPECTOS TÉCNICOS .....	- 17 -
5.4.	ENLACES Y COMBINACIONES.....	- 17 -
5.5.	PROGRESIÓN ABIERTA .....	- 18 -
6.	PROPUESTA DIDÁCTICA.....	- 19 -
6.1.	TÍTULO: “NOS TRASLADAMOS AL CIRCO” .....	- 19 -
6.2.	JUSTIFICACIÓN: .....	- 19 -
6.3.	CONTEXTO .....	- 22 -
6.4.	OBJETIVOS.....	- 23 -
6.5.	CONTENIDOS .....	- 23 -
6.6.	PREVISIONES A TENER EN CUENTA .....	- 24 -
6.7.	METODOLOGÍA .....	- 26 -
6.8.	DESARROLLO DE LAS SESIONES .....	- 27 -
6.9.	EVALUACIÓN.....	- 38 -

7. CONCLUSIONES .....	- 40 -
8. FUTURAS LÍNEAS DE ACTUACIÓN .....	- 44 -
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	- 45 -
10. ANEXOS .....	- 49 -

# 1. INTRODUCCIÓN

En el presente documento nos vamos a encontrar con el desarrollo de una propuesta didáctica basada en el desarrollo de la coordinación a través del aprendizaje de los malabares. Dicha propuesta está enfocada principalmente desde la metodología del “Análisis Global del Movimiento”, la cual ha sido utilizada en el desarrollo de la materia de “Cuerpo, Percepción y Habilidad” en este último curso dentro de la especialidad de Educación Física.

Así mismo, teniendo como principal enfoque del desarrollo de esta propuesta, encontraremos unos objetivos marcados para el desarrollo de este trabajo, la justificación del mismo y marco teórico que sustentará todos aquellos principios sobre los que queremos trabajar, teniendo como pilares fundamentales la coordinación, las habilidades motrices y el propio análisis global del movimiento.

De igual manera, junto con el desarrollo completo de los diferentes análisis realizados siguiendo las pautas de la metodología previamente mencionada, encontraremos una propuesta didáctica enfocada al aprendizaje de los malabares de una manera progresiva. Esta atenderá tanto a los elementos de carácter legal que se han de cumplir según la ley vigente como un desarrollo de las diferentes sesiones a llevar a cabo dentro de un centro educativo contextualizado.

Todas ellas teniendo siempre presentes las líneas metodológicas a seguir y las previsiones a tener en cuenta para agilizar así su asentamiento y desarrollo en un aula determinada, tratando de conseguir una enseñanza individualizada para nuestro alumnado y proporcionando así una enseñanza de calidad.

Finalmente, podremos encontrar un apartado de conclusiones y futuras líneas de actuación en el que se podrán observar todas las ideas y aprendizajes nacidos no solo del desarrollo de este trabajo, sino de todas las diferentes materias cursadas a lo largo de toda la carrera, ya que sin cada una de las diferentes materias habría sido imposible adquirir todos los conocimientos necesarios para desarrollar un trabajo de estas magnitudes.

## **2. OBJETIVOS**

1. Profundizar en los conocimientos adquiridos durante el grado de Educación Primaria y darles una finalidad práctica y útil como futuro docente.
2. Dar un sentido funcional a la relación entre el análisis global del movimiento y la adquisición y dominio de una habilidad determinada.
3. Mostrar la relación existente entre el aprendizaje de los malabares y el desarrollo de la coordinación atendiendo a la transferencia motriz entre las diferentes habilidades.
4. Crear un recurso didáctico utilizable en mi futura labor docente.

### **3. JUSTIFICACIÓN**

Atendiendo al artículo 14 del Real Decreto 822/2021, de 28 de septiembre, por el que se establece la organización de las enseñanzas universitarias y del procedimiento de aseguramiento de su calidad, queda reflejada la obligatoriedad del desarrollo de este trabajo para poder adquirir el título acreditativo pertinente tras finalizar el plan de estudios cursado.

Aun tratándose de un trabajo de carácter obligatorio, no resta tanto la importancia como el interés personal que este puede desarrollar en uno mismo. Teniendo en cuenta el cómputo global de requisitos que este presenta, supone una gran oportunidad para demostrar todos los conocimientos adquiridos a lo largo de todo el trascurso de la carrera, no solo en las materias de la especialidad, sino en todas las del plan académico.

Así mismo, gracias a la guía proporcionada por mi tutor, Francisco Abardía Colás, quien no solo se ha encargado de darme las indicaciones pertinentes para poder desarrollar un trabajo de calidad, sino que también ha proporcionado la libertad para poder escoger un tema propio, centrado en mis intereses y motivaciones.

Por ende, no solo consiste en un trabajo de obligatorio cumplimiento, sino que proporciona la oportunidad de diseñar una propuesta propia y siguiendo un interés personal, poniendo en práctica todos los conocimientos adquiridos durante toda la carrera, de una manera guiada y enfocada a nuestra futura labor como docentes.

## **4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

Dentro de este epígrafe se encuentran todos aquellos elementos relevantes a nivel teórico para el desarrollo de este trabajo. Los diferentes elementos en los que aquí se habla supondrán la base de sustentación sobre la cual se desarrollará el planteamiento de la propuesta didáctica que se pretende llevar a cabo dentro del aula.

Representa un elemento fundamental debido a la importancia que presenta tener los conocimientos necesarios para después poder enseñarlos de manera efectiva dentro del contexto en el que se desarrolle cualquier aprendizaje, ya sea a nivel teórico como a nivel práctico o en cualquier tipo de proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **4.1. COORDINACIÓN: DEFINICIÓN Y CLASIFICACIÓN**

#### **4.1.1. DEFINICIÓN**

Atendiendo a las palabras de Hernández y Velázquez (2004), Castañer y Camerino (1990) y Barruezo (2002), podemos entender la coordinación como la capacidad de ejecutar y organizar de manera precisa y armónica una acción motriz, controlando los grupos musculares que en esta intervienen y aislando el resto del cuerpo de la misma, de tal manera, que el sistema nervioso es capaz de automatizar los movimientos de una manera precisa y economizando la energía.

Atendiendo a esta definición, cabe recalcar que es de vital importancia su desarrollo en edades tempranas haciendo hincapié en la educación primaria, ya que la adquisición de las diferentes habilidades motrices afectarán al proceso evolutivo del alumnado tanto a nivel personal como social, desde la interacción con el entorno y en contexto en el que se encuentran, los objetos cotidianos de su día a día y hasta en la manera que tendrán de relacionarse con sus iguales.

#### **4.1.2. CLASIFICACIÓN**

Dentro del concepto y el desarrollo de la coordinación podemos encontrar gran variedad de clasificaciones enfocadas a diferentes criterios a tener en cuenta. En esta ocasión, emplearemos la realizada por Cenizo et al. (2016, p206), la cual se centra en el análisis según los desplazamientos y las respuestas corporales dividiéndola en coordinación dinámico-general y coordinación segmentaria. A su vez, atendiendo a los contenidos trabajados dentro de la asignatura de Cuerpo, Percepción y Habilidad, podemos encontrar la coordinación ideatoria y la coordinación ideomotriz, dentro de la cual, podemos ubicar



la coordinación dinámico-general, la coordinación segmentaria y la coordinación estático-clónica

De esta manera, podemos realizar una clasificación más extensa y precisa atendiendo a los diferentes elementos que intervienen en cada uno de los elementos mencionados

1. Coordinación ideatoria: hace referencia al trabajo de coordinación a nivel mental, mediante la imaginación de la realización de la actividad deseada, analizando cada elemento que interviene en su desarrollo y visualizándose a uno mismo a la hora de realizarla para obtener así una mejor comprensión de la misma.
2. Coordinación ideo-motriz:
  - 2.1.Coordinación dinámico-general: aquella que involucra a la mayor parte de los segmentos corporales a la vez o incluso a todos. Dentro de este tipo de coordinación podemos encontrar la coordinación de adaptación, siendo esta la que se realiza de manera estática y nos permite acercarnos de una manera sencilla a la habilidad a trabajar y la coordinación de técnica o locomoción, desde la cual se trabaja la coordinación de manera móvil, con desplazamiento, trabajando en mayor profundidad la coordinación requerida.
  - 2.2.Coordinación segmentaria: se produce entre diferentes grupos musculares de manera aislada del resto. Dentro de esta podemos encontrar la coordinación óculo-manual, coordinación óculo-pédica, coordinación intersegmentaria y disociación segmentaria
  - 2.3.Coordinación estático-clónica: producida por un conjunto de grupos musculares, de tal manera, que mantengan al cuerpo en una posición de equilibrio determinada

Dentro de esta clasificación, otro elemento a tener en cuenta, son los diferentes niveles de resolución muscular existentes, los cuales, son los encargados de realizar los diferentes movimientos atendiendo a la relación que hay entre el proceso de contracción y de relajación muscular a la hora de desarrollar un movimiento, tanto por parte del músculo encargado de realizarla como por la parte del musculo contrario al movimiento del principal. Dentro de estos niveles nos encontramos con:

- Nivel I: movimientos de precisión realizados por los grupos musculares de un mismo segmento.
- Nivel II: grupos musculares que trabajan en la realización de movimientos amplios en los cambios posturales.

- Nivel III: grupos musculares que intervienen en la realización de movimientos rápidos y continuos.
- Nivel IV: los hemisferios trabajan de forma simétrica.
- Nivel V: finalización del movimiento.
- Nivel VI: regulación de la fuerza utilizada en el desarrollo del movimiento.

Atendiendo al desarrollo de la coordinación, son múltiples los beneficios a tener en cuenta que favorecerán el desarrollo de los más jóvenes en la etapa de la educación primaria. Podemos destacar: la adquisición y el dominio de diferentes habilidades complejas gracias a la combinación de otras más sencillas adquiridas previamente, mayor control sobre la fuerza, el espacio y los tiempos a la hora de realizar un movimiento, mejora del equilibrio estático y dinámico, mejora de la capacidad de reacción ante un estímulo externo y la capacidad de adaptarse al entorno atendiendo a los requisitos motrices del mismo.

## **4.2. HABILIDADES MOTRICES**

Según la definición propuesta por Guthrie, podemos entender las habilidades como: *“la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo de dispendio de tiempo, de energía, o de ambas cosas”*, aunque cabe destacar que gran cantidad de autores hacen referencia de manera similar al concepto de habilidad motriz.

De manera directa tienden a coincidir en que han de tener un carácter competencial, es decir, que ha de ser aprendida para proporcionar una adaptación ante una situación motriz. Deben tener una finalidad evaluable según el desempeño realizado y su adecuación a los objetivos requeridos para dicha situación, deben tener una organización en relación con la coordinación requerida para su aprendizaje y dominio, han de ser aprendidas mediante una progresión que permita alcanzar su dominio de una manera adecuada para el alumnado. Además, tienen que presentar una eficiencia realizando el menos gasto energético posible, manteniendo la mayor precisión en su realización y estar enfocadas de una manera abierta y flexible. De tal manera, que se fomente la transferencia motriz entre la adquisición de las diferentes habilidades.

### **4.2.1. HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS**

Podemos entender las habilidades motrices básicas como el conjunto de acciones motrices que se desarrollan en el ser humano de manera innata en todos los seres humanos

como resultado del proceso evolutivo que ha seguido nuestra especie y que se hace manifiesto en la herencia genética del individuo (Prieto 2010).

El desarrollo de este tipo de habilidades no poseen una especificidad determinada y no cuentan con las características y reglamentación determinada que pueden tener otro tipo de habilidades como las que se pueden desarrollar en los deportes reglados.

Dentro de este tipo de habilidades podemos encontrar unas características comunes que aparecen en su desarrollo y aprendizaje: son iguales para todos, sirven para futuros aprendizajes, han de servir para el manejo del propio cuerpo y/o con objetos en relación al mismo, para su correcto dominio han de ser realizada de manera fluida, coordinada y con la mayor eficiencia posible, minimizando así el gasto energético producido.

Entre la gran controversia existente entre los diferentes autores desde la perspectiva de entender dichos actos motrices como habilidades o incluirlo dentro de las destrezas motrices, podemos realizar una clasificación de este tipo de habilidades atendiendo a la perspectiva de Sánchez Bañuelos (1984), desde la cual, identificamos dos grandes grupos.

1. Locomotrices: todas aquellas que requieren en el proceso de adquisición y del propio uso de las mismas para el manejo del cuerpo, entre las cuales, podemos encontrar:

1.1. Desplazamientos: son la habilidad básica fundamental, de ellos dependerá el correcto desarrollo de las demás habilidades, a través de ellos el individuo es capaz de familiarizarse y adaptarse a su entorno en edades tempranas y permiten el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, siendo estas la adquisición del equilibrio corporal, el desarrollo de la coordinación, dominio de la propiocepción y el control de los espacios y los tiempos del entorno en el que se encuentre.

Dentro de los desplazamientos podemos encontrar gran variedad de ellos, como pueden ser la carrera, la trepa, la cuadrupedia o los deslizamientos y transportes.

1.2. Saltos: entendemos los saltos como una extensión de los desplazamientos, con la diferencia de que estos requieren de una mayor exigencia, coordinación, equilibrio e impulso, de tal manera, que permitan despegar el propio cuerpo corporal del suelo tanto de manera vertical como buscando un desplazamiento horizontal.

1.3. Giros: rotación corporal producida en cualquiera de sus ejes, de tal manera, que permita orientar al sujeto en un espacio determinado y desarrollar el equilibrio.

2. Manipulativas: se centran en el manejo de objetos de manera precisa, centrándonos especialmente en:

2.1.Lanzamientos: podemos entender los lanzamientos como una cadena cinética generada mediante la coordinación de diferentes partes del cuerpo del individuo para poder arrojar un objeto específico a un espacio determinado

2.2.Recepciones: en contraposición con los lanzamientos, hacen referencia a la capacidad de frenar un objeto que se dirige hacia la posición en la que se encuentra el individuo en cuestión.

Teniendo en cuenta esta clasificación referente a los diferentes tipos de habilidades motrices básicas, debemos tener en cuenta la gran importancia que posee su desarrollo, aprendizaje, adquisición y dominio de las mismas para poder proporcionar a nuestro alumnado un correcto desarrollo tanto a nivel académico como social, de tal manera, que permitan una mejor soltura en los diferentes contextos que se puedan encontrar a lo largo de sus vidas.

De la misma manera, el correcto proceso de adquisición y dominio de dichas habilidades ha de tener un carácter transversal, de tal manera que se permita realizar una transferencia motriz del aprendizaje realizado sobre dichas habilidades al futuro desarrollo y aprendizaje de otras habilidades más complejas o con un carácter más específico.

#### **4.2.2. HABILIDADES MOTRICES ESPECÍFICAS**

Atendiendo a la propuesta realizada por Batalla Flores, A (2000), podemos entender las habilidades motrices como todas aquellas que se han ido adquiriendo a través de la combinación de diferentes habilidades motrices básicas y que están enfocadas a un uso concreto. De esta manera, que se enfocan para el desarrollo de un acto motriz determinado de manera eficiente, fluida y efectiva dentro del ámbito de trabajo para el que se empleen. Este tipo de habilidades poseen un uso determinado para una acción motriz concreta, por ello, requieren un mayor requerimiento del individuo. Debido a esto, para la mejora de su desarrollo, conviene iniciar su aprendizaje entre los 10 y los 12 años, donde las capacidades físicas básicas poseen ya un mayor desarrollo, se posee una mayor capacidad perceptivo-motriz y se fomenta la transferencia motriz de los conocimientos adquiridos en el desarrollo de las habilidades motrices básicas que se han ido trabajando con anterioridad.

### **4.3. LATERALIDAD**

Desde la perspectiva de Harris (1961), podemos entender la lateralidad como la predominancia y la mejor utilización de una parte del cuerpo, ya sea la diestra o la

izquierda. Dentro de esta preferencia y dominio de dicha parte corporal entran a destacar el uso de la vista, del oído, brazos/ manos y piernas.

Atendiendo a esta dominancia en los diferentes lados del esquema corporal, autores como Piaget (1984), identifican la dominancia de uno de los hemisferios cerebrales sobre el otro atendiendo a la predominancia de uno u otro lado del cuerpo. En el caso de la dominancia de la parte derecha del mismo, se hace más notorio el uso del hemisferio izquierdo del cuerpo, mientras que en el caso de la dominancia del lado izquierdo del cuerpo, se hace más presente el uso del hemisferio izquierdo.

Atendiendo a estas características y al estudio realizado por M.<sup>a</sup> Carmen Ayolas Pi (2010), se puede observar que no siempre se puede enmarcar en un lado u en otro a los individuos, ya que no siempre se da una predominancia completa en un lado u otro. Dentro de un conjunto de individuos podemos realizar una diferenciación atendiendo a los aspectos relacionados con la lateralidad de:

- Lateralidad homogénea: se trata de los casos en los que los individuos muestran una dominancia completa de uno de los hemisferios cerebrales y al uso dominante del lado izquierdo o del derecho del individuo en cada caso.
- Lateralidad cruzada: hace referencia a los casos en los que los individuos presentan una dominancia en un hemisferio o en otro dependiendo de la parte corporal que se emplee, ya sea a nivel manual, ocular, podal o auditivo.
- Lateralidad no confirmada: se usa esta denominación cuando un individuo no presenta una dominancia en el uso de los lados corporales, en estos casos, también se puede identificar al individuo como ambidiestro.

#### **4.3.1. LATERALIDAD DE USO**

Entendemos por lateralidad de uso a la utilización de uno de los segmentos corporales a la hora de realizar una actividad determinada, la cual, ha sido adquirida a través de un aprendizaje. En ciertas ocasiones, esta lateralidad no coincide con la predominancia de uso de los segmentos corporales utilizados de manera innata, por lo que, a la hora de realizar un aprendizaje motor, pueden sucederse ciertas diferencias debido a la normalización del uso del lado derecho de nuestro cuerpo (García 1998).

#### **4.4. MALABARES**

Desde la perspectiva de Ernest (1990), podemos entender los malabarismos como la ejecución de un reto complejo, ya sea de manera visual o física, mediante la manipulación de uno o varios objetos. Dentro del gran abanico de materiales que se pueden emplear para el desarrollo de los malabares, las pelotas es uno de los principales. Podemos encontrar gran variedad de ellas dependiendo del tipo de reto o movimiento que queramos realizar.

Es una actividad que se viene desarrollando desde hace siglos y cuya realización más habitual es empleando tres pelotas. Para su correcto desarrollo, se requiere de una gran coordinación y ritmo, de tal manera, que permita realizar un movimiento fluido mientras se está trabajando con diferentes móviles a la vez de una manera fluida y armoniosa.

El dominio de esta habilidad requiere de un gran trabajo y esfuerzo debido a la complejidad que representa, pero a su vez, sus beneficios no se quedan en la mera práctica de una actividad, ya que su aprendizaje se puede realizar a cualquier edad si se proporciona una adaptación adecuada, fomentan el desarrollo de la coordinación, mejora la lateralidad corporal, fomenta la creación de esquemas motrices corporales, la percepción espacio-temporal y proporciona beneficios a nivel cerebral (Fernández-Revelles, 2018).

#### **4.5. ANÁLISIS GLOBAL DEL MOVIMIENTO**

Desde todo lo trabajado en la asignatura de Cuerpo, Percepción y Habilidad desarrollada en este último curso académico, podemos entender el Análisis Global del Movimiento (A.G.M.) como la descomposición de cualquier habilidad motriz en sus aspectos más fundamentales, de tal manera, que permitan la creación de una progresión abierta para su aprendizaje desde los elementos más primordiales que la componen hasta los más analíticos que influyen en su perfeccionamiento.

“Se trata de un posicionamiento que nos exige profesionalmente atender a todos por igual, adaptando la metodología y ofreciendo a cada uno su progresión individual junto con la asimilación de conceptos mínimos” (Abardía, 2007, p. 12)

Desde esta perspectiva de trabajo, podremos proporcionar al alumnado una educación individualizada, ya que genera la oportunidad de realizar un aprendizaje secuenciado acorde a las capacidades de cada integrante y con la adquisición de los conocimientos necesarios para alcanzar el dominio de la habilidad trabajada. Por otra parte, el desarrollo

del A.G.M. permite al docente tener un mayor conocimiento sobre las habilidades motrices a trabajar de una manera global y abierta.

Dentro de los análisis a realizar dentro de una habilidad motriz determinada para generar su progresión de aprendizaje deberemos atender a los siguientes elementos:

#### **4.5.1. ANÁLISIS MULTIFUNCIONAL DEL MATERIAL**

El análisis de los materiales representa un papel fundamental en la adquisición, aprendizaje y dominio de cualquier habilidad motriz que queramos enseñar a nuestro alumnado. Ya no solo por la importancia de las características intrínsecas del material destinado para cada habilidad, sino por la disponibilidad que se puedan tener de los mismos dentro de nuestro entorno de trabajo.

De la misma manera, el emplear un material determinado u otro puede proporcionar la posibilidad de facilitar dicho aprendizaje al alumnado, ya que dependiendo de sus características, podemos realizar diferentes tipos de actividades más acordes a la propuesta de trabajo o incluir diferentes variantes que mejoren la adquisición de los conocimientos necesarios o la mejora del desarrollo motriz de la habilidad.

#### **4.5.2. ANÁLISIS DE LOS FACTORES FÍSICO-MOTRICES Y PERCEPTIVO-MOTRICES**

Dentro de este apartado del A.G.M. nos centraremos en el análisis de los factores físico-motrices, siendo estos todos aquellos elementos que afectan al desarrollo de una habilidad determinada en relación con las capacidades físicas básicas que intervienen en el desarrollo de la misma. Este tipo de análisis nos proporciona la capacidad de mostrar al alumnado la regulación de las mismas atendiendo a los requisitos que cada habilidad motriz requiere de cada una de ellas.

Por otro lado, el análisis perceptivo-motriz hace referencia a todos elementos relacionados con la percepción corporal, tanto en relación con el espacio que nos rodea, con los materiales con los que se interactúa como con las nociones corporales propias, obteniendo así un conjunto de características y elementos que interactúan de manera armónica en la correcta ejecución de la habilidad motriz que se esté desarrollando.

Ambos elementos desempeñan un papel fundamental en el correcto desarrollo de una habilidad motriz determinada, ya que desde su análisis y la propuesta de diferentes actividades que permitan su trabajo y adquisición, estaremos proporcionando a nuestro alumnado una experimentación y una vivencialidad que harán presentes uno de los

elementos fundamentales de la Educación Física Escolar, el aprendizaje a través del movimiento.

#### **4.5.3. ANÁLISIS TÉCNICO**

Este apartado hace referencia al cómo se realiza cada uno de los movimientos que intervienen en la realización de una habilidad motriz determinada. De esta manera, se puede hacer un mayor hincapié en los segmentos corporales que intervienen y trabajar cada uno de ellos de manera específica para que el alumnado sea capaz de aprender y dominar la habilidad motriz en cuestión.

De esta misma manera, el análisis técnico tanto de la propia habilidad que queramos trabajar como de cada uno de los segmentos corporales de manera más analítica, nos proporcionará una gran cantidad de información a tener en cuenta en relación con el progreso de la adquisición de la misma. Teniendo en cuenta este análisis, dispondremos de todos los indicadores necesarios para saber si se está progresando adecuadamente o si por el contrario deberemos prestar atención a determinados elementos para que se consiga dominar dicha habilidad.

#### **4.5.4. ENLACES Y COMBINACIONES**

El uso de enlaces y combinaciones nos permite darle un mayor grado de dificultad a todo lo aprendido durante el desarrollo de la adquisición de la habilidad motriz trabajada. De esta manera, nos permite realizar la unión de diferentes habilidades motrices para así aumentar el número de segmentos corporales que intervienen, mejorar la coordinación entre los mismos y seguir progresando en el desarrollo de la habilidad deseada hasta alcanzar su dominio.

#### **4.5.5. PROGRESIÓN ABIERTA**

Una vez realizado el A.G.M. y teniendo en cuenta cada uno de los elementos que intervienen en la adquisición de una habilidad motriz determinada, se procederá a la generación de una progresión abierta de la misma.

Esta consiste en la secuenciación de diferentes actividades, empezando por las más básicas y sencillas hasta alcanzar el dominio de la habilidad en cuestión. Para ello, atendiendo a la propuesta de Abardía (2022), tendremos en cuenta la dificultad en la generación de los esquemas motores que requiera la habilidad, el grado de dificultad en la comprensión de los conceptos y el grado de dificultad técnica que represente cada una de las actividades propuestas.



Teniendo todos estos elementos en cuenta, podremos proporcionar al alumnado no solo el desarrollo práctico que se dan en las clases de Educación Física Escolar, sino que también la capacidad de experimentar de la manera adecuada, atendiendo a sus capacidades y permitiendo la adquisición progresiva de los conocimientos necesarios para extrapolar dicha práctica fuera del ambiente educativo y poder así mejorar tanto dentro como fuera del aula en la adquisición y dominio de cualquier habilidad motriz.

#### **4.6. TRANSFERENCIA MOTRIZ**

Atendiendo a las palabras de Oña, Martínez, Moreno y Ruiz (1999), podemos entender la transferencia motriz como una mejora en el rendimiento de una habilidad determinada gracias al desarrollo, el dominio y la adquisición de otras que contengan elementos similares a la hora de su puesta en práctica. A su vez, estos autores también nos indican que, dependiendo de la propuesta metodológica empleada atendiendo a la teoría del aprendizaje que se siga se deberán emplear unos métodos de actuación determinados.

Si nos encontramos ante algún modelo de estilo clásico, deberemos tener en cuenta que cada habilidad deberá trabajarse por separado y tratando cada elemento de manera aislada y analítica, perdiendo en gran medida la posibilidad de realizar una transferencia de los conocimientos adquiridos en la adquisición de una habilidad para con el resto de habilidades que posean características comunes.

Por otro lado, si nos centramos en modelos cognitivos del aprendizaje, la transferencia adquiere un gran protagonismo, ya que cada individuo posee la oportunidad de emplear los conocimientos adquiridos durante el desarrollo de otras habilidades y adaptarlos para mejorar el aprendizaje, la adquisición y el dominio de la nueva habilidad a trabajar.

## **5. ANÁLISIS DE LA HABILIDAD A TRABAJAR**

Teniendo en cuenta el apartado 4.4., ubicado dentro del marco teórico, la habilidad que vamos a desarrollar es el aprendizaje de los malabares, de manera más específica, la cascada con tres pelotas. Esta habilidad representa el paso básico en el desarrollo de los malabares, siendo la inicial para poder proseguir con la creación de diferentes trucos y variantes de la misma a la par que para poder proseguir con la utilización de un mayor número de pelotas.

De la misma manera, y relacionándola también con el marco teórico, se trata de una habilidad específica constituida por la combinación de lanzamientos y recepciones de un objeto de una manera cerrada. Si bien su desarrollo no parece complicado, las características en relación a la precisión que requiere y el tiempo de reacción del que se dispone para ello sí que representan una gran dificultad a nivel coordinativo, por ello se requiere de una progresión para su aprendizaje que permita ir generando los diferentes esquemas corporales necesarios para poder desarrollar de manera satisfactoria esta habilidad.

El desarrollo de esta habilidad consiste en el lanzamiento y la recepción de diferentes móviles en un breve espacio de tiempo, para ello, deberemos iniciar el su desarrollo desde una posición estática, manteniendo el control tónico postural de nuestro cuerpo y sosteniendo en nuestra mano hábil dos de las pelotas con las que se va a trabajar y la restante en la inhábil (4.3. del marco teórico).

Desde esta posición, deberemos lanzar de manera controlada una de las pelotas situadas en nuestra mano hábil, de tal manera, que genere una parábola en dirección hacia la mano inhábil y alcanzando una altura máxima que se localizará a la altura de nuestro punto de visión frontal. Así mismo, en el momento de descenso de dicha pelota lanzada, deberemos lanzar de la misma manera la que se encuentra en nuestra mano inhábil, dejándola así libre para recibir la que habíamos lanzado anteriormente.

Una vez la segunda pelota lanzada con una trayectoria similar que la primera, deberemos seguir el mismo paso anteriormente realizado. Cuando esta comience su descenso hacia la mano, deberemos lanzar la pelota que se encuentra en nuestra mano hábil, para así poder darle fluidez y ritmo al movimiento y desarrollar correctamente el movimiento de cascada.

Considerando la dificultad intrínseca de esta habilidad, considero que es una buena herramienta para trabajar de manera directa tanto la coordinación como el equilibrio en edades tempranas. Como podremos ver más adelante, su progresión de aprendizaje comprende un amplio abanico de actividades y contenidos a desarrollar que permitirán al alumnado llevar un proceso de aprendizaje adaptado a sus capacidades.

A su vez, la dinámica y la estética de esta habilidad, junto con una consecución de actividades para su adquisición, puede presentar un gran atractivo para el alumnado, por lo que puede presentar una gran fuente de interés y motivación para los más jóvenes.

Teniendo en cuenta estos aspectos antes mencionados, resulta más que necesario el desarrollo de su análisis, para poder así tener en cuenta todos los elementos que intervienen en el correcto desarrollo de esta habilidad, tanto a nivel técnico como perceptivo. De este análisis nacerá la progresión abierta de la habilidad que permitirá adquirir los conocimientos necesarios, adecuados a las capacidades de cada uno y proporcionando así un aprendizaje significativo.

De la misma manera, esta progresión que se propone, representa la consecución de unos retos cada vez más complejos que pueden ser superados a base de esfuerzo e interés, elementos que creo fundamentales para aumentar la motivación y el compromiso del alumnado para con el desarrollo de cualquier tipo de actividad o el trabajo de cualquier habilidad motriz.

Cabe destacar que una de las mejores maneras de enseñar una nueva habilidad a nuestro alumnado es mediante el ejemplo, por lo cual, resulta conveniente, como figura docente, no solo tener clara la progresión a desarrollar para que nuestro alumnado aprenda paso a paso todo aquello que queremos enseñares, sino que, a su vez, el hecho de mostrar en vivo y en directo el resultado final de la correcta ejecución de la misma puede ser de gran ayuda para el proceso de enseñanza-aprendizaje.

## **5.1. ANALISIS DE LOS MATERIALES**

Atendiendo a las características de la habilidad a desarrollar, son muchos los materiales que se pueden emplear a la hora de trabajarla. Las más adecuadas para el trabajo con el alumnado de primaria serán las pelotas de arroz, las cuales, pueden ser construidas por el propio alumnado de una manera sencilla que, a su vez, les permitirá realizarlas con las dimensiones más apropiadas para el tamaño de sus manos (ANEXO I).

En su creación deberemos tener en cuenta unas características comunes. Si bien hay elementos como su diámetro o su peso que pueden ser más específicos de cada individuo,

todas han de ser con una forma redondeada, un tacto suave y adherente y construidas cada una de un color diferente para poder así identificarlas en el momento de aprendizaje de la habilidad.

Es de gran importancia tener en cuenta estas características, ya que de ellas dependerán de manera directa el correcto aprendizaje en relación con los factores físico-motrices, perceptivo-motrices y los aspectos técnicos que intervienen en el aprendizaje y desarrollo de esta habilidad.

## **5.2. ANÁLISIS DE LOS FACTORES**

- Factores físico-motrices:
  - Fuerza empleada en el lanzamiento de las pelotas.
  - Fuerza resistencia en la recepción y el agarre de las pelotas.
  - Velocidad del movimiento de las manos.
  - Fuerza isométrica en el control tónico postural.
- Factores perceptivo-motrices:
  - Coordinación óculo-manual en relación con el lanzamiento de las pelotas a la altura de la línea visual, permitiendo así tener un control espacio-temporal sobre las mismas en el momento de lanzamiento y recepción.
  - Nivel III de resolución muscular atendiendo a los movimientos rápidos y cortos de los antebrazos y muñecas en los lanzamientos y las recepciones.
  - Nivel VI de resolución muscular al regular la fuerza de lanzamiento de las pelotas.
  - Coordinación estático-clónica del torso y piernas al mantener una postura determinada adecuada para la realización de los malabares junto con la atención al control tónico postural.
  - Control de las pelotas atendiendo a su tacto, peso y densidad.
  - Disociación segmentaria atendiendo a la relación entre la coordinación de los brazos con el resto del cuerpo.
  - Coordinación segmentaria de hombro-codo-muñeca en la recepción y el lanzamiento de las pelotas.
  - Coordinación segmentaria de los brazos atendiendo a que ambos trabajan de manera conjunta para alcanzar el mismo fin.
  - Control del equilibrio corporal.

### **5.3. ASPECTOS TÉCNICOS**

- Tren superior:
  - Cuello erguido en posición anatómica, manteniendo la mirada al frente.
  - Hombros relajados.
  - Espalda en posición anatómica
  - Codos flexionados en torno a los 90° y próximos al tronco
  - Manos mirando en posición supina, con los dedos ligeramente flexionados y ubicadas cerca de la línea del abdomen.
  - A la hora de realizar el movimiento de lanzamiento, se realiza una ligera flexo-extensión de codos y de muñecas, de tal manera, que se generarán rotaciones internas del codo a la par que las muñecas y las manos acompañan a la pelota.
  - En la recepción de la pelota, es esta la que va hacia la mano y no la mano la que trata de alcanzar la pelota. A su vez, la mano tendrá los dedos ligeramente flexionados, generando una especie de cuenco, para poder así acomodar la pelota en su recepción.
- Tren inferior:
  - Pies abiertos a la altura ubicada de los hombros y apoyados completamente en el suelo.
  - Rodillas semiflexionadas para mantener el control postural y el equilibrio.
  - Activación de la cadera para mantener el control tónico-postural generado por los glúteos, el lumbar y el abdomen.

### **5.4. ENLACES Y COMBINACIONES**

En este apartado, nos centraremos en el desarrollo de actividades que permitan alcanzar un dominio completo de la habilidad y de otras que alcancen una mayor dificultad en referencia al punto máximo de adquisición esperado para la misma. Desde esta perspectiva, no solo conseguiremos que nuestro alumnado afiance de manera efectiva todos los principios básicos relacionados con la habilidad trabajada, sino que conseguiremos dar un paso más en lo referente a la misma.

Mediante el desarrollo de los enlaces y las combinaciones, podremos aumentar el nivel de motivación de nuestro alumnado más avanzado, enfrentándolo ante nuevos retos cada

vez más complejos que permitirán seguir avanzando y mejorando de manera paralela al resto de integrantes del aula que siguen trabajando de manera autónoma para llegar a dominar la habilidad en cuestión.

### **5.5. PROGRESIÓN ABIERTA**

Para el desarrollo de la misma, deberemos tener en cuenta los elementos principales que se encuentran entre los análisis realizados en el A.G.M. que influyen en el correcto desarrollo de la habilidad propuesta.

Junto con estos elementos, deberemos crear una secuenciación de actividades ordenadas de menor a mayor dificultad junto con una serie de contenidos conceptuales que permitan una mejor asimilación de los aprendizajes realizados a nivel práctico.

Estos contenidos conceptuales les permitirán no solo comprender en mayor medida los trabajos realizados en el desarrollo práctico de las sesiones, sino que les permitirán ser capaces de realizar un autoanálisis sobre su progresión, conocer los errores cometidos y hallar la manera de solventarlos.

Para ello, atenderemos a la propuesta de progresión para los malabares que se encuentra ubicada dentro del apartado 9.1. de los anexos, desde la cual, el alumnado podrá adquirir y dominar la habilidad de cascada con tres pelotas.

## **6. PROPUESTA DIDÁCTICA**

Dentro de este apartado se localiza la propuesta didáctica que podría ser llevada a cabo dentro de un centro educativo. Desde aquí atenderemos a todos los requerimientos legales que ha de cumplir el desarrollo de una unidad didáctica, para que de esta manera, se pueda trabajar todo aquello pautado por ley de una manera adecuada y coherente dentro de un aula para un grupo determinado.

Así mismo, dicha propuesta debe estar adecuada al contexto en el que nos encontremos, adaptando los contenidos y los procedimientos metodológicos de una manera precisa para que nuestro alumnado sea capaz de adquirir todos los conocimientos deseados de una manera efectiva, eficiente y motivadora, atendiendo a todas sus necesidades tanto como grupo como a nivel individualizado, tratando de buscar la motivación del grupo y permitiendo así la creación de un conocimiento propio y entre iguales.

Finalmente, se puede encontrar el desarrollo de las diferentes sesiones, dejando claro lo que se trabaja en cada una de ellas a nivel teórico y práctico, junto con las reflexiones y los elementos a tener en cuenta en cada una de ellas junto con los diferentes elementos evaluativos a los que prestar atención, para poder así, asegurar un proceso de aprendizaje adecuado para nuestro alumnado.

### **6.1. TÍTULO: “NOS TRASLADAMOS AL CIRCO”**

### **6.2. JUSTIFICACIÓN:**

Atendiendo a la normativa vigente por la que, en el curso actual, se rigen los cursos de 2º, 4º y 6º de Educación Primaria, nos encontramos ante 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 y el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.

Desde la normativa de Castilla y León, se pueden extraer todos los elementos a tener en cuenta para el desarrollo de nuestras programaciones anuales en lo referente a la materia en cuestión, siendo esta la de Educación Física, la cual, según dicta el decreto, *“tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida*

*como la integración de los conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos vinculados a la conducta motora”.*

Así mismo, el desarrollo de esta materia tiene que estar vinculado a la adquisición de las siete competencias claves propuestas para el periodo educativo en el que se encuentra ubicada la Educación Primaria, siendo estas:

- Comunicación lingüística.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- Competencia digital
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.
- Conciencia y expresiones culturales.

Dentro de este decreto, en la sección dedicada a la materia de Educación Física, podemos encontrar seis grandes bloques de contenidos, los cuales son trabajados en cada uno de los cursos de la Educación Primaria y se centran en:

- BLOQUE I: Contenidos comunes.
- BLOQUE II: Conocimiento corporal.
- BLOQUE III: Habilidades motrices.
- BLOQUE IV: Juegos y actividades deportivas.
- BLOQUE V: Actividades físicas artístico-expresivas.
- BLOQUE VI: Actividad física y salud.

Dentro de cada uno de los bloques de contenidos antes mencionados, podemos encontrar a su vez un conjunto de criterios de evaluación y de estándares de aprendizaje evaluables, los cuales, están destinados para poder evaluar a nuestro alumnado de manera clara, precisa e individualizada en base a unos elementos comunes.

Para el desarrollo de esta unidad didáctica, se trabajarán de manera específica los bloques II, III, desde los cuales se trabajarán los siguientes contenidos:

- BLOQUE II: Conocimiento corporal:



- Conciencia y control del cuerpo. Interiorización y organización funcional del propio cuerpo: anticipación efectora
- Ejecución de movimientos de progresiva dificultad con los segmentos corporales no dominantes en situaciones variables.
- Desarrollo de la percepción selectiva: anticipación de las consecuencias sensoriales del movimiento.
- Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma económica y equilibrada.
- Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.
- Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a los nuevos aprendizajes motrices.
- Percepción y estructuración espaciotemporal: coordinación de varias trayectorias; coordinación de las acciones propias con las de otros con un objetivo común: anticipación configurativa.
- BLOQUE III: habilidades motrices:
  - Asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente, lúdicos o deportivos, con eficiencia y creatividad.
  - Resolución de problemas motrices que impliquen la selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos específicos lúdicos y deportivos, desde un planteamiento de análisis previo a la acción.
  - Asimilación de habilidades motrices específicas en contextos lúdicos o deportivos de complejidad creciente.
  - Automatización de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en la ejecución de habilidades deportivas.
  - Disposición favorable a participar en actividades diversas, aceptando las diferencias en el nivel de habilidad.

- BLOQUE VI: Actividad física y salud:
  - Uso consciente y responsable de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía de la higiene corporal

Atendiendo a los contenidos seleccionados para el desarrollo de esta propuesta didáctica, se planteará un hilo conductor para el desarrollo de la misma, centrándose en el acercamiento a las habilidades circenses. De esta manera, se tratará de trasladar los elementos con un carácter más legislativo a un entorno de aula de una manera dinámica y motivante para nuestro alumnado.

De igual manera, el desarrollo de los contenidos específicos marcados por ley serán reestructurados para la mejor comprensión de nuestro alumnado. De esta manera, acercaremos dichos contenidos a un lenguaje y a unas características comprensibles y asequibles para ellos, mejorando así el proceso de enseñanza-aprendizaje y proporcionando una enseñanza de calidad.

### **6.3. CONTEXTO**

Para el desarrollo de esta propuesta didáctica, la cual va enfocada para un alumnado de 6º de Educación Primaria, tendremos como referencia el centro San José de la fundación Arenales, el cual está ubicado en la capital palentina, en el cual, ha sido desarrollado mi periodo de Prácticum II.

A su vez, teniendo en cuenta las características de una progresión abierta para el trabajo, desarrollo y dominio de una habilidad motriz determinada, esta propuesta didáctica puede ser modificada para poder atender tanto a las necesidades como a las características específicas de otros grupos con los que trabajar, ya sean del mismo curso o de otros diferentes.

Se trata de un centro de una única línea, el cual, al ser de carácter concertado, cuenta con un alumnado que va desde los primeros años de Educación Infantil hasta la finalización de la Educación Secundaria Obligatoria. En lo referente a las instalaciones de las que se disponen para el desarrollo de la materia de Educación Física contamos con el gimnasio del centro su patio.

Así mismo, en lo referente a los materiales de los que se dispondrán serán: pelotas de malabares caseras creadas por el docente, pelotas de tenis, pelotas de gomaespuma, pelotas de voleibol, pelotas de baloncesto y pelotas de fútbol.

En lo referente al alumnado con el que se va a trabajar, el grupo consta de un total de 24 integrantes, de los cuales, 10 son niñas y 14 son niños. Teniendo en cuenta el conjunto del alumnado, no se encuentran individuos con dificultades específicas de aprendizaje ni a nivel conceptual ni motriz.

Por otro lado, en lo que las relaciones personales entre diferentes integrantes, si que se han podido apreciar circunstancias que podrían influir en el correcto desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, situaciones que han de tenerse en cuenta para el correcto desarrollo de las sesiones.

#### **6.4. OBJETIVOS**

- Adquirir y demostrar los conocimientos adquiridos en relación con los diferentes elementos que intervienen en el desarrollo de la habilidad trabajada, atendiendo de manera principal al control tónico-postural y a los aspectos técnicos.
- Describir de manera precisa los pasos a seguir para realizar el movimiento de cascada en los malabares.
- Adecuar el cuerpo a los requisitos espacio-temporales de la habilidad motriz desarrollada.
- Alcanzar una mejora en la coordinación óculo-manual y en el control de la fuerza generada al realizar lanzamientos y recepciones de móviles de pequeño tamaño.
- Dominar en la medida de lo posible una nueva habilidad que entraña una dificultad elevada en su correcta ejecución.
- Demostrar compromiso e interés en la realización de las diferentes tareas propuestas.
- Respetar el material utilizado y el proceso de aprendizaje de los demás integrantes del alumnado.

#### **6.5. CONTENIDOS**

Dentro de este apartado ubicaremos los contenidos a trabajar de manera directa dentro del aula con nuestro alumnado, de tal manera, que sean más comprensibles y cercanos a

la comprensión del grupo y con una estructuración más asequible para su desarrollo. Podremos dividir estos contenidos en tres grandes grupos:

- Contenidos conceptuales:
  - Descripción correcta la posición en la que tiene que posicionarse el cuerpo para la realización de los malabares: pies separados a la altura de los hombros, control tónico postural de la espalda y el abdomen, mirada al frente, hombros relajados, codos flexionados y lo más próximos al cuerpo posibles, manos mirando hacia arriba con los dedos ligeramente separados y flexionados.
  - Descripción de los pasos a seguir para realizar el movimiento de cascada: se inicia el lanzamiento con la mano en la que se portan dos pelotas, se lanza la primera pelota generando una parábola hacia la mano contraria sin superar la línea frontal de visión. Una vez esta está descendiendo, se lanzará de la misma manera la de la mano contraria para poder así receptionar la que está cayendo. Este ciclo se repetirá de manera continua.
- Contenidos procedimentales:
  - Realiza una posición correcta del cuerpo
  - Realiza correctamente la posición de los brazos y manos
  - Realiza correctamente el movimiento indicado para cada una de las actividades.
  - Se adapta a las corporales de cada actividad.
  - Controla el ritmo, la velocidad y la distancia de lanzamiento.
- Contenidos actitudinales:
  - Respeto el uso de los materiales y se esfuerza por conservarlos.
  - Participa de manera activa en el desarrollo de las sesiones.
  - Ayuda y coopera con sus iguales.

## **6.6. PREVISIONES A TENER EN CUENTA**

Atendiendo a las dificultades que puede presentar el desarrollo de la adquisición y dominio de la habilidad trabajada, el primer elemento a tener en cuenta es la secuenciación adecuada de las actividades a desarrollar. De esta manera, podrán iniciarse en la misma de una manera clara y sencilla para que vayan progresando de una manera adecuada, aumentando el grado de dificultad de manera progresiva para que puedan

adquirir tanto los conocimientos a nivel teórico deseados como el dominio de los diferentes aspectos a nivel técnico, perceptivo-motrices y físico-motrices requeridos (apartado 5 del documento).

Gracias al uso de una progresión abierta podremos individualizar el proceso de aprendizaje de nuestro alumnado, ya que poseerán los conocimientos y las nociones necesarias que les permitirá ir construyendo su propio aprendizaje de una manera acorde a sus capacidades. Así mismo, se proporcionará una atención individualizada a todo aquel alumnado que requiera de la misma durante las diferentes sesiones ya que, gracias a la autonomía de la que dispondrán y la libertad que esta proporciona para alcanzar la construcción de un aprendizaje propio y significativo, permitirá prestar dicha atención al alumnado de una manera fluida y acorde a las necesidades observadas.

Otra de los aspectos a tener en cuenta en el desarrollo de las diferentes sesiones es la disposición de los diferentes materiales disponibles y de los espacios utilizables. Por ello, por un lado, se solicitará al alumnado que construyan sus propias pelotas de malabares para que así, puedan trabajar tanto dentro como fuera del aula en el desarrollo de la habilidad en cuestión. Por otra parte, el docente dispondrá a su vez de una gran cantidad de pelotas creadas por él mismo para que, en el caso de necesidad, puedan ser empleadas por aquellos integrantes que no las tengan presentes en el momento del desarrollo de las sesiones, ya sea por olvido, deterioro del material del alumnado o pérdida del mismo.

En lo referente a los espacios a emplear para el desarrollo de las sesiones, teniendo en cuenta las características de los materiales a emplear y las características de la habilidad, se podrá desarrollar tanto en el gimnasio del centro, en el pabellón o en el patio del centro, por lo cual, lo más significativo en lo referente a este elemento, será la selección de la metodología a desarrollar para que se adapte de manera adecuada a cada uno de los entornos disponibles.

Por último, se tendrá muy en cuenta las características individualizadas de cada uno de los integrantes del aula para que, a la hora de realizar las diferentes agrupaciones de trabajo, se puedan crear los diferentes grupos atendiendo a sus características y necesidades tanto individuales como colectivas, de tal manera, que todos puedan ir mejorando durante el transcurso de las diferentes sesiones de manera satisfactoria y adaptada a sus capacidades.

## **6.7. METODOLOGÍA**

En lo referente a los aspectos metodológicos a emplear para el desarrollo de esta propuesta didáctica, nos centraremos en la utilización del descubrimiento guiado, trabajo cooperativo, la superación de retos y el uso de circuitos multifuncionales, todas ellas, desarrolladas desde una perspectiva constructivista para que sea el alumnado el encargado de construir sus propios conocimientos y generar así un aprendizaje significativo y entre iguales.

Desde la perspectiva del descubrimiento guiado, lo que se pretende es que el alumnado sea el principal protagonista de su proceso de aprendizaje, ya que de esta manera es él mismo el encargado de construir un conocimiento propio a través de sus conocimientos previos y las sugerencias propuestas realizadas por el docente, dejando a este como un mero guía en el proceso de aprendizaje del alumnado.

De esta manera, no solo conseguiremos que nuestro alumnado alcance un aprendizaje significativo, sino que fomentaremos la capacidad de pensar por uno mismo, mejoraremos su autoestima y su autoconcepto gracias a los logros conseguidos de manera propia.

A través del trabajo cooperativo, lo que tratamos de buscar es, por un lado, la posibilidad de construir un conocimiento propio y entre iguales, fomentando el pensamiento crítico entre los diferentes integrantes de cada grupo y tratando de llegar a conclusiones comunes que permitan alcanzar un objetivo común propuesto para todos.

Utilizando esta metodología, también se busca la mejora en el establecimiento de las relaciones entre el alumnado, el desarrollo de la comprensión, la empatía y desarrollar la capacidad de escuchar y comprender las opiniones de los demás, lo cual, no solo influye en una mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que, a su vez, se busca mejorar el desarrollo social de nuestro alumnado a través de las diferentes propuestas y situaciones de aprendizaje.

A través de la propuesta de la superación de retos, lo que se persigue es el aumento de la motivación y el interés del alumnado. Gracias a una secuenciación de dificultades alcanzables de manera progresiva conseguiremos que nuestro alumnado vaya adquiriendo todos aquellos conocimientos y destrezas deseadas de una manera voluntaria e intencionada gracias al espíritu de superación que esta metodología lleva intrínseca.

Por último, el uso de circuitos multifuncionales nos permitirá realizar una recopilación de todas las propuestas realizadas durante las diferentes sesiones, en las cuales, se pueda trabajar de manera más específica todos aquellos aspectos fundamentales en el desarrollo de la habilidad a dominar, consiguiendo así realizar un mayor hincapié sobre las mismas.

Este conjunto de metodologías activas tienen un claro propósito. Por un lado, fomentan la autonomía del alumnado y el trabajo entre iguales para construir entre todos un conocimiento propio, dejando a la figura del docente como un guía en el proceso de enseñanza-aprendizaje y eliminando así las barreras docente-alumnado.

Todas estas metodologías empleadas tienen un componente común, siendo este que toda la propuesta didáctica va a estar planteada desde la perspectiva del Análisis Global del Movimiento, metodología que, como se ha podido ver en epígrafes anteriores, se basa en la adquisición y dominio de una habilidad determinada a partir del desarrollo de una progresión abierta que facilita su aprendizaje de una manera adaptada a las necesidades y capacidades de cada integrante del alumnado.

Gracias a este tipo de planteamiento metodológico, la figura del docente queda en un segundo plano, lo cual permite que, en los casos de necesidad, se pueda prestar una atención individualizada a todos aquellos integrantes del alumnado que de ella requieran, proporcionando así una equidad en el desarrollo y dominio de la habilidad trabajada gracias a la posibilidad de prestar la ayuda requerida para todos.

## **6.8. DESARROLLO DE LAS SESIONES**

El planteamiento de esta propuesta didáctica, atendiendo a los tiempos disponibles en el transcurso de un curso escolar, está planteado para que tenga una duración de seis sesiones en total. No obstante, al tratarse de un planteamiento, su organización y estructuración posee un carácter abierto, ya que en el caso de ser llevada a cabo y atendiendo a las características del grupo con el que se desarrolle, esta duración puede variar, al igual que las tareas y retos propuestos.

Así mismo, el desarrollo de las sesiones será llevado a cabo mediante la utilización de la propuesta realizada por Marcelino Vaca (1996), desde la cual, se desarrollarán tres momentos fundamentales en el desarrollo de las mismas: el momento de encuentro, momento de construcción de los aprendizajes y el momento de despedida.

### **6.8.1. SESIÓN 1:**

#### Momento de encuentro:

Siendo esta nuestra primera sesión con el grupo, realizaremos una presentación de la propuesta. Inicialmente hablaremos de qué tipo de actuaciones podemos encontrar en un circo, para posteriormente, ir encauzando al alumnado hacia los malabares. Una vez enfocados en el desarrollo de los malabares, realizaremos un análisis de los conocimientos previos y experiencias vivenciadas que poseen de esta habilidad, centrándonos especialmente en el tipo de materiales que son más adecuados para su desarrollo, en los aspectos técnicos y perceptivos fundamentales y en las dificultades que creen más importantes.

Posteriormente, haremos referencia a los aspectos más formales de la propuesta para que nuestro alumnado sepa lo que va a hacer y cómo esto se va a evaluar. Haremos un breve resumen de la duración de la propuesta, de la manera que se va a trabajar en las diferentes sesiones, explicaremos el cuaderno de campo que vamos a realizar y los elementos fundamentales que se han de alcanzar.

#### Momento de construcción del aprendizaje:

En esta primera sesión, trasladaremos al grupo al gimnasio del centro, lugar para el que están planteadas todas las sesiones de la unidad. Una vez aquí, dejaremos que interactúen con una gran variedad de pelotas y balones de diferentes tamaños y características, de tal manera que traten de realizar lanzamientos y recepciones con las manos y que experimenten de manera libre en relación con la habilidad a trabajar.

De esta manera, conseguiremos una doble función para el desarrollo de esta propuesta didáctica. Por un lado haremos conscientes al conjunto del alumnado de cuáles son las características del material a utilizar más adecuadas para el desarrollo de los malabares, por el otro, podremos realizar una evaluación inicial de nuestro alumnado, centrándonos en sus puntos fuertes y débiles de cada uno para poder así conocer la progresión realizada a lo largo de las diferentes sesiones, realizar las agrupaciones de trabajo más adecuadas y tener un conocimiento global de la situación dentro del aula.

#### Momento de despedida:



En los últimos minutos de la sesión, reuniremos a todo el grupo formando un círculo en el suelo. Una vez estemos todos ubicados se realizará una reflexión final atendiendo a las características de los materiales utilizados, a cuáles creen que son los más adecuados para el desarrollo de los malabares, cuáles han sido las dificultades que han ido viendo y a la resolución de las dudas que vayan apareciendo.

Finalmente, una vez se hayan tratado los temas antes mencionados, se propondrá al alumnado que construyan en casa sus propias pelotas de malabares, adecuadas a las características más recomendables para su uso (ANEXO II) y dispondremos al grupo para la vuelta al aula.

## **6.8.2. SESIÓN 2**

### Momento de encuentro:

Trasladaremos al grupo del aula habitual al gimnasio del centro. Una vez allí los agruparemos en un gran círculo para realizar un repaso de lo trabajado en el día anterior y se resolverán las dudas que hayan podido surgir.

Así mismo, teniendo en cuenta que en el día anterior se prestó especial atención a las características más adecuadas de los materiales para el desarrollo de los malabares, se explicará la manera en la que hay que sostener las pelotas sobre nuestras manos para poder realizar de la manera adecuada los lanzamientos y las recepciones.

Para ello, tendremos en cuenta que la palma de las manos deben estar mirando hacia arriba, los dedos ligeramente separados y flexionados y con las palmas ahuecadas, generando así una especie de cuenco que permita sostener de manera libre las pelotas.

### Momento de construcción del aprendizaje:

Inicialmente se propondrá que, utilizando las pelotas que han construido previamente, realicen autopases verticales con una sola pelota teniendo en cuenta la explicación proporcionada previamente. Las propuestas a realizar serán:

- Lanzar con una mano y recepcionar con las dos, trabajando de esta manera los lanzamientos a diferentes alturas.
- Lanzar con una mano y recepcionar con las dos desde diferentes posiciones corporales: de pie, sentados, en cuclillas y a la pata coja

- Lanzar con una mano y recepcionar con la contraria, realizando los lanzamientos tanto con la mano hábil como con la inhábil.

Una vez realizadas estas tres propuestas, reuniremos al grupo para hablar sobre lo trabajado, haciendo hincapié en la importancia del posicionamiento de las manos y haciendo consciente al alumnado del acompañamiento que debe realizar la muñeca a la hora de realizar el lanzamiento.

Posteriormente, agruparemos a nuestro alumnado en grupos de seis integrantes por cada uno, los cuales, serán realizados atendiendo a las características individuales de cada integrante y atendiendo a las capacidades motrices mostradas hasta el momento, de tal manera, que se formen grupos que puedan trabajar de manera paralela dentro de sus capacidades y que puedan ir progresando adecuadamente durante las diferentes sesiones.

A continuación, se propondrán diferentes actividades grupales para afianzar todo lo que se ha visto hasta el momento.

- Colocados en círculo y de pie, con una sola pelota, se la deberán pasar unos a otros de manera libre teniendo en cuenta la posición requerida de las manos y el movimiento a realizar para su lanzamiento. Posteriormente, según vaya avanzando el dominio sobre la propuesta, se irán incluyendo un mayor número de pelotas y variando las distancias entre los participantes.
- Colocados en círculo y de pie, con una sola pelota, deberán pasársela los unos a los otros siguiendo las indicaciones de uno de los participantes, el cual, podrá indicar a placer la dirección a seguir o si se realiza un salto a una persona en el pase. Este rol irá variando según se vaya parando la dinámica por la caída de la pelota. Una vez se vaya afianzando la dinámica, se irán introduciendo más pelotas.

#### Momento de despedida:

Tras la realización de las tareas propuestas, dispondremos a todo el grupo en círculo, sentados en el suelo, para realizar una reflexión sobre todo lo trabajado. Afianzando los conocimientos adquiridos en relación con las características del material, en qué influyen estas en el desarrollo de la práctica, la posición que ha de adoptar la mano para lanzar y recibir la pelota, la altura más conveniente para lanzar y recibir sin que se nos caiga y sobre la coordinación de los brazos.

### **6.8.3. SESIÓN 3:**

#### Momento de encuentro:

Una vez trasladado el grupo al gimnasio y colocados en círculo, se realizará un repaso de todo lo trabajado hasta el momento, se resolverán las posibles dudas que hayan ido surgiendo en las semanas anteriores.

Teniendo en cuenta que el día anterior se trabajó de manera grupal en la segunda parte del momento de construcción del aprendizaje, se volverán a reunir los mismos grupos para seguir trabajando de manera autónoma y acorde a las capacidades de cada uno de los integrantes.

Atendiendo a lo que se ha trabajado hasta el momento, se explicará la importancia que posee realizar los lanzamientos de forma vertical y generando una parábola, ya que de esta manera, será la pelota la encargada de ir a la mano contraria y no la mano la que tiene que ir hacia donde va a caer la pelota.

Así mismo, se recordará que la altura a la que se debe lanzar está ubicada próxima a la línea de nuestros ojos, siendo esta la más adecuada para realizar un movimiento fluido y que nos proporcione el tiempo suficiente de reacción para realizar el siguiente lanzamiento antes de la recepción de la pelota que está cayendo.

Para seguir afianzando todo lo trabajado hasta el momento y asimilar lo explicado en el momento de encuentro, ubicaremos a los diferentes grupos de trabajo en diferentes partes del gimnasio, para que de esta manera, cada conjunto pueda centrarse en su proceso de aprendizaje de manera autónoma y sin que se produzcan interferencias entre los ritmos de trabajo de los diferentes grupos.

#### Momento de construcción del aprendizaje:

Una vez las agrupaciones ya estén dispuestas, se propondrá la realización de diferentes retos a conseguir. El primero de ellos será que, en cada uno de los grupos, se colocarán por parejas unos frente a otros a una distancia no superior a un metro tendrán que:

- Empleando una sola pelota, deberán pasarla entre ellos de tal manera que, nunca supere la línea visual de la altura de los ojos, no necesiten desplazarse de la posición en la que se encuentren y tendrán que adecuar su precisión para que la

parábola generada en el lanzamiento trate de aterrizar en la posición de la mano del compañero. Esto se tratará de realizar empleando la mano hábil como la inhábil.

- Incluir una segunda pelota. De esta manera ambos participantes tendrán una pelota en su mano y deberán lanzarla de manera simultánea sin que se choquen en el aire atendiendo a las mismas directrices del reto anterior.

Finalmente, para los grupos y parejas que vayan más avanzados, se les propondrá dar un paso más en la dificultad de la propuesta, llegando a meter una tercera pelota. De esta manera, uno de los participantes iniciará con dos pelotas en su mano, mientras que el otro solo dispondrá de una.

El objetivo a alcanzar será lanzar cada vez una pelota cada uno, empezando por el que tiene dos de ellas, de tal manera que, cuando se va a recepcionar la pelota lanzada, hay que lanzar antes la que se tiene en la mano. De esta manera, se realizará el movimiento de cascada entre dos personas.

Una vez todos los grupos hayan sido capaces de realizar los dos primeros retos propuestos, se volverá a trabajar en grupo completo. Esta vez, lo que deben conseguir será:

- Colocados en círculo, cada uno de los participantes tendrá una pelota en su mano, según se vayan dando las directrices por parte de uno de los participantes, todos deberán pasar la pelota a su compañero de la derecha o de la izquierda siguiendo los pasos que se han trabajado hasta el momento.

#### Momento de despedida:

Tras la realización de todos los retos propuestos, se volverá a reunir a todo el grupo formando un círculo en el gimnasio. Desde esta situación se realizará una reflexión conjunta sobre todo lo que se ha trabajado, las dificultades que se han apreciado, la propuesta por parte de todos para resolver esas posibles dificultades y conseguir así la construcción de un conocimiento propio, entre iguales y de manera progresiva y adaptada a las capacidades de cada integrante del alumnado.

Se realizará una especial atención a la posición que deben tener los brazos a la hora de realizar los lanzamientos al pasar al compañero, siendo esta la de hombros relajados, codo

flexionado a 90° aproximadamente y manteniendo el mismo lo más cerca del tronco posible.

#### **6.8.4. SESIÓN 4:**

##### Momento de encuentro:

De igual manera que en las sesiones anteriores, trasladaremos a todo el grupo desde su aula habitual al gimnasio del centro, para que, una vez allí, se coloquen todos en círculo y poder así realizar un breve repaso de todo lo trabajado.

Una vez realizado el repaso y resueltas todas aquellas dudas e inquietudes que puedan haber ido surgiendo durante las diferentes sesiones, presentaremos las diferentes propuestas a trabajar en esta sesión y la agrupación y distribución de los diferentes integrantes de los participantes.

En esta sesión, aun dividiendo al alumnado en grupos de trabajo, el desempeño es de carácter individual. Nos centraremos en el manejo de dos pelotas, tanto a una como a dos manos. De esta manera, se trabajarán tanto los tiempos y ritmos de lanzamiento en el desarrollo del movimiento de cascada como los movimientos que se han de realizar con los brazos para conseguir la mayor fluidez y precisión en el mismo.

##### Momento de construcción del aprendizaje:

Iniciaremos el momento del aprendizaje con los diferentes grupos ya distribuidos por el gimnasio. Inicialmente, se realizarán retos de fácil superación para poder así adaptar sus cuerpos a las tareas más complejas que se desarrollarán posteriormente. Empezarán con:

- Una sola pelota por persona, deberán realizar lanzamientos y recepciones de la misma, pasándola de una mano a otra, generando una parábola, sin superar la altura de lanzamiento la línea de la visión frontal y realizando un movimiento de rotación interna nacido desde el codo.
- Con una sola pelota, deberán lanzarla de forma vertical y tratar de realizar una, dos o tres movimientos de rotación interna antes de recepcionar la pelota con la misma mano que se ha lanzado. Esto se tratará de realizar con ambas manos.

Una vez estén predispuestos y enfocados al trabajo a realizar, procederemos a incluir una segunda pelota, trabajando de igual manera de forma individual en cada uno de los grupos de trabajo. Los retos a superar serán:

- Con dos pelotas y utilizando las dos manos, deberán de lanzar de manera paralela y vertical ambas pelotas a la vez, siendo cada una de ellas recepcionadas por la misma mano con la que se ha lanzado. Estos lanzamientos no deben superar la línea perpendicular de nuestra visión frontal y se debe mantener la posición de los brazos lo más pegados al cuerpo.
- Siguiendo la dinámica anterior, se lanzarán ambas pelotas a la vez, solo que en este caso, deberán generar una parábola para que se puedan cruzar en el aire sin llegar a chocar y realizar la recepción con la mano contraria a que ha lanzado la pelota.
- En esta ocasión, manteniendo el uso de las dos manos y de dos pelotas, se deberá lanzar la que se encuentre en la mano dominante generando una parábola para direccionarla hacia la mano contraria. En el momento que esta empiece a caer, se lanzará de la misma manera la pelota que se encuentra en la mano no dominante.
- Con una sola mano y utilizando dos pelotas, se lanzará inicialmente una de ellas de manera vertical, cuando esta esté descendiendo, se lanzará la otra para poder así recepcionar la primera. Esto ha de trabajarse tanto con la mano hábil como con la contraria.

#### Momento de despedida:

Una vez trabajados todos los retos propuestos para esta sesión, se procederá a la reagrupación del conjunto del alumnado para realizar la reflexión sobre todo lo trabajado en la misma. Como siempre, se atenderán a todas las dudas que hayan surgido, a las dificultades encontradas y a la resolución colectiva de todos estos elementos.

Así mismo, se hará un gran hincapié en la importancia de la coordinación requerida a nivel corporal para poder controlar los tiempos y los ritmos de lanzamiento de las pelotas para que, de esta manera, podamos generar un movimiento fluido, preciso y eficiente que nos ayude en el desarrollo de los malabares.

### **6.8.5. SESIÓN 5:**

#### Momento de encuentro:

Tras recoger y trasladar a nuestro alumnado al gimnasio y disponerlo de la manera habitual, procederemos con el desarrollo habitual del inicio de cada sesión. Empezaremos con el breve repaso de lo trabajado hasta el momento y con la resolución de las dudas que puedan seguir apareciendo.

Así mismo, se explicará la forma de la sesión a realizar, consistiendo en este caso en un el desarrollo de un circuito multifuncional en el que trabajarán las actividades más relevantes para afianzar todos los conocimientos adquiridos a lo largo de las diferentes sesiones.

A su vez, se les proporcionará un apartado para su cuaderno de campo (ANEXO III), en el cual, podrán ir plasmando todos los conocimientos que han ido adquiriendo en relación con todo lo trabajado, para poder así demostrar a nivel conceptual todo lo que han ido aprendiendo hasta el momento.

#### Momento de construcción del aprendizaje:

Para el desarrollo del circuito multifuncional crearemos cuatro postas (ANEXO IV), en las cuales, se ubicará a cada uno de los grupos de trabajo que han estado funcionando habitualmente durante el desarrollo de las diferentes sesiones. Así mismo, para que todos los integrantes dispongan de la oportunidad de trabajar en cada una de las postas propuestas, se realizarán rotaciones cada diez minutos.

La forma de trabajo será sencilla, en cada una de las postas tendrán una cuartilla en la que encontrarán diferentes actividades a realizar y varias preguntas relacionadas con las mismas. De esta manera, podrán trabajar tanto a nivel práctico todo lo que se ha ido aprendiendo a la par que completan su cuaderno de campo con los diferentes conceptos que queremos que tengan claros.

Las postas de trabajo se centrarán en cuatro elementos fundamentales, los cuales, están presentes dentro del A.G.M. desarrollado para la adquisición y dominio de esta habilidad. Entre ellas podremos diferenciar:

- ¿Con qué materiales trabajamos?

- ¿Cómo dosifico mi fuerza?
- ¿Qué siente mi cuerpo?
- ¿Cuál es la técnica correcta?

Momento de despedida:

Una vez concluido el circuito multifuncional, reuniremos a todo el grupo para realizar una reflexión final, la cual, tendrá una doble función. Por un lado se resolverán todas aquellas dudas que puedan haber quedado en el tintero en relación con todo lo trabajado, por el otro, será una oportunidad para poder terminar de completar el cuaderno de campo que se ha estado completando durante las diferentes postas de trabajo del circuito multifuncional.

Así mismo, se les propondrá que, para poder tener un mejor conocimiento sobre todos los elementos trabajados en las diferentes sesiones, investiguen en sus casas a través del uso de internet sobre los mismos. De esta manera podrán profundizar en mayor medida en todos los conocimientos adquiridos y desarrollar unas respuestas más precisas y detalladas a todas las preguntas propuestas en su cuaderno de campo.

**6.8.6. SESIÓN 6**

Momento de encuentro:

Tras recoger al grupo, trasladarlo al gimnasio y ubicarnos en círculo, procederemos a la resolución de las últimas dudas que pudieran quedar. Posteriormente, se realizará una demostración del movimiento de cascada con tres pelotas para que puedan ver en vivo y en directo cual es la correcta ejecución del mismo.

Una vez desarrollado el mismo, se realizará una breve explicación de los pasos a seguir relacionándolos con todas las actividades trabajadas en las sesiones previas para que, posteriormente, puedan trabajarlo de manera individual durante el desarrollo práctico de la sesión.

Por último, se les propondrá que, en una de las hojas de su cuaderno de campo, vayan escribiendo paso a paso el desarrollo del movimiento completo para que, de esta manera, al tener el guion del procedimiento a seguir, sean más conscientes del desarrollo a seguir y puedan profundizar en mayor medida en el dominio de la habilidad trabajada.



### Momento de construcción del aprendizaje:

Para el desarrollo de esta sesión, se mantendrán los grupos de trabajo habituales aunque su desarrollo será realizado de manera individual. Lo que tienen que tratar de conseguir es, teniendo en cuenta todo lo trabajado durante las sesiones anteriores, realizar correctamente el movimiento de cascada con tres pelotas.

El desarrollo de esta sesión en grupos de trabajo tiene la finalidad de tener a todos organizados en diferentes zonas de trabajo para que no se entorpezcan los unos a los otros al tratar de realizar una habilidad tan compleja como es la cascada en los malabares. A su vez, al estar distribuidos por grupos de trabajo según sus características y capacidades, permite tener un mayor control sobre los mismos, pudiendo prestar una atención más detallada a todos aquellos que la requieran.

Así mismo, para los grupos más avanzados que hayan conseguido desarrollar este movimiento de manera fluida y constante, se les propondrá la realización de diferentes variantes del mismo, como pueden ser su desarrollo mientras se desplazan hacia adelante o hacia atrás o mientras giran sobre su propio eje.

De la misma manera, si se da el caso de que alguno de los integrantes de los diferentes grupos muestre un gran control sobre dicho movimiento, se le propondrán variantes de manera individualizada de diferentes movimientos y trucos que nacen a raíz de la cascada.

### Momento de despedida:

Aprovechando los últimos minutos de la sesión, se procederá a realizar la última reflexión de la unidad didáctica. En ella, trataremos de hacer de forma grupal un último análisis de todos los elementos fundamentales que intervienen en el desarrollo de los malabares, de todas las dificultades que se han ido observando, de cómo se han ido solventando o que aspectos podemos tener en cuenta para mejorar en el futuro y lograr así su completo dominio.

Finalmente, se les proporcionará una hoja de autoevaluación para que sean conscientes y críticos consigo mismos a la hora de analizar de manera personal todos los conocimientos adquiridos. A su vez, se les informará de que esta hoja de autoevaluación deberá ser incluida en su cuaderno de campo, el cual, será recogido para su evaluación en la próxima sesión de Educación Física, antes de presentar la nueva unidad a trabajar.

## **6.9. EVALUACIÓN**

Para el desarrollo de la evaluación de nuestro alumnado tendremos como referencia tres elementos fundamentales, la adquisición de los contenidos a nivel teórico, el desarrollo práctico desempeñado a lo largo de las diferentes sesiones y el componente actitudinal mostrado en las mismas.

En el caso de los contenidos teóricos, los elementos a tener en cuenta serán su cuaderno de campo y las participaciones realizadas tanto en los momentos de encuentro como en las reflexiones finales de cada una de las sesiones. Por ello, se requiere de un gran conocimiento del grupo y prestar especial atención a la hora de observar en dichas reflexiones.

En el caso del desarrollo del cuaderno de campo, se valorará el cómputo de todas las respuestas proporcionadas en las diferentes cuestiones que han de ser respondidas durante el desarrollo del circuito multifuncional y la descripción de los pasos a seguir para realizar el movimiento de cascada con tres pelotas en el desarrollo de los malabares. Teniendo en cuenta estos dos elementos, se valorará la claridad, la precisión y la organización presentada en cada uno de los apartados.

En lo referente al desarrollo práctico de las sesiones, se tendrá en cuenta el nivel inicial que han presentado en la primera sesión y la evolución alcanzada a lo largo de todas las sesiones trabajadas, prestando una especial atención al desarrollo del circuito multifuncional y a la sesión final. Esta evaluación será llevada a cabo mediante la observación directa y atendiendo a unos parámetros determinados.

Atendiendo a los elementos actitudinales, al igual que en el desarrollo práctico, será realizada atendiendo al comportamiento tanto de manera individual como de manera colectiva de cada uno de los integrantes del grupo durante el desarrollo de todas las sesiones de trabajo realizadas.

Teniendo en cuenta la dificultad que presenta el desarrollo y la adquisición de la habilidad trabajada, se otorgará una gran importancia a los conocimientos teóricos adquiridos y al componente actitudinal mostrado en el desarrollo de las sesiones, siendo cada uno de ellos un 25% de la valoración final de la calificación. Así mismo, en el cómputo final del apartado práctico, no se valorará únicamente si se ha conseguido realizar la cascada con tres pelotas o no, sino a los logros alcanzados a lo largo de todas las sesiones.

Para tener una clara visión de todos los ítems evaluados en cada uno de los correspondientes apartados, se realizará una rúbrica de evaluación individualizada para cada integrante del grupo (ANEXO V). De esta manera se podrá atender de manera específica a cada uno de los elementos evaluables de una manera clara y precisa.

De igual manera, cada una de estas rúbricas dispondrá de un apartado de observaciones, donde poder ubicar elementos reseñables que estén al margen de los criterios propuestos pero que sean relevantes tanto para la evaluación de nuestro alumnado como para futuras propuestas de trabajo.

## 7. CONCLUSIONES

El desarrollo de este trabajo ha servido en gran medida para poder afianzar los conocimientos adquiridos a lo largo de toda una carrera, no solo desde la perspectiva de la especialidad de la Educación Física, sino de todas las asignaturas cursadas durante los diferentes cursos.

De no haber sido por estas materias, habrían sido muchas las dificultades a la hora de poder desarrollarlo, prestando especial atención a todas aquellas, desde las cuales, se han trabajado ampliamente el desarrollo curricular de las diferentes materias, no solo a nivel teórico, sino con un carácter práctico. De esta manera, ha resultado mucho más sencillo el trabajar con los diferentes documentos legales pertinentes que han sido necesarios para el desarrollo de la propuesta didáctica planteada.

No solo el desarrollo práctico en lo referente al manejo de documentos legales ha presentado una tarea indispensable durante el desarrollo de las diferentes materias, sino también el uso de documentos académicos junto con la utilización de plataformas para poder localizarlos, tanto en formato físico como electrónico.

El conocimiento y uso de estas plataformas han representado un papel fundamental en el desarrollo de este documento, ya que sin ellos, todo el respaldo obtenido por todos aquellos que han investigado no sería posible, al igual que, sin el trabajo previo realizado durante la carrera, desarrollar una bibliografía adecuada resultaría ardua tarea.

Así mismo, para el desarrollo de este trabajo, ha representado un papel fundamental la asignatura cursada en el último año de “Cuerpo, Percepción y Habilidad”, desde la cual, hemos trabajado de manera directa con la metodología del “Análisis Global del Movimiento”, siendo esta un pilar fundamental en el desarrollo de la propuesta didáctica planteada.

Desde mi punto de vista, este tipo de metodología no es solo aplicable al ámbito escolar, sino que puede ser extrapolada a diferentes ámbitos de aprendizaje. De una manera más precisa, puede ser fácilmente utilizada en el aprendizaje, desarrollo y dominio de cualquier práctica deportiva. Ya sea en el aprendizaje del desarrollo técnico de los ejercicios que se puedan realizar en un gimnasio, el aprendizaje de las diferentes técnicas

a desarrollar en cualquier disciplina del atletismo o en el desarrollo de cualquier deporte de carácter colectivo.

Dentro de esta materia, junto con el desarrollo del Análisis Global del Movimiento, otra de las grandes perspectivas que adquirimos para el desarrollo de nuestra futura labor docente, fue la importancia del conocimiento de los errores más comunes que se pueden desarrollar durante el aprendizaje y adquisición de cualquier habilidad que queramos trabajar.

Teniendo en perspectiva dichos errores, obtendremos una mayor facilidad a la hora de programar nuestras sesiones, prestando atención de manera anticipada a las necesidades que pueden surgir con mayor probabilidad. Si bien es cierto que siempre pueden surgir situaciones que compliquen el aprendizaje de una manera más espontánea, tener en cuenta estas nos ayudará a proporcionar una enseñanza de calidad a nuestro alumnado, de una manera más fluida y eficiente y, con ello, agilizando el proceso de enseñanza-aprendizaje.

No solo ha sido fundamental el desarrollo de las diferentes materias cursadas dentro de la carrera. Para este trabajo, ha sido fundamental el conocimiento de los diferentes autores que han centrado su vida al desarrollo de las diferentes publicaciones y propuestas realizadas a través de la investigación. Sin la colaboración de los mismos, sería imposible alcanzar un conocimiento común y accesible para todos, lo que impediría la evolución tanto del campo de la educación como de cualquier otra disciplina.

Por todo esto, es fundamental tener un marco teórico sólido y consistente, que permita tener los conocimientos pertinentes para poder desarrollar de manera satisfactoria y respaldada todas nuestras propuestas didácticas, ya que este, representa el pilar fundamental en la estructuración de cualquier cosa que queramos llevar a cabo dentro de un aula.

Otro elemento a tener en cuenta gracias al desarrollo de este trabajo es la capacidad de haber podido generar una propuesta didáctica no solo planteada como un trabajo más de la universidad, sino como una aproximación a nuestra futura labor docente, tratando de realizar nuestras programaciones de una manera coherente y adecuada tanto a las características de nuestro alumnado como al contexto en el que se desarrollan.

Debemos tener siempre presente que, lo que viene estipulado por la ley, son los elementos a trabajar dentro de un aula durante el curso escolar, pero no de una manera literal. Somos nosotros los encargados de aterrizar todo aquello que venga estipulado por ley dentro de nuestro aula, adaptando todos los elementos legislativos de la manera más adecuada para que nuestro alumnado pueda alcanzar todos los objetivos propuestos en cada uno de los niveles educativos.

Siguiendo esta línea, otro de los grandes aspectos a tener en cuenta dentro del desarrollo de este trabajo, es la importancia que presenta el crear nuestras programaciones y propuestas didácticas de una manera abierta, teniendo en cuenta siempre las características del contexto de nuestro alumnado, sus necesidades tanto a nivel grupal como de manera individualizada y los recursos de los que disponemos dentro del centro para poder llevar a cabo nuestras propuestas.

Junto con esto, ateniendo a cada contexto en el que nos encontremos, deberemos de ser precisos con las metodologías de aprendizaje a emplear dentro de un aula determinada. No todas las metodologías valen para todos los grupos, incluso dentro de un mismo centro en el cual se encuentren varias líneas pueden variar las necesidades de cada grupo aun compartiendo un contexto similar. Por ello, deberemos tener siempre en cuenta las características de cada grupo para poder así trabajar con ellos de la mejor manera posible. Hemos de ser conscientes de que somos nosotros como docentes los que nos tenemos que adaptar a las necesidades de los más pequeños y no al revés, no son ellos los que deben adaptarse a nuestras líneas metodológicas.

En este caso, el desarrollo propuesto está basado en el aprendizaje de los malabares con tres pelotas, centrándonos especialmente en el movimiento de cascada ya que se trata de uno de los básicos en el desarrollo de la misma. Considero de vital importancia el tratamiento de la coordinación dentro del entorno escolar ya que es un elemento que intervendrá de manera directa en su vida cotidiana y en todos los contextos en los que se encuentren, de una manera tanto personal como social.

De una manera más concreta en el desarrollo de nuestras propuestas didácticas, destacar la importancia de encontrar un hilo conductor que pueda ayudarnos en el desarrollo de las mismas. Estos van a influir de manera directa en el desarrollo de las diferentes sesiones gracias a la motivación que pueden tener dentro de nuestro alumnado.

En mi caso, he elegido el desarrollo de las habilidades circenses debido a la estética y al atractivo que estas pueden presentar en nuestro alumnado. De la misma manera, los materiales empleados pueden ser de fácil creación por ellos mismos, lo cual permite un mayor acercamiento a la habilidad a trabajar.

También cabe mencionar que, gracias a que nuestro alumnado va a crear sus propios recursos, podrán disponer de los mismos tanto dentro como fuera del aula, lo cual, da la oportunidad de seguir trabajando y profundizando en esta habilidad de una manera más profunda, mejorando así la creación de un conocimiento propio al poder trabajar tanto dentro como fuera del entorno escolar.

## **8. FUTURAS LÍNEAS DE ACTUACIÓN**

Atendiendo a las características y parámetros que representa un trabajo de fin de grado, se hace notoria la escasa profundización que se puede realizar en los diferentes temas tratados, lo cual, conlleva a la necesidad de seguir investigando no solo en los diferentes apartados propuestos dentro del marco teórico, sino en todas las posibilidades didácticas que pueden proporcionar las diferentes líneas metodológicas propuestas.

Cabe prestar una especial atención a la metodología basada en el Análisis Global del Movimiento, desde la cual, como he mencionado en el apartado anterior, se puede desarrollar en diferentes ámbitos de trabajo. Por ello, se me plantea la necesidad de seguir investigando, tratar de descubrir todo su potencial tanto a nivel educativo como a nivel extraescolar.

Por otra parte, si bien es cierto que el desarrollo de los malabares ha representado en mí no solo un aprendizaje desarrollado en mis etapas educativas más tempranas, ha supuesto a su vez una habilidad que he ido perfeccionando con el paso de los años, por ello soy consciente de todos los beneficios a nivel de coordinación que estos pueden presentar y, a su vez, la transferencia motriz aplicable a diferentes ámbitos gracias al desarrollo de los mismos.

Desafortunadamente, he de decir que, durante la investigación realizada para el desarrollo de este trabajo, son escasas las propuestas didácticas que he podido encontrar para su aprendizaje dentro del entorno escolar, lo cual, intuyo que se deba a las dificultades que puede presentar su desarrollo en edades tempranas.

Con todo esto, una de las grandes motivaciones que se me presentan, es la de seguir investigando tanto en lo referente a la línea metodológica antes mencionada junto con las posibilidades didácticas que se pueden presentar en relación con los diferentes materiales utilizables para el desarrollo de los diferentes estilos de malabares.



## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abardía, F. (1997). Educación Física de Base. Una propuesta para la formación del profesorado. Palencia : Asociación Cultural Cuerpo, Educación y Motricidad, 1997

Abardía, F. (2007) Método AGM de conducción de motos. Palencia: Sunday2012 S.L., Madrid

Abardía, F. (2022-2023): Apuntes inéditos de la asignatura: Cuerpo, Percepción y Habilidad. Grado de Primaria – Mención Educación Física. Facultad de Educación de Palencia. Inédito. Universidad de Valladolid.

Batalla Flores, A. (2000): Habilidades motrices. Barcelona: INDE. Páginas 8-14.

Cecchini Estrada, José Antonio; Fernández Losa, Jorge Luis; Pallasá Manteca, José Miguel; Cecchini Applegate, Christian (2012). El proceso de transferencia en el aprendizaje y desarrollo motor. *Psicothema*. 2012, v. 24, n. 2 ; p. 205-210

Cenizo Benjumea, J., Ravelo Afonso, J., Morilla Pineda, S., Ramírez Hurtado, J., & Fernández-Truan, J. (2016). DISEÑO Y VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO PARA EVALUAR COORDINACIÓN MOTRIZ EN PRIMARIA. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport* , 16 (62), 203-219.

Contreras Jordán, O. R. (1998): Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona: INDE. Pp. 190-192

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. Boletín Oficial de Castilla y León, de 25 de julio de 2016.

Díaz Lucea, J (1999). La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Barcelona: INDE.

Ernest, J. (1990). Contact Juggling, Ernest Graphic Press, UK

Fernández-Revelles, Andrés B (2018). Entrenamiento y progresión de malabares con 3 bolas en cascada desde ciclos con dos bolas en cada mano. Sports Science 3.0 2018, 2(1): 1-13

García Ferrol. A, Guzmán Luján. J.F. Carratalá Deval. V (1998). A cerca de la lateralidad espontánea y la de uso en la actividad motora de los niños. Habilidad Motriz, Revista de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Nº 11. pp. 10-14

Mayolas Pi, MC, Villarroya Aparicio, A., & Reverter Masia, J. (2010). Relación entre la lateralidad y los aprendizajes escolares. Apunts Educación Física y Deportes, (101), 34.42.

Mejía Mejía, N.F. (2020). Revisión conceptual y tipología de la coordinación motriz. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(265), 112-121. Recuperado de: <https://doi.org/10.46642/efd.v25i265.2047>

Oña, A., Martínez, M., Moreno, F., y Ruiz, L.M. (1999). Control y aprendizaje motor. Madrid: Editorial Síntesis. Revista digital innovación y experiencias educativas, N°37- mes de diciembre, 2010 ISSN 1988-6047.

Prieto Bascón, M.A. (2010). Habilidades motrices básicas. Innovación y experiencias educativas ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR2922/2007 N°37 MES DE DICIEMBRE 2010

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte «BOE» núm. 52, de 01 de marzo de 2014 Referencia: BOE-A-2014-2222

Real Decreto 822/2021, de 28 de septiembre, por el que se establece la organización de las enseñanzas universitarias y del procedimiento de aseguramiento de su calidad. Ministerio de Universidades «BOE» núm. 233, de 29 de septiembre de 2021 Referencia: BOE-A-2021-15781


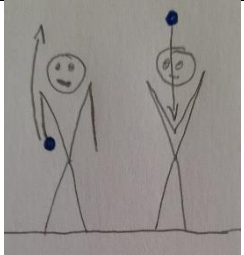
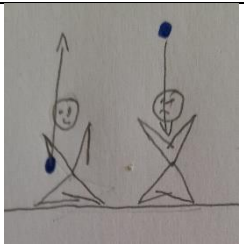
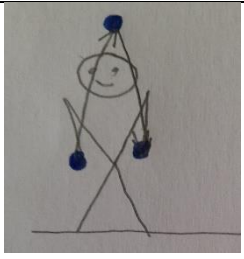
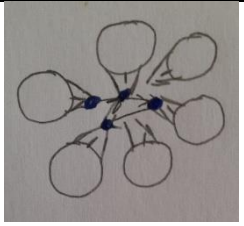
Ruiz Pérez, L. M. (1997): Deporte y aprendizaje. Madrid: Visor. Páginas 92-96.

Vaca, M. (1996). La educación física en la práctica en educación primaria.  
Palencia: Asociación Cultural "Cuerpo, Educación y Motricidad". Palencia

## 10. ANEXOS

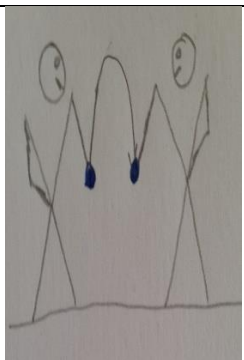
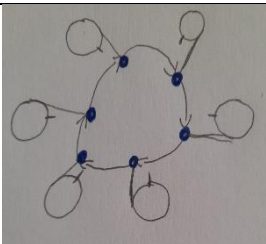
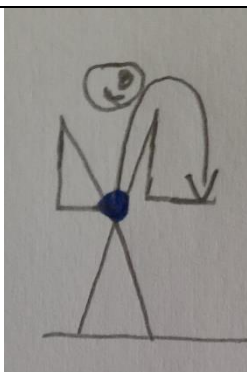
### ANEXO I: PROGRESIÓN ABIERTA PARA EL DESARROLLO DE LOS MALABARES

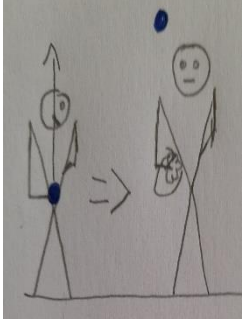
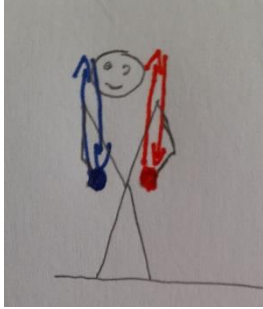
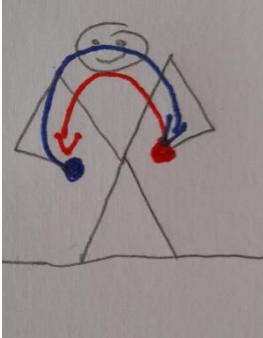
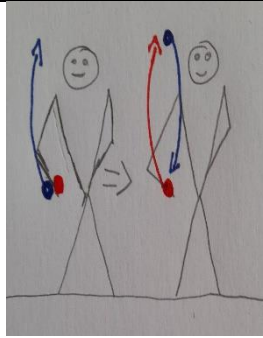
Ejercicios y actividades de adaptación:

ACTIVIDAD	REP. GRÁFICA	CONTENIDOS CONCEPTUALES
Experimentación libre con diferentes tipos de pelotas, tratando de interactuar con varias a la vez		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para la ejecución de los malabares, los materiales han de tener un tamaño adecuado a nuestras manos.</li> <li>- Las pelotas han de tener una adherencia adecuada para que no se nos resbalen en las manos.</li> </ul>
Lanzaremos una pelota con una mano y recepcionaremos con las dos, probando diferentes alturas		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuanto más alto se lanza la pelota, mayor tiempo de reacción tendré.</li> <li>- Cuanto más bajo se lanza la pelota, tendremos una mayor precisión para cogerla.</li> </ul>
Lanzaremos una pelota con una mano y recepcionaremos con las dos, probando diferentes posiciones: sentados, en cuclillas y a la pata coja		<ul style="list-style-type: none"> <li>- La posición de nuestro cuerpo influye en el lanzamiento. Debemos estar de pie, con la espalda recta y los hombros relajados.</li> </ul>
Lanzar la pelota con una mano y recepcionar con la contraria		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al lanzar la pelota, debemos crear una parábola para que esta vaya hacia la mano contraria</li> </ul>
En círculo y con varios participantes, pasar la pelota los unos a los otros.  V1: incluir más pelotas.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Debemos realizar un cálculo de distancias para saber la fuerza que debemos usar en el lanzamiento.</li> <li>- Cuanto mayor será la parábola de la pelota, más sencillo será cogerla.</li> </ul>

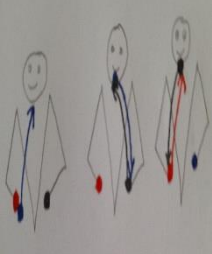
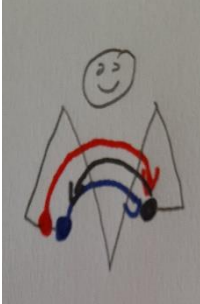
<p>V2: variar la distancia entre participantes.</p> <p>V3: un compañero indicará hacia donde debe ir la pelota</p>		<p>- A mayor número de pelotas, mayor deberá ser mi concentración.</p>
--	--	--

Ejercicios y actividades de dominio:

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>REP. GRÁFICA</b>	<b>CONTENIDOS CONCEPTUALES</b>
<p>Por parejas, haciendo uso cada uno de la misma mano, se pasarán la pelota sin que esta supere la línea frontal de visión.</p> <p>V1: variación de las distancias.</p> <p>V2: cada participante con una pelota</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manteniendo la pelota siempre a la altura máxima de mi campo de visión, será más sencillo controlar su trayectoria y tener una mayor precisión de lanzamiento y recepción.</li> <li>- Mi mano debe formar un cuenco que acompañe a la pelota para lanzar y recibir</li> </ul>
<p>En pequeño grupo, formando un círculo, cada participante tendrá una pelota que deberá pasar a su compañero de al lado según se vaya indicando: todos a la derecha o todos a la izquierda</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para poder desarrollar un movimiento coordinado, debo prestar especial atención al control del cálculo de distancias y a los tiempos de lanzamiento y recepción.</li> </ul>
<p>De manera individual, trabajando con una sola pelota, realizaremos lanzamientos parabólicos de una mano a otra con los codos lo más pegados al cuerpo y formando un ángulo de 90°</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuanto más cerca estén mis codos de mi cuerpo, más sencillo será realizar los lanzamientos y las recepciones de manera precisa.</li> <li>- Obtendremos la mayor precisión de ejecución con un tiempo de reacción adecuado cuando el punto más alto de la parábola se encuentra a la altura de nuestra línea de visión</li> </ul>

<p>Lanzamos una pelota verticalmente y tratamos de repetir el movimiento realizado por la mano antes de volver a cogerla.</p> <p>V1: realizar con la otra mano</p>		<p>- Para realizar los malabares, nuestra mano no lanza de manera plana, sino que hace movimientos de rotación</p>
<p>Con dos pelotas, una en cada mano, lanzar de manera vertical ambas a la vez</p>		<p>- Debemos de ser capaces de coordinar nuestros brazos para que realicen movimientos simultáneos.</p>
<p>Con dos pelotas y usando ambas manos, lanzamos las pelotas a la vez generando una parábola que nos permita realizar la recepción con la mano contraria.</p> <p>V1: se lanzarán de manera alternativa</p>		<p>- Debo controlar el ritmo, la fuerza y el tiempo de lanzamiento para poder lanzar y recibir las pelotas de manera fluida</p>
<p>Con dos pelotas en una mano, lanzamos de manera alternativa una y otra, lanzando la siguiente justo en el momento de bajada de la anterior</p>		<p>- Controlando la fuerza de lanzamiento tendré el tiempo necesario para reaccionar de manera precisa entre lanzamientos y recepciones.</p>

Ejercicios y actividades de perfeccionamiento, variantes y combinaciones:

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>REP. GRÁFICA</b>	<b>CONTENIDOS CONCEPTUALES</b>
Cascada con tres pelotas		- Debo tener un control total sobre los movimientos de rotación de mis codos, muñecas y manos, sobre la fuerza que ejerzo para lanzar las pelotas y sobre mi campo de visión para saber dónde van a caer a la hora de recepcionar.
Cascada con lanzamientos más altos		- A mayor altura de lanzamiento, tendré más tiempo para realizar el movimiento, pero una menor precisión a la hora de recepcionar
Cascada con lanzamientos más bajos		- A menor altura de lanzamiento, tendré que realizar el movimiento más rápido, pero controlaré mejor la caída de las pelotas

**ANEXO II: CREACIÓN DE LAS PELOTAS DE MALABARES CON ARROZ**

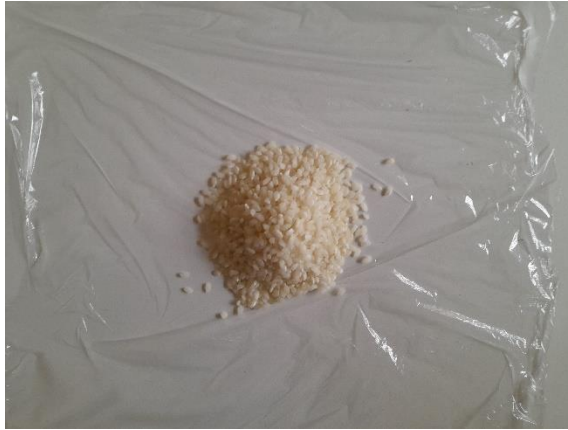
Materiales:

- Papel de plástico transparente.
- Arroz
- Globos
- Báscula de cocina (opcional)

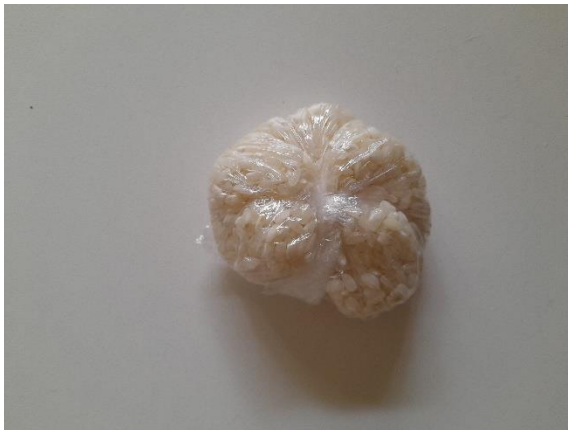
Pasos a seguir:

- Extendemos un trozo de papel transparente.
- Vertemos el arroz sobre el mismo.





- Hacemos una pelota cerrando el papel transparente, de tal manera, que no se puedan salir los granos de arroz.



- Cortamos el extremo del cierre de los globos.
- Introducimos con cuidado la pelota de arroz dentro de un globo.



- Colocamos varias capas de globos para darle una mayor protección y evitar así que se puedan romper.

### **ANEXO III: ESQUEMA DEL CUADERNO DE CAMPO DEL ALUMNADO**

Posta 1: “¿Con qué materiales trabajamos?”

- ¿Podemos realizar los malabares con cualquier tipo de pelota?
- ¿Qué características tiene que tener el material que utilizamos?
- ¿Puedo trabajar con pelotas de diferentes pesos a la vez?

Posta 2: “¿Cómo dosifico mi fuerza?”

- ¿A qué altura tengo que lanzar las pelotas?
- ¿Tengo que agarrar fuerte la pelota? ¿Por qué?
- ¿Qué pasa si lanzo las pelotas demasiado fuerte? ¿Y si lo hago demasiado suave?

Posta 3: “¿Qué siente mi cuerpo?”

- ¿Tengo que mantener el equilibrio para poder hacer los malabares?
- ¿Cómo se mueven mis brazos?
- ¿Cómo se mueve mi cuerpo?
- ¿Por qué es necesario mantener una postura corporal adecuada?

Posta 4: “¿Cuál es la técnica correcta?”

- ¿Hacia dónde tengo que mirar al realizar los malabares?
- ¿Cómo tienen que estar mis codos?
- ¿Cómo coloco las manos?
- ¿Cómo tienen que estar mis hombros y mi espalda?
- ¿Puedo estar sentado y con las piernas cruzadas? ¿Por qué?

Describe los pasos a seguir para poder realizar correctamente el movimiento de cascada en los malabares.

#### AUTOEVALUACIÓN

Ítem/valoración	0	1	2	3	4	5
He aprendido todos los conceptos						
He superado las actividades						
He superado las actividades de adaptación						
He superado las actividades de dominio						
He superado las actividades de perfeccionamiento						

Puedo seguir practicando en casa gracias a todo lo que he aprendido						
---	--	--	--	--	--	--

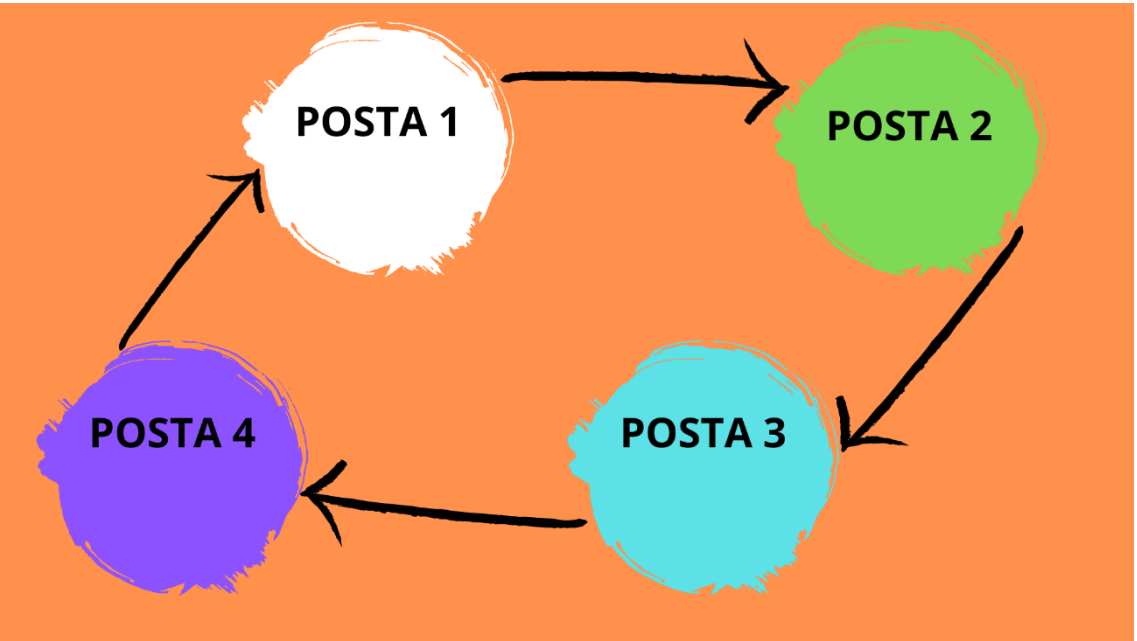
**ANEXO IV: CIRCUITO MULTIFUNCIONAL**

Posta 1: “¿Con qué materiales trabajamos?”: desarrollo de las actividades 1 de adaptación, 3 y 4 de la fase de dominio mediante la utilización de diferentes tipos de pelotas.

Posta 2: “¿Cómo dosifico mi fuerza?”: desarrollo de la actividad 4 de adaptación y las actividades 3 y 4 de dominio con las pelotas adecuadas para su desarrollo

Posta 3: “¿Qué siente mi cuerpo?”: desarrollo de las actividades de adaptación 2 y 3 y las actividades 1 y 2 de dominio

Posta 4: “¿Cuál es la técnica correcta?”: actividades de dominio 4, 5, 6 y 7



## ANEXO V: RÚBRICA DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNADO

Nombre y apellidos:

Ítem/valoración	Insuficiente	Bien	Notable	Sobresaliente	calificación
Valoración de los conocimientos adquiridos a través del cuaderno de campo					
Valoración del desarrollo práctico en las propuestas de adaptación					
Valoración del desarrollo práctico en las propuestas de dominio					
Valoración del desarrollo práctico en las propuestas de perfeccionamiento					
Valoración en relación con la actitud demostrada en el desarrollo de las sesiones					
Valoración en relación con el trato presentado hacia los materiales empleados					

**OBSERVACIONES:**

**CALIFICACIÓN FINAL:**