



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

**DISEÑO DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA SOBRE LA HABILIDAD
MOTRIZ BÁSICA DEL SALTO A TRAVÉS DEL ANÁLISIS GLOBAL
DE MOVIMIENTO DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE PARA TERCER
CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**AUTOR/A: MARÍA MERINO BARRERA
TUTOR/A: PROF. DR. FRANCISCO ABARDÍA COLÁS**

Palencia, 2024-2025

*“La Educación Física fomenta el
ejercicio y éste debería ser entendido
como atributo del corazón”*

Gene Tunney

AGRADECIMIENTOS

Me gustaría expresar primero mi agradecimiento a mi tutor, Dr. Francisco Abadía, por su ayuda y colaboración en cada momento de consulta, ofrecida en mi Trabajo Fin de Grado.

También, me gustaría agradecer a todo el profesorado de la carrera, a mi familia y amigos que han estado ahí apoyándome desde el principio.

A todos, muchas gracias.

RESUMEN

Este trabajo se enfoca en crear un ambiente educativo dinámico y motivador, promoviendo el aprendizaje de esta habilidad de manera lúdica y progresiva. Mostrando un enfoque de enseñanza-aprendizaje con base en la gamificación y el diseño progresivo de actividades motrices que no solo busca enseñar la técnica del salto, sino también hacer el proceso de aprendizaje más atractivo y efectivo para los estudiantes de tercer ciclo de educación primaria.

PALABRAS CLAVE

Ley Orgánica Educativa, Educación Primaria, Educación Física, Castilla y León, Análisis, Movimiento, Programación, Saltos, Habilidades.

ABSTRACT

This work focuses on creating a dynamic and motivating educational environment, promoting the learning of this skill in a playful and progressive way. Showing a teaching-learning approach based on gamification and the progressive design of motor activities that not only seeks to teach the jumping technique, but also to make the learning process more attractive and effective for students in the third cycle of primary education.

KEYWORDS

Educational Organic Law, Primary Education, Physical Education, Castilla y León, Analysis, movement, programming, jumps, skills

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN
2. OBJETIVOS
3. JUSTIFICACIÓN
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA
 - 4.1. IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA EDAD ESCOLAR
 - 4.2. CONSIDERACIONES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 10-12 AÑOS
 - 4.3. TIPOS DE SALTOS
 - 4.4. FASES DE LOS SALTOS
 - 4.5. HABILIDADES MOTRICES QUE SE DESARROLLAN CON EL SALTO
 - 4.6. FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL SALTO.
5. ANÁLISIS GLOBAL DE MOVIMIENTO
 - 5.1. ANÁLISIS DE MATERIALES
 - 5.2. ANÁLISIS DE FACTORES
 - 5.3. ANÁLISIS TÉCNICO
 - 5.4. ANÁLISIS DE ENLACES Y COMBINACIONES
 - 5.5. LA PROGRESIÓN ABIERTA
6. PROPUESTA DIDÁCTICA PARA 3^{er} CICLO DE E.P. DE LA HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA DE SALTO
7. CONCLUSIONES
8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIA
9. ANEXOS

1. INTRODUCCIÓN

El Trabajo de Fin de Grado que presento a continuación está enfocado de manera específica al Área de Educación Física en Educación Primaria. Se trabajará la Habilidad Motriz Básica del salto mediante la metodología del Análisis Global del Movimiento.

El desarrollo de habilidades motrices en los primeros años de vida escolar es fundamental para el crecimiento físico, cognitivo y social de los niños. Dentro de estas habilidades, el salto es una de las más importantes, ya que implica la coordinación, el equilibrio y la fuerza, elementos esenciales para un desarrollo motor completo. En el contexto de la educación primaria, el tercer ciclo (que abarca los cursos de 5º y 6º de Educación Primaria) es una etapa clave para consolidar y perfeccionar estas destrezas motrices, especialmente aquellas relacionadas con el salto.

El diseño de actividades que favorezcan la mejora de la habilidad motriz de salto es esencial para facilitar su aprendizaje y práctica en un ambiente educativo. En este sentido, la metodología del AGM, con su enfoque en el juego y el ejercicio físico adaptado, se presenta como una herramienta eficaz para potenciar las capacidades motoras de los estudiantes. A través de este enfoque, se busca no solo mejorar la habilidad técnica del salto, sino también fomentar la participación activa, la motivación y la cohesión grupal en el aula. Se abordarán los aspectos teóricos y prácticos de la habilidad del salto, se propondrán actividades específicas y se analizarán los beneficios de integrar el AGM en el currículo de Educación Física, con el fin de optimizar el aprendizaje de esta destreza motriz esencial.

A continuación, reflejaré los principales apartados que componen mi trabajo:

Comienzo mi TFG con una serie de objetivos que pretendo alcanzar con la elaboración de este. En segundo lugar, redactaré una fundamentación teórica que me permite ampliar mis conocimientos. Otro punto de gran importancia es el Análisis Global de Movimiento y sus respectivos análisis. A continuación, sigo con el punto de la Propuesta didáctica para tercer ciclo de Educación Primaria de la Habilidad Motriz Básica del salto.

Para finalizar, las conclusiones extraídas al realizar este TFG y por último encontraremos el apartado de bibliografía y anexos.

2. OBJETIVOS

- Conocer la importancia de enseñar la habilidad motriz básica del salto en educación física.
- Investigar y conocer los tipos de saltos aplicables al tercer ciclo de educación primaria.
- Analizar e interpretar las diferentes fases de ejecución del salto.
- Diseñar una Unidad Didáctica.sobre la habilidad motriz del salto para una enseñanza-aprendizaje en el tercer ciclo de Educación Primaria

3. JUSTIFICACIÓN

Para finalizar mis estudios de la especialidad de Educación Física en el grado de Educación Primaria, voy a elaborar este Trabajo de Fin de Grado con la intencionalidad de poder plasmar los conocimientos adquiridos.

Como maestros, debemos regirnos por las siguientes leyes: comenzando por la Constitución Española (Artículo 27), Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria y el DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León. La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de Educación (LOMLOE), que modifica parcialmente la LOMCE, vuelve a hacer hincapié en una educación integral e inclusiva, destacando la importancia de la Educación Física en el desarrollo de las competencias motrices, la promoción de la salud y el bienestar de los alumnos.

La asignatura de Educación Física ofrece aprendizajes que son básicos para la formación integral de cualquier individuo, implica la adopción de un estilo de vida activa y saludable, el conocimiento de la propia corporalidad, la igualdad de género en la sociedad, la adhesión a la actividad física como proyecto de vida, el acercamiento a manifestaciones culturales de carácter motor, la integración de actitudes responsables con el medio ambiente y el desarrollo de procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. La educación física construye una verdadera competencia, que va más allá de lo motor, ofreciendo innumerables beneficios en el desarrollo neurocognitivo, fomenta el desarrollo social del alumno, la resolución de conflictos entre iguales y desarrolla la inteligencia emocional de cada uno.

Me centraré en la Habilidad Motriz del Salto, ya que creo que es fundamental para el desarrollo motriz de los niños, y posteriores actividades que se realicen tanto en el ámbito cotidiano como en el deportivo. He considerado que realizar un Análisis Global del Movimiento de la Habilidad Motriz del Salto permitirá comprender de una manera más clara los aprendizajes que podemos enseñar en el aula.

Junto al **Análisis Global del Movimiento**, realizaré una progresión abierta que será fundamental. El desarrollo y diseño de esta responde a una serie de necesidades pedagógicas y educativas que buscan mejorar el aprendizaje motor de los estudiantes en el tercer ciclo de educación primaria. Donde los estudiantes presentan diferentes niveles de desarrollo físico y cognitivo, así que este enfoque flexible es uno de los pilares del AGM. Considerando muy importante trabajar todas las habilidades motrices desde una edad temprana, para así realizar una progresión adecuada a lo largo de la etapa, ya que se adquiere unas capacidades básicas y específicas.

La progresión abierta fomenta que los alumnos descubran diferentes formas de saltar, permitiendo que experimenten con variaciones del movimiento y desarrollen un pensamiento crítico sobre su propio aprendizaje motor. De esta forma, se promueve la creatividad motriz, la toma de decisiones y habilidades clave para la autonomía en la práctica física.

El salto es un ejercicio muy completo y saludable; además de fortalecer los músculos de las piernas, es una de las habilidades motrices básicas que permiten el desarrollo de capacidades físicas y motrices fundamentales en la niñez, como la fuerza, la coordinación, el equilibrio y la velocidad. Implementar una progresión en el tercer ciclo de primaria permite consolidar estas habilidades en una etapa en la que el niño ya ha adquirido una base motora, pero está en un momento clave para perfeccionar y diversificar sus patrones de movimiento. Cuando un niño salta, su cerebro aprende a medir profundidad, desarrolla límites espaciales y puede ver el mundo desde una nueva perspectiva

Los beneficios de esta práctica, no se limitan solo a la actividad motriz, sino que impactan en la salud general del alumno, contribuyendo al bienestar físico y mental, mejorando su autoestima y su percepción de competencia motriz. El salto es un tipo de ejercicio anaeróbico, es decir, un ejercicio intenso que requiere una explosión de energía rápida y un elevado consumo de oxígeno, este puede mejorar mucho nuestra forma física en poco tiempo.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA EDAD ESCOLAR

La actividad física a estas edades contribuye al **desarrollo motriz** de los niños y también a crear **hábitos** de vida **saludables**. Tal y como podemos ver en Díaz Lucea (1999):

“El movimiento es la principal capacidad y característica de los seres vivos. Éste se manifiesta a través de la conducta motriz y gracias al mismo podemos interactuar con las demás personas, objetos y cosas.”

La Educación física en la etapa de primaria afronta una serie de retos que implican, adoptar un estilo de vida activo y saludable desde la gestión emocional o la propia salud mental y social. A través de esta asignatura podemos estimular patrones de actividad física cotidianos, ayudando a que los alumnos lo integren en su forma de vivir de manera autónoma.

La EF es un pilar fundamental en la extrapolación de los aprendizajes del aula a la vida en sociedad, dentro de ella, la actividad física debe ser interiorizada por el propio alumno antes de aplicarla.

La actividad física en el aula les ayuda a mantener huesos más sanos y resistentes fortaleciendo el sistema músculo esquelético, favorece al desarrollo del sistema pulmonar y cardiovascular, y es excelente para el bienestar emocional, ya que mejora la autoestima, el humor, la capacidad de concentración y por ende el aprendizaje.

Uno de los objetivos de la educación física es **aprender a trabajar en equipo y relacionarse con los demás** en diferentes ámbitos. Para ello, gracias a esta materia se aprenden a comunicar, resolver conflictos y cooperar. También se aprende a llevar a cabo diferentes actividades que requieran de un esfuerzo físico sin dañarnos, a ejercitar el cuerpo y conocer nuestras limitaciones y logros entre muchas otras cosas.

En esta asignatura, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobre todo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos. (Fernández, 2009)

4.2. CONSIDERACIONES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 10-12 AÑOS

En este apartado me centro en las características físicas que influyen en el salto en el tercer ciclo, este nivel escolar comprende desde los 10 hasta los 12 años.

En estas edades, el crecimiento es más lento que cuando eran más pequeños, pero es constante hasta que se produce el popular “estirón” a partir de los 9 años en las niñas y de los 11 en los niños. Esta época de crecimiento origina un crecimiento óseo importante, pudiendo aparecer los famosos dolores de crecimiento durante la noche. Su desarrollo físico ha alcanzado madurez y armonía. Será al final de este periodo, antes en las chicas que, en los chicos, cuando comienzan a entrar en la pubertad.

Entre los 10 y los 12 años se produce una importante **mejora de las capacidades** estabilizantes, locomotrices y manipulativas en la realización de las actividades físicas y deportivas y el tiempo de reacción se aproxima a los niveles máximos que se alcanzarán posteriormente. (familia, 2016)

Todas estas características físicas de los alumnos a los que vamos a enseñar nos ayudarán a marcar los contenidos y objetivos para programar nuestras sesiones y a adaptar nuestras Unidades Didácticas a los alumnos con lo que trabajaremos.

En cuanto a la **evolución** del patrón motriz del **salto**, mencionaré el estadio inicial y elemental que establece Mc. Clenaghan (1985).

- En el **estadio inicial**, el movimiento de los brazos se usa para mantener el equilibrio durante el vuelo y el tronco permanece en posición vertical. Por otro lado, las piernas y las caderas no están muy flexionadas en la preparación, ni en el despegue están suficientemente extendidas.
- En el **estadio elemental**, los brazos tienen la iniciativa en el momento del despegue; en el tronco durante esta fase no se observan cambios; y en las piernas y la cadera la flexión preparatoria se hace más acentuada. La extensión tanto de las piernas, cadera y tobillos es mayor en el despegue, aunque no es total.

4.3. TIPOS DE SALTOS

Los **saltos** se involucran en muchas actividades y juegos de la Educación Física, fomentan el trabajo en equipo y la sociabilización entre los niños, desarrollan su motricidad gruesa que es esencial para el control corporal y mejorar su condición en la sociedad como parte fundamental

de muchos deportes, rutinas de ejercicio, en la fisioterapia para recuperar fuerza y movilidad después de lesiones, en la danza para poder transmitir emociones y contar historias a través de la expresión corporal, contribuyendo a la salud y el bienestar de la sociedad en general.

A continuación, explico los diferentes **tipos de salto** que existen, porque cada uno de ellos se realiza de una manera distinta: los factores no intervienen de la misma manera, ni los patrones motrices son los mismos. Además, conociendo los distintos tipos de saltos nos sirve y para dar variedad y coherencia en la programación de las Unidades Didácticas.

También para conocer dónde hacer hincapié y cómo podemos organizar las actividades para crear una progresión accesible a todos los alumnos.

Batalla (2000) propone una clasificación según los objetivos que busca conseguir, estos tipos de saltos son: de longitud, con finalidad estética y con manipulación de objetos.

Sin embargo, la clasificación que me interesa se basa en la dirección y acciones del vuelo que es una de las fases de los saltos que más adelante analizaré. Existen tres variantes del salto, que son: vertical, horizontal y de obstáculos. Según varios autores como: Mazzeo, E. y Mazzeo, E. (2008) y Blández (1995) establecen:

Los saltos verticales, son los que se realizan en el **plano longitudinal**. Este tipo de acciones pueden ser hacia arriba y hacia abajo. En el salto hacia arriba elevamos el cuerpo verticalmente en contra de la gravedad cayendo de nuevo sobre el mismo punto o en otro más alto. En el salto hacia abajo despegamos de la zona de batida, para caer en una zona de recepción por debajo de la de impulso.

Los saltos horizontales, son en los que nuestro cuerpo, impulsado igualmente con una o dos piernas, es trasladado a algún punto del **plano horizontal**.

Al igual que en el salto vertical aquí también hay variantes, que son saltar hacia delante, hacia atrás y lateralmente.

Las modalidades anteriores se pueden combinar para así dar lugar a una mayor variedad de saltos y nuevas posibilidades de acción que se producen cambiando el ángulo del impulso.

Los saltos de obstáculos, estos consisten en impulsarse para realizar un vuelo en el que superar un objeto o persona que se encuentre en medio de la trayectoria que se está siguiendo. Dependiendo del tamaño y forma de los obstáculos que se van a realizar **distintos impulsos** y en la fase del vuelo los gestos motrices deberán ser distintos.

Por lo tanto, hay que proporcionar muchas posibilidades de acción a los niños para que consigan perfeccionar las distintas modalidades de los saltos, porque a veces los alumnos no son capaces o no se atreven a probar las primeras ocasiones que se enfrentan a una nueva situación. Para lograrlo, las actividades planteadas deben seguir una progresión abierta en el grado de dificultad que permita al alumnado acceder con éxito a cada una de las actividades que se propongan.

Conocer los distintos **saltos** nos sirven para planificar las distintas acciones que debemos **plantear** a lo largo de la **Unidad Didáctica** para que el trabajo sea completo y no haya ningún aspecto sin estimular, y también para concretar sus objetivos, contenidos y los criterios de evaluación que después se desarrollarán.

4.4. FASES DE LOS SALTOS

En este apartado haré una pequeña síntesis de las **diferentes fases** que podemos encontrar en los saltos. Porque conociéndolas podemos enriquecer la acción docente al analizar los diferentes enlaces y combinaciones que se pueden llevar a cabo y, por lo tanto, las posibilidades educativas que existen.

Entre los autores que han profundizado sobre este aspecto destacamos a: Batalla Flores (2000), Díaz Lucea (1999), Sánchez Buñuelos (1996) porque establecen las mismas fases a la hora de realizar un salto (aunque las denominan con nombres diferentes).

Estas **fases** son: las que tienen que ver con las acciones previas, aquellas sobre la batida o impulso, la relacionada con la fase aérea o vuelo y por último la recepción o caída. Inspirándome en Batalla Flores (2000): Para empezar, tenemos la **fase previa**, puede ser con **movimiento** o en **estático**. También se pueden realizar movimientos **encadenados** como serían los multisaltos, también después de un giro o un balanceo. Para que esto suceda es necesario:

- Una coordinación corporal que contribuya a que la batida se pueda desarrollar correctamente. Adaptando el cuerpo a la siguiente acción a realizar.
- El momento y el lugar idóneos para que el salto se lleve a cabo sin dificultad.

Durante esta fase se puede realizar el salto desde una posición estática pero lo más común es hacerlo desde la carrera.

Después pasamos a la **batida o impulso**, esta es la fase del salto donde se **determina** la **trayectoria** de la parábola del vuelo, para ello es necesario cambiar el ángulo de la batida. Se puede llevar a cabo con **uno** o con **dos apoyos**. Para conseguir mayor impulso se pueden utilizar

multiplicadores del salto, como: el minitramp, la cama elástica o desde una altura previa. Con estos aparatos la fuerza necesaria para realizar el mismo salto es mucho menor por lo que el progreso es más rápido, pero a estas edades los factores de la condición física no hay que potenciarlos.

Autores como Rius (2005) y Mazzeo (2008) exponen que: los saltos se pueden hacer con el apoyo en un pie precediendo al otro o con los dos a la vez, los niños deben ir descubriendo cuál es la mejor forma para cada uno de ellos por medio de la exploración y el descubrimiento guiado. Los brazos deben acompañar el movimiento del cuerpo coordinadamente y deben desplazarse en la dirección del vuelo para favorecer que el movimiento sea completo y fluido. Seguimos con **el vuelo**, fase en la que el sujeto se encuentra **suspendido en el aire**. No se puede hacer nada para variar la trayectoria del salto, que habrá quedado determinada en el momento del impulso, pero si se pueden efectuar diferentes enlaces y combinaciones como pueden ser: golpear un balón, dar palmadas, tocar objetos...

La función común de esta fase es el mantenimiento de la estabilidad corporal. Aunque durante esta fase se puede utilizar para:

- Preparar una buena recepción
- Esquivar un obstáculo
- Ejecutar diversos movimientos corporales
- Manipular objetos

Finalmente, **la fase de la caída** es el momento en el que se vuelve a **tomar contacto con el suelo** o la zona de recepción. Su función principal es **amortiguar** la energía acumulada. Sin embargo, esta función se ve modificada según el tipo de salto realizado y sobre todo por los apoyos que utilizemos en la recepción y donde se lleven a cabo.

Palmeiro y Pochini (2006) y Rius (2005) comentan que, para realizar la amortiguación de la mejor manera es con los dos pies a la vez, flexionando un poco las rodillas y echando el cuerpo ligeramente hacia delante para contrarrestar la fuerza de gravedad. Esta recepción también hará que las posibilidades de lesiones o de hacerse daño sean menores.

Las acciones que podemos modificar para que aprendan en la recepción son: caer con un pie precediendo al otro o con los dos a la vez, dependiendo del tipo de salto.

Conocer estas fases nos sirve para poder dar **variedad** a las **sesiones**, dar coherencia al programar las Unidades Didácticas que se llevarán a cabo sobre la habilidad motriz del salto.

También, para saber qué podemos modificar y en qué hacer hincapié para conseguir que todos los alumnos sean capaces de progresar sobre esta habilidad según sus posibilidades.

4.5. HABILIDADES MOTRICES QUE SE DESARROLLAN CON EL SALTO

Con el salto se trabajan una serie de **habilidades** y **destrezas** motrices **necesarias** para el desarrollo motor y madurativo de los niños, no solo se trabajan habilidades motoras, sino que se trabajan aspectos cognitivos también, considero importante conocer todo lo que involucra a la habilidad motriz del salto para posteriormente poder aplicarlo a la educación y conocer de qué manera poder trabajar estos aprendizajes y realizar una progresión adecuada.

Voy a guiarme en el autor Díaz Lucea (1999) quien realiza una **clasificación** con las habilidades y destrezas motrices básicas que se trabajan al realizar desplazamientos, saltos, giros, manejo de objetos y equilibrios.

Este autor afirma que esta clasificación se basa en los **procesos cognitivos y psicológicos** que realizan los alumnos para resolver diferentes situaciones motrices propuestas por el profesor o profesora con una **finalidad educativa**.

La **clasificación** que hace Díaz Lucea (1999) es la siguiente:

- H y DMB espacio-corporales.
- H y DMB tempo-corporales.
- H y DMB Instrumentales.
- H y DMB sociales.
- H y DMB de cooperación.
- H y DMB de oposición.
- H y DMB de cooperación-oposición.
- H y DMB estratégicas.

A continuación, un **pequeño resumen** de las habilidades y destrezas que se trabajan mediante el salto:

- **H y DMB espacio-corporales:** Estas habilidades serán en las que los alumnos aprendan a tener una conciencia de las nociones que **relacionan** el **cuerpo** con el **espacio** y a utilizarlos de la manera más eficaz y posible.

- **H y DMB tempo-corporales:** Son aquéllas encaminadas a la **interacción** del individuo con el **tiempo**. Tratan de que el alumno resuelva diferentes situaciones basadas en mover o utilizar su cuerpo a partir de unos condicionantes temporales específicos.
- **H y DMB sociales:** Forman parte de esta categoría todo el conjunto de habilidades motrices básicas **orientadas** fundamentalmente al desarrollo de las **capacidades expresivas** y **comunicativas** del cuerpo, así como aquéllas que inciden sobre los procesos de socialización del individuo.
- **H y DMB de oposición:** Son aquéllas en las que el alumno, de forma **individual**, se **opone** a la acción de uno o varios **adversarios** para la consecución de un fin.
- **H y DMB estratégicas:** Son las destrezas en las que la capacidad del sujeto de **actuar** de forma **consciente** e intencionada utilizando los aprendizajes adquiridos para resolver una situación motriz nueva.

Al realizar acciones motrices de manera planificada y siguiendo una programación no solo estamos trabajando lo físico, sino que estamos trabajando los otros ámbitos de la persona, por lo tanto, tenemos que ser conscientes de ello para favorecer su adquisición, además de enriquecer la enseñanza para que sea completa de los nuestros futuros alumnos.

Por lo tanto, con los saltos y todas las actividades relacionadas con los mismos se desarrollan una serie de habilidades y destrezas motrices que contribuyen al progreso físico y perceptivo-motriz que el niño debe madurar y progresar en ellos.

Varios autores han planteado clasificaciones de las habilidades motrices, como pueden ser: Batalla Flores (2000), Sánchez Buñuelos (1996). Podemos ver una tabla de esas clasificaciones en el Anexo 1.

4.6. FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL SALTO.

En este apartado voy a hacer un pequeño estudio sobre los diferentes **factores** que intervienen a la hora de realizar un salto. Conocer estos factores nos permite tener en cuenta la **asimilación** de los **patrones motrices** y con ello el acceso a otras habilidades motrices, también para programar las sesiones y dar la importancia que le corresponde a cada uno de ellos.

Para Blández (1995, p.47): “La fuerza, el equilibrio y la coordinación son los aspectos motrices fundamentales para lograr realizar con éxito esta habilidad. La capacidad de decisión, la seguridad en sí mismo y el afán de superación son otros factores importantes en el desarrollo del salto”

Siguiendo, por Blández clasificaré los factores que intervienen en el salto en físicos y perceptivo motrices y psicológicos.

4.6.1. Factores físicos y perceptivo - motrices

El equilibrio

Desrosiers y Tousignant (2005, p. 79) definen como:

“Mantener el **centro de gravedad** en el interior de la base de sustentación. Cuánto más se acerca el centro de gravedad a los límites exteriores de esta base, más precario es el equilibrio.”

Existen **dos** tipos distintos de equilibrios:

- El **equilibrio estático**: consiste en adoptar y mantener posiciones sin mover los puntos de apoyo.
- Mientras que el **dinámico** es: control del propio equilibrio cambiando los apoyos.

El equilibrio, por la definición que hemos propuesto podemos decir que es trabajado en un sinnúmero de actividades y acciones que llevamos a cabo a lo largo de toda la vida.

Concretando en el salto, el equilibrio se ve muy involucrado en las recepciones que se llevan a cabo, para mantener el control del cuerpo en la amortiguación y no se produzcan caídas ni surja situaciones en las que se puedan hacer daño. Por lo tanto, tenemos que sentar las bases para la vida futura. Como podremos ver en el apartado de las fases sensibles del aprendizaje la mejor edad para su desarrollo es la etapa escolar.

La coordinación

Según Le Boulch (1991) existen **cuatro tipos** de coordinación que son: dinámico general, específico segmentaria, intermuscular e intramuscular.

De los cuatro tipos de coordinación, el que más desarrollamos al realizar saltos es la coordinación dinámico general, porque durante el salto debemos adaptar todos los segmentos al movimiento corporal para que sea fluido y lo más armónico posible.

Además, cuanto más coordinado sea el movimiento más podrán mejorar, porque podrán centrarse en las pautas que se irán dando y no en cómo moverse.

En la Coordinación Dinámico General: todos los segmentos del cuerpo interactúan conjuntamente. Implica:

- La integración y tratamiento de la información, referente tanto a la propia posición corporal como a las características del medio.

- Selección por parte del Sistema Nervioso Central de los grupos musculares que actuarán.
- La contracción muscular que será controlada en todo instante por el Sistema Nervioso Central, para ajustar el movimiento que se está realizando al movimiento previsto.

La coordinación es muy importante en la realización de los saltos, sobre todo en el impulso porque los brazos deben acompañar el movimiento que las piernas hacen al igual que el tronco. Si todos los segmentos corporales no forman un movimiento conjunto la calidad del salto será menor o incluso no conseguirá su propósito.

La fuerza

Una definición de fuerza la podemos encontrar en Hernández Álvarez y Velázquez Buendía (2004, p. 85) cómo:

“La capacidad de vencer una resistencia.”

Con la fuerza podemos mejorar nuestra densidad ósea, nuestro trabajo articular y muscular. También desarrolla el volumen muscular, el dominio corporal y el tono postural; además mejora el metabolismo muscular y la coordinación.

Existen **tres tipos de fuerza** que son:

- **Dinámica** o isotónica: la parte involucrada presenta desplazamiento o cambios de posición.
- **Estática** o isométrica: la parte involucrada no cambia de posición.
- **Explosiva**: movilización de forma súbita.

La fuerza es una cualidad física y en Educación Primaria no es el mejor momento para trabajarla de manera específica pero lo cierto es que se va desarrollando según se trabaja la coordinación. Como la fuerza es un factor en los saltos, para evitar riesgos y no enfocar las sesiones al desarrollo de ella, podemos utilizar multiplicadores del salto como pueden ser las camas elásticas o los minitramps. Así conseguimos que se puedan repetir los saltos, por lo tanto, hay más posibilidades de aprendizaje y de mejora, sin depender en su totalidad de este factor. Además, se crean nuevas posibilidades de enseñanza-aprendizaje porque los saltos adquieren mayor amplitud y, por lo tanto, les proporciona más tiempo para expresarse corporalmente.

4.6.2. Factores Psicológicos

Los aspectos psicológicos son muy importantes a la hora de enfrentarse a nuevas situaciones, porque a veces nos van a permitir llevarlas a cabo sin ninguna dificultad, sin embargo, en otras ocasiones impedirán incluso el hecho de probar o plantearse hacerlas. Por lo tanto, hay que

tenerlos en cuenta a la hora de planificar las propuestas educativas y dar confianza y seguridad a los alumnos. Los que influyen en mayor medida en el salto, son los factores pertenecientes al equilibrio.

Villada Hurtado y Vizúete Carrizosa (2002) establecen que la alteración de los estados emocionales puede ocasionar inseguridades, miedo a lo desconocido o a lo que no se ve y falta de confianza en uno mismo, entre otros problemas.

Centrándome en el salto que es el eje central de este TFG, voy a basarme en lo que Díaz Lucea (1999) recomienda a la hora de planificar este patrón motriz para establecer que: se recomienda utilizar actividades en las que se lleven a cabo antes salto hacia abajo que en longitud y hacia arriba, para superar bloqueos causados por miedo en la fase de vuelo como en la recepción. Si es necesario serán ayudados en las fases aéreas por el profesor o con la creación de sistemas de ayudas, también se pueden poner superficies blandas como colchonetas para evitar miedos.

Por lo dicho anteriormente, los saltos son una habilidad motriz importante porque cómo hemos podido ver pueden contribuir a desarrollar tantos factores físicos y perceptivo-motrices, como psicológicos. Como maestros está en nuestras manos que a los niños les enseñemos y estemos pendientes de todos los aspectos del desarrollo de los alumnos.

5. ANÁLISIS GLOBAL DE MOVIMIENTO

En este apartado, voy a intentar captar la esencia de lo que es el **método AGM** y la importancia de los **cuatro análisis** que lo componen, siendo estos los que hacen posible el desarrollo de una buena progresión abierta para una determinada habilidad. Este proceso ayudará a cobrar sentido a mi trabajo posterior, pues trataré de proyectar el AGM, con su respectiva Progresión Abierta (Abardía, 2018), para el logro del salto para niños de tercer ciclo.

El término AGM surge en la **Universidad de Valladolid** y está relacionado con el ámbito de la **Educación Física**. Tal y como dice Abardía (1997), el Análisis Global de Movimiento es una estructura didáctica que favorece la elaboración de recursos para el desarrollo de las clases en Educación Física y de las actividades deportivas. Es una estructura didáctica que permite ayudar al maestro o maestra de Educación Física a interpretar la motricidad desde una perspectiva global y abierta (Abardía, F. y Medina, D., 1997, p. 128).

Tiene en cuenta el grado de dificultad de las tareas (progresión), la complementariedad de las actividades en otros contextos, materiales y otro tipo de H.M manteniendo el mismo esquema de movimiento que favorecen el aprendizaje (transferencias), la justificación razonada de los conceptos que se desprenden de cada actividad (contenidos conceptuales de tercer nivel curricular, o, en el ámbito deportivo, el razonamiento de los conceptos técnicos) y, además, trata de ampliar la dimensión en la acción (hacer la actividad en cuestión de todas las maneras posibles). Una progresión de esta envergadura asegura la adecuación a cualquier sujeto, este es el punto que más la diferencia de otros contextos meramente deportivos. “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)

Por otro lado, a diferencia de las progresiones que se conocen hasta el momento, el AGM tiene muy en cuenta la conexión con otras habilidades (puesta en práctica de enlaces y combinaciones), pues la adquisición de una habilidad se ve favorecida cuando se asocia al aprendizaje de otras muy distintas, favoreciendo el diseño de lo que se denomina “progresión abierta” (Abardía, F. 2018)

Es una herramienta muy completa ya que permite elaborar diferentes tareas teniendo en cuenta el grado de dificultad obteniendo así una correcta progresión, se adecúa a todos los sujetos y al ritmo de aprendizaje de cada uno, ya que toda tarea tiene un sinnúmero de variantes que podemos proponer.

Hay que tener en cuenta una serie de análisis que debemos realizar para poder elaborar una progresión abierta: análisis multifuncional del material, análisis de factores físico-motrices y perceptivo-motrices, análisis técnico y análisis de enlaces y combinaciones de habilidades motrices.

Realizando estos análisis podremos elaborar una correcta progresión abierta que nos permita dominar una habilidad motriz o perfeccionarla en el caso de que ya esté dominada utilizando siempre transferencias motrices. A la hora de realizar la progresión abierta hay que tener en cuenta los aspectos a seguir para que el proceso de enseñanza aprendizaje sea adecuado.

Hay niños o niñas que no tienen un nivel motriz adecuado para ciertas tareas o puede haber niños que estén lesionados, aun así, el proceso de aprendizaje es el mismo que el del resto de compañeros, si el niño lesionado es capaz de explicar cómo se realiza correctamente la tarea y

sabe explicar la técnica a seguir de una manera correcta ya ha adquirido el aprendizaje para realizar la tarea adecuadamente.

5.1. ANÁLISIS DE MATERIALES

El análisis del material nos aporta dos aspectos fundamentales, por un lado, nos posibilita una variedad de estímulos que favorecen el enriquecimiento motor, y por otro lado nos permite tener en cuenta el uso multifuncional de los mismos” (Abardía. F. 2018)

Suelo liso: Para los saltos no pondremos colchonetas en el suelo ya que en la fase caída puede ser peligroso debido a que el alumnado puede sufrir lesiones de tobillo, por lo tanto, los saltos los realizaremos en suelo duro y liso como puede ser el del patio o el de un gimnasio.

Materiales complementarios:

- Colchonetas: Para los alumnos que ya dominan la Habilidad Motriz del salto y vayan a saltar desde grandes alturas o distancias, se pondrá una colchoneta en el suelo para amortiguar la caída y que sea menos brusca.
- Bancos suecos
- Espalderas
- Obstáculos de colchonetas con formas
- Plinto
- Cuerdas
- Gomas
- Conos

Ropa: Es un factor que no es muy determinante a la hora de realizar la actividad, sin embargo, hay detalles que son importantes para nuestra seguridad y desempeño de la Habilidad Motriz. El pantalón debe ser un chándal, ya que es elástico y nos permitirá realizar cualquier movimiento con total libertad, es aconsejable que en la parte de la cintura sea estrecho para que esté bien sujeto y que las perneras no lleguen al suelo, pues esto podría provocar un resbalón si nos las pisamos. Respecto a la parte de arriba, las camisetas y sudaderas no deben tener las mangas largas porque necesitamos tener las manos libres en todo momento a la hora de realizar cualquier actividad física.

Calzado: Es importante que el calzado que utilicemos sean unas deportivas con las que el alumnado se sienta cómodo a la hora de realizar Educación Física. Para la Habilidad que vamos

a trabajar es aconsejable que el calzado tenga una suela acolchada, así en la realización del salto tendremos una caída más amortiguada, también es importante que las zapatillas estén bien sujetas al pie porque si están sueltas puede provocar torceduras de tobillo.

5.2. ANÁLISIS DE FACTORES

Este análisis se divide en dos partes; el análisis de factores físico-motrices, y el análisis de factores perceptivo-motor. El primero hace referencia a las capacidades físicas básicas, como son la fuerza, la resistencia, la velocidad, y la flexibilidad. El segundo hace referencia a las capacidades que tenemos al ponernos en contacto con nuestro entorno a través de los sentidos, como la percepción, el equilibrio, la coordinación, la lateralidad, el tempo, el tacto, la dosificación de impulsos, el cálculo de espacios, la anticipación del cálculo de la trayectoria, la disociación segmentaria (F. Abardía, 1998, p.28)

Estos factores nos van a permitir saber qué aspectos tengo que trabajar en cada una de mis actividades de forma específica e individualizada. Es necesario saber qué enseñar en la unidad didáctica para comenzar la adaptación o familiarización de la habilidad.

Factores físico-motrices

- Fuerza explosiva, ya que en el impulso se realiza una activación elevada o máxima en el tren inferior para despegar el cuerpo del suelo.
- Fuerza de resistencia en el tren superior y en el tren inferior dependiendo del número de saltos a realizar.
- Fuerza estática, sobre todo en los tobillos, en el momento de la caída, para mantener una postura correcta.
- Fuerza resistencia de musculatura estática general para el mantenimiento de las posturas en las recepciones.
- Flexibilidad de los músculos en función de la amplitud del salto que vamos a realizar.
- Amplitud articular relativa a las estructuras óseas que favorecen el impulso.
- Velocidad de reacción ante un posible estímulo que indique la inmediata ejecución de un salto.

Factores perceptivo-motrices

- Coordinación dinámica general de locomoción para desarrollar el salto con fluidez.

- Coordinación intersegmentaria en el momento de impulso, vuelo y caída en el movimiento de los brazos proporcionando el equilibrio necesario para la ejecución de este.
- Equilibrio estático en el que debemos adoptar una postura sin mover los puntos de apoyo.
- Equilibrio dinámico en el control del propio cuerpo en la fase de batida, impulso y caída al reincorporarnos variando los puntos de apoyo.
- Dosificación de impulso a la hora de ejecutar un salto en la que la caída debe ser en un lugar en específico sin perder el equilibrio.
- Percepción espacial si la fase de caída ha de ser en un punto en concreto (señal marcada en el suelo).
- Percepción temporal si el salto lo realizamos para evitar un objeto en movimiento (juego del relojito).
- Adaptación y reajuste corporal en función a la fuerza realizada, adaptando la postura.
- Simultaneidad de movimientos cuando realizamos un salto a la vez que un desplazamiento.
- Coordinación Estático-Clónica al mantener la postura en la fase de caída del salto.
- Cálculo de distancias.
- Sensación propioceptiva en la pérdida de equilibrio provocando un reajuste corporal.
- Centro de gravedad: Hay momentos en el que el CDG está más elevado o menos elevado y hay que tenerlo en cuenta para ejecutar de forma adecuada las posturas corporales.
- Coordinación de imágenes: Antes de realizar el salto visualizamos cómo lo vamos a ejecutar.

5.3. ANÁLISIS TÉCNICO

Una vez elaborado el análisis de factores podremos pasar al tercer análisis. Para poder llevar a cabo el análisis técnico de la habilidad motriz que queremos desarrollar, trataremos de desglosar por partes los diferentes segmentos corporales que intervienen en la acción. Después trataremos de ejecutar correctamente la acción motriz a través de los aspectos técnicos que tenemos que llevar a cabo con cada parte de nuestro cuerpo.

Este análisis técnico nos facilita el trabajo a la hora de elaborar una progresión de actividades para la consecución de la habilidad, pues podemos dividir el proceso de logro de la actividad en diferentes fases, donde trabajaremos los diferentes aspectos técnicos (contenidos conceptuales de tercer nivel curricular) que tiene que realizar nuestro cuerpo con actividades diversas, incidiendo de forma específica en cada aspecto técnico que tiene que realizar cada una de las partes que intervienen de nuestro cuerpo.

Cabeza:

- Mirada: Durante la ejecución de un salto, tenemos que mirar al frente para favorecer el mantenimiento del equilibrio.
- Oído interno: La concentración es importante a la hora de mantener el eje longitudinal del cuerpo.
- Oído externo: Para mantener una comunicación buena con nuestros compañeros a la hora de realizar un salto de manera conjunta.

Cuello y columna vertebral: Totalmente rectos ya que debemos mantener la mirada en un punto fijo para no desequilibrarnos. Aunque hay ciertos saltos en los que pueden sufrir ligeras desviaciones hacia los lados.

Tronco: Totalmente alineado con el cuello para no perder el eje longitudinal del cuerpo y con ello el equilibrio, activación de la musculatura de la pared abdominal (sobre todo en la fase de vuelo) para que la cadera no se desvíe del eje longitudinal y haya una pérdida de equilibrio, excepto en algunos saltos en los que se desviará ligeramente a los lados.

Brazos: Los utilizaremos en la fase de batida para generar un impulso mayor y en la fase de vuelo y caída para no desequilibrarnos. Los hombros en la fase de impulso tienen que realizar una extensión seguida de una flexión explosiva para ganar impulso.

Piernas: Debemos flexionar rodillas, cadera y tobillos para continuar con una extensión con activación de la musculatura del tren inferior de manera controlada (sobre todo cuádriceps y glúteo) en la fase de impulso. En la fase de vuelo colocaremos las piernas en función a la actividad que estemos realizando, intentando mantener una simetría con el resto de las

articulaciones. En la fase de caída se realiza una ligera flexión de tobillos, rodillas y cadera que faciliten la amortiguación y la estabilidad.

Pies: Deberán estar colocados paralelos y a la anchura de la cadera en la fase de caída, además se recepciona el peso del cuerpo sobre la mitad delantera del pie y no debemos apoyar toda la planta simultáneamente ya que eso podría generar lesiones en tobillos, rodillas, cadera y columna vertebral.

5.4. ANÁLISIS DE ENLACES Y COMBINACIONES

Este es el último análisis que realizaremos, conocido también como análisis temporal. Sirve para diseñar una gran variedad de actividades mediante enlaces y combinaciones con diferentes niveles de dificultad, proporcionando calidad a la progresión.

Para ello es interesante elaborar un listado con diferentes habilidades, permitiendo aprovechar habilidades motrices que se han trabajado en otras unidades didácticas y dando sentido a la globalidad de la motricidad.

Este análisis lo organizaremos en tres columnas donde valoraremos que otras habilidades nos interesa trabajar; la primera y la tercera columna serán los enlaces de habilidades (se dan antes y después), la segunda columna será la combinación de habilidades (se da al mismo tiempo).

La posibilidad de unir diferentes habilidades amplía el proceso de enseñanza- aprendizaje al ajustarse al nivel independiente de cada alumno. “La variedad de acción se amplía hasta los límites que uno necesite afrontar y dependiendo de los objetivos marcados” (Abardía, 2007, p.27).

ANTES (Enlace)	DURANTE (Combinación)	DESPUÉS (Enlace)
Correr	Saltar	Caer
Voltereta	Saltar	Correr
Equilibrio sobre un banco sueco	Saltar	Correr
Lanzar un objeto	Saltar	Voltereta
Tumbar, levantar	Saltar	Correr
Saltar (comba)	Girar	Saltar
Sentado	Levantar	Saltar
Entrar (a la comba)	Saltar	Salir
Impulsar	Saltar	Equilibrarse encima de un cajón
Saltar	Golpear	Caer

5.5. LA PROGRESIÓN ABIERTA

Una vez que ya hemos entendido el método AGM, teniendo en cuenta los cuatro análisis que lo componen, podremos pasar a elaborar una progresión abierta. Esta consiste en idear diferentes actividades ordenadas por dificultad, favoreciendo así el logro e interiorización de la actividad.

La secuenciación de las actividades dentro de la progresión abierta está determinada por tres factores según Abardía (2018):

- Dificultad en la asimilación de los esquemas motores: La experiencia motriz de los alumnos y el nivel de dificultad de los recursos creados.
- Complejidad Conceptual: Atendiendo a la capacidad cognitiva de los alumnos enlazando sus conocimientos previos con aquellos que queremos trabajar.
- Dificultad Técnica: En función de la complejidad de las subhabilidades que se ponen en juego en un determinado ejercicio

Cada actividad planteada debe enseñar algo a nuestros alumnos, y ese algo van a ser los contenidos conceptuales de tercer nivel curricular, los cuales van a estar muy relacionados con los aspectos técnicos. Los alumnos deben ser conscientes de su aprendizaje, y la progresión abierta nos debe responder a la pregunta ¿Qué enseñar?

La progresión, en primer lugar, va a permitir al alumnado familiarizarse con la actividad y luego ya, si es posible, tener un dominio y perfeccionamiento de la misma. En lugar de seguir un camino rígido de pasos, los ejercicios o habilidades se presentan de manera flexible, permitiendo que cada estudiante progrese según sus propias necesidades, capacidades y ritmo de aprendizaje. Este enfoque es especialmente útil porque individualiza el aprendizaje, fomenta la autonomía y permite mayor creatividad.

Por ejemplo, en el desarrollo de habilidades motrices, como el salto o el lanzamiento, una progresión abierta podría implicar que un estudiante pueda practicar diferentes tipos de saltos o lanzamientos según sus capacidades y que, una vez dominado un nivel, se le permita elegir el siguiente reto adecuado a su nivel de habilidad.

Una progresión nos tiene que permitir extraer de ella una U.D. apropiada para el curso que queramos y apta para todos los niveles de ejecución, favoreciendo el proceso de enseñanza aprendizaje.

Finalmente, la evaluación de una progresión se puede realizar mediante un circuito multifuncional. Es un método que permite evaluar al alumnado sin necesidad de hacer un examen teórico y de perder una clase práctica.

6. PROPUESTA DIDÁCTICA PARA 3^{er} CICLO DE E.P. DE LA HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA DE SALTO

6.1. INTRODUCCIÓN

Con la presente U.D. pretendo dar respuesta a la pregunta que posiblemente se hagan todas las personas que se lean mi progresión para la enseñanza del salto. ¿Cómo convertir esta progresión en una propuesta educativa que persiga el desarrollo integral del alumno? Entendiendo el desarrollo integral del alumno como el desarrollo de todas las capacidades que conforman su personalidad.

Estas son la capacidad afectiva, la capacidad motriz, la capacidad cognitiva y de inserción social. La U.D. está planteada para 3º ciclo de Educación Primaria, más concretamente para quinto curso, bien es cierto que, con pequeñas modificaciones, manteniendo en gran parte los aspectos metodológicos y organizativos, podría implementarse también en cualquier curso de Educación Primaria. Obviamente, cuanto mayor sean los alumnos, mayor será la dificultad de los ejercicios, pudiendo suprimir alguno de los ejercicios más básicos o empleándole menos tiempo a las diferentes etapas de la progresión.

6.2. JUSTIFICACIÓN CURRICULAR

Atendiendo a la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE) que se ha publicado en el BOE de

30 de diciembre de 2020 y el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

6.3. OBJETIVOS

A través de esta Unidad Didáctica los alumnos conseguirán los objetivos que se detallan a continuación; empleando para ello en ocasiones diferentes sesiones o una única sesión.

- Conocer los diferentes tipos de saltos.
- Distinguir las fases del salto.
- Coordinar los distintos segmentos corporales en el impulso.
- Realizar diferentes impulsos.
- Librar diferentes obstáculos.
- Realizar distintas recepciones.
- Adaptar el ángulo de impulso al tipo de saltos.
- Equilibrar el cuerpo en los distintos movimientos.
- Respetar las normas de seguridad.
- Respetar a los compañeros y sus distintos ritmos.

6.4. CONTENIDOS

Los siguientes contenidos educativos nos permitirán alcanzar los objetivos que nos hemos propuesto. Los he dividido en procedimentales, conceptuales y actitudinales:

Procedimentales

- Distintas acciones en la fase del vuelo: salto de objetos, de compañeros, esquivar objetos...
- Tipos de impulsos: con un pie precediendo al otro, con dos, rodillas flexionadas en distintos grados, movimiento acompañado de los brazos al movimiento corporal...
- Diferentes tipos de recepciones: con los dos pies, con un pie precediendo al otro, rodillas flexionadas.
- Amortiguación de las recepciones en diferentes superficies: blandas, duras, gruesas o delgadas...

Conceptuales

- Las distintas fases que forman el salto: fase previa, impulso, vuelo y batida.
- Los diferentes saltos: verticales, horizontales y salto de obstáculos.
- Términos relacionados: amortiguación, equilibrio, movimientos coordinados...

Actitudinales

- Respeto a los compañeros y sus diferentes ritmos de aprendizaje.
- Respeto los sistemas de ayudas
- Cuidan los materiales para que los aros no se partan y para no hacer daño a los compañeros con ellos.

6.5. COMPETENCIAS BÁSICAS

Durante la Unidad Didáctica se contribuirá al desarrollo de las competencias básicas que marca la LOE 2/2006 que se deben cumplir en la enseñanza primaria.

De las ocho competencias básicas que se estipulan las que se trabajan más concretamente son:

3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
4. Competencia de la información y competencia digital.
5. Competencia social y ciudadana.
7. Competencia para aprender a aprender
8. Autonomía e iniciativa personal.

6.6. METODOLOGÍA

Desde el enfoque actual de Educación Física, en esta unidad voy a utilizar una metodología en la que cuyas sesiones deben ser elaboradas de tal manera que exista un aprendizaje mediante la acción y la reflexión. Esta metodología ofrece una gran posibilidad educativa ya que la persona se desarrolla en su ámbito físico, personal y social, adaptándose a los ritmos de aprendizaje de cada individuo. Finalizando con la metodología del Circuito Multifuncional, que se utilizará en la última sesión de la Unidad Didáctica como herramienta de evaluación.

A lo largo de mis sesiones he desarrollado un proceso de aprendizaje guiado, en el que los niños descubren su propio aprendizaje, cómo mejorarlo y poder llegar así a alcanzar los objetivos marcados.

Considero que esta metodología es beneficiosa tanto para el maestro como para el alumnado ya que podemos adaptar las sesiones al ritmo de aprendizaje de cada alumno y cada uno aprender a su propio ritmo.

Espacios

Las actividades que se plantean desde los diferentes apartados se llevarán a cabo fundamentalmente en el patio o gimnasio.

Transversalidad

La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias previstas en el Perfil de salida del alumnado al término de la Educación Básica, teniendo siempre en cuenta su proceso madurativo individual, así como los niveles de desempeño previstos para esta etapa.

De igual modo, desde todas las áreas se promoverá la igualdad de género, la educación para la paz, el desarrollo sostenible y la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual. Asimismo, se pondrá especial atención a la orientación, la educación emocional y en valores y a la potenciación del aprendizaje significativo que promueva la autonomía y la reflexión.

Interdisciplinariedad

Con objeto de fomentar la integración de las competencias, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado y a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad.

6.7. MATERIALES Y RECURSOS

Material para el aula

Pelotas, conos, bancos, colchonetas, vallas, aros, cuerdas, pañuelos.

Basado en el Real Decreto 157/2022 de 1 de marzo del MEYFP

Perfil de salida descriptores operativos	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Indicadores de logro
STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3.	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	1.1. Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria llevando a cabo conductas responsables sobre la salud y el bienestar referidas a la higiene, la alimentación y los hábitos posturales. 1.2. Mejorar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física.	-Reconoce la importancia de la actividad física y se propone la práctica de ésta para el mejoramiento de la salud y la calidad de vida. - Conoce los principios nutritivos de una alimentación equilibrada y de la higiene personal. -Trabaja en forma armónica todas sus capacidades físicas, las cuales son condicionantes para un buen rendimiento físico.
STEM1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3.	2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	2.1. Elaborar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios si es preciso, durante el proceso, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido. 2.2 Resolver, analizar y valorar su actuación en situaciones lúdicas, juegos modificados, deportes alternativos y actividades deportivas, a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	-Realiza los saltos con la cuerda (cambiando de pie con desplazamientos etc.) de manera coordinada. Realiza los saltos de manera coordinada y con desplazamientos. -Identifica las zonas para la realización de las diferentes pruebas atléticas. -Realiza la carrera de obstáculos mostrando habilidad y destreza en su ejecución. -Realiza el salto largo con y sin impulso aplicando la técnica en su ejecución. -Identifica en el campo de juego las diferentes zonas, dimensiones, líneas, áreas y materiales de trabajo que se utilizan.

CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3, CE1.	3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	3.1. Iniciarse en actividades motrices, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándolas de forma asertiva.	B. Organización y gestión de la actividad física D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz.	-Participa activamente en las actividades programadas -Se motiva hacia la práctica deportiva reforzando la unión entre compañeros y compartiendo objetivos, intereses y experiencias en común. -Realiza los fundamentos técnicos del os deportes individuales y de conjunto mostrando habilidad y destreza en su ejecución. - Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en la práctica.
		3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, identificando las actuaciones de compañeros y rivales		
		3.3 Relacionarse mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto a la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, así como una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad de género		

CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC3, CE3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.	4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	4.2. Valorar el deporte como fenómeno cultural analizando críticamente los estereotipos de género o capacidad y los comportamientos sexistas que a veces suceden en su contexto.	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz. -	-Demuestra constante respeto, atención y esfuerzo durante el desarrollo de las clases de Educación Física. -Respeto su realidad corporal y la de los demás. -
		4.4 Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica		
STEM5, CPSAA2, CC2, CC4, CE1, CE3.	5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	5.2. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	B. Organización y gestión de la actividad física. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	-Respeto el material utilizado y el entorno donde se realiza la actividad. -Adopta medidas de responsabilidad durante los juegos para una buena realización de esta.
		5.3 Combinar con autonomía situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espaciotemporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.		

Competencias clave: **CCL** competencia en comunicación lingüística. **CP** competencia plurilingüe. **STEM** competencia matemática y competencia en ciencia y tecnología. **CD** competencia digital. **CPSAA** competencia personal, social y de aprender a aprender. **CC** competencia ciudadana. **CE** competencia emprendedora. **CCEC** competencia en conciencia y expresión cultura

6.8. EVALUACIÓN

Instrumentos de evaluación, autoevaluación y coevaluación:

Se podrá usar una rúbrica de evaluación, o una escala de participación y esfuerzo.

Para evaluar las destrezas comunicativas.

Para evaluar la autonomía personal y el trabajo cooperativo.

Para evaluar las destrezas básicas del salto.

Para evaluar las destrezas específicas del salto.

La evaluación consta de tres partes:

- **Evaluación inicial:** Se analizarán los conocimientos previos del alumnado mediante una actividad libre en la que el maestro observe y anote los aprendizajes con los que parten todos los niños antes de comenzar la Unidad Didáctica. Realizando esta evaluación permitimos elaborar nuestras sesiones teniendo en cuenta el nivel del que parte cada alumno.
- **Evaluación continua:** Se hará un seguimiento del alumnado observando y retroalimentándoles de manera inmediata, proporcionándoles comentarios positivos o sugerencias a mejorar, también anotando los aprendizajes que van adquiriendo, en este caso sobre el salto. Para ello hay que considerar tanto los aspectos técnicos como la motivación, esfuerzo y participación. Algunos criterios a observar serán, la técnica de salto, la coordinación, el aterrizaje controlado, la participación y la seguridad. Pudiendo intervenir en situaciones que sea necesario con el fin de garantizar una progresión adecuada en el aprendizaje.
- **Evaluación final:** Realizaremos esta evaluación en la última sesión de la Unidad Didáctica donde se evaluarán y se reforzarán todos los aprendizajes adquiridos a lo largo de las sesiones anteriores. A través del Circuito Multifuncional realizaremos la evaluación, además se realizará una autoevaluación al alumnado a través de unas preguntas elaboradas por el profesor.

6.9. ESTRUCTURACIÓN DE LA UNIDAD

Cuenta con 5 sesiones:

- Sesión 1: Los alumnos realizarán actividades en las que se trabajan diferentes fases del salto vertical y horizontal mediante actividades y juegos.
- Sesión 2: Los alumnos realizarán actividades en las que se trabaja el salto a la comba de manera cooperativa y jugando.

- Sesión 3: Realización de actividades y juegos en los que se trabaja el salto a la comba de manera individual.
- Sesión 4: Realización de juegos y actividades donde se desarrolla el salto de obstáculos.
- Sesión 5: Evaluación y autoevaluación por medio del Circuito Multifuncional de salto.

6.10. DESARROLLO DE LAS SESIONES DEL PROYECTO

SESIÓN 1: ¿Qué sé del salto? (Iniciación al salto)

- Materiales: metro en vertical pegado a una pared o espaldera

- **Momento de encuentro:**

En un primer lugar, en el aula, se explicará que empezamos un nuevo tema para que el alumnado se sitúe, y se explicará lo que se realizará en la clase, se irá al gimnasio con los niños donde se cogerá el material que se va a usar y seguidamente salimos al patio y se calienta.

- **Momento de construcción del aprendizaje:**

Una vez hemos terminado el calentamiento se realizará una serie de actividades en las que el alumnado trabajará diferentes aspectos que le ayuden en la iniciación al salto.

Actividad 1: Los alumnos y alumnas jugarán a “Mantente en muelle”, un stop que consiste en que el pillado tiene que mantenerse saltando como si fuera un muelle y tienen que salvarle tocándole la cabeza.

Actividad 2: Dividimos la clase en 3 grupos y realizarán el salto horizontal, en cada ronda se irá diciendo y explicando cómo tienen que realizarla.

Contenido conceptual: aprenden a realizar la fase de caída.

Actividad 3: Los alumnos y alumnas realizan el salto vertical

- **Momento de despedida:**

A continuación, se procede a asearse en el baño y se regresa al aula.

SESIÓN 2:

- Materiales: combas

- **Momento de encuentro:**

En un primer lugar, en el aula, el profesor repasará lo que hicimos en las sesiones anteriores y explicará lo que se realizará durante la clase, se procede a ir al gimnasio a por el material y seguidamente salimos al patio.

- **Momento de construcción del aprendizaje:**

Una vez hemos terminado el calentamiento se realizará una serie de actividades en las que el alumnado trabajará diferentes aspectos del salto.

Actividad 1: Los alumnos y alumnas jugarán al “Bosque encantado: ciervos, lobos y piedras”, juego en el que comienzan con los saltos.

Actividad 2: Salto a la comba por tríos, intercambiando los puestos.

Actividad 3: Los alumnos y alumnas deberán todos juntos saltar una comba en la que dos de ellos dan y los demás deberán entrar, dar dos saltos y salir, así hasta que lo hagan todos, luego otros dos que ya lo hayan hecho relevarán a los dos que han dado.

- **Momento de despedida:**

A continuación, se procede a asearse en el baño y se regresa al aula.

SESIÓN 3:

- Materiales: combas

- **Momento de encuentro:**

En un primer lugar, en el aula, el profesor repasará lo que hicimos en las sesiones anteriores y explicará lo que se realizará durante la clase, se procede a ir al gimnasio a por el material y seguidamente salimos al patio.

- **Momento de construcción del aprendizaje:**

Una vez hemos terminado el calentamiento se realizarán una serie de actividades en las que el alumnado trabajará diferentes saltos.

Actividad 1: Los alumnos y alumnas deben realizar salto a la comba de manera individual.

Actividad 2: Realizarán salto a la comba con desplazamiento de manera individual. Cada ronda se hará de diferentes maneras, a pies juntos, uno detrás de otro, a la pata coja...

Actividad 3: Por último, realizaremos carrera de relevos saltando a la comba por equipos.

- **Momento de despedida:**

A continuación, se procede a asearse en el baño y se regresa al aula.

SESIÓN 4:

- Materiales: vallas, bancos, conos, picas.

- **Momento de encuentro:**

En un primer lugar, en el aula, el profesor repasará lo que hicimos en las sesiones anteriores y explicará lo que se realizará durante la clase, se procede a ir al gimnasio a por el material y seguidamente salimos al patio.

- **Momento de construcción del aprendizaje:**

Una vez hemos terminado el calentamiento se realizarán una serie de actividades en las que el alumnado trabajará diferentes aspectos que le ayuden a seguir desarrollando esta habilidad.

Actividad 1: “Salta y ponte”, en 2 equipos, el primero que salta se pone delante de todos, los demás tendrán que ponerse como tortugas en el suelo, cuando el que salta haya saltado a la segunda tortuga, el primero se levanta y salta a los demás, cuando el que salta llega al final se pondrá en posición tortuga, y así hasta llegar al final.

Actividad 2: Salto de obstáculos, vallas y conos con picas, en diferentes posiciones. Haremos 3 grupos para cada recorrido e iremos rotando para que todos pasen por cada uno.

- **Momento de despedida:**

A continuación, se procede a asearse en el baño y se regresa al aula.

SESIÓN 5: Circuito multifuncional

- Materiales: bancos, combas, metro, conos, picas, colchoneta

- **Momento de encuentro:**

En un primer lugar, el profesor irá al gimnasio con ellos, donde se realizará el circuito ya que todo el material está ahí ubicado.

- **Momento de construcción del aprendizaje:**

A continuación, se le explicará al alumnado que se van a dividir en grupos y que se ha dividido el gimnasio en cinco estaciones por las que deben pasar todos, cada 6 minutos se cambia de estación.

La primera estación: salto a la comba, dos dan y uno entra al medio, da 5 saltos y sale, van rotando hasta que todos hayan saltado con entrada y salida.

La segunda estación: salto de longitud, cogerán un poco de carrerilla y tendrán que saltar encima de una colchoneta lo más lejos posible.

La tercera estación: salto vertical, saltarán lo más alto que puedan hacia arriba, uno de los compañeros será el que mire hasta donde llegan en un metro que es colocado en la pared o espaldera y estos irán apuntando sus resultados.

La cuarta estación: salto de obstáculos, en el suelo se colocarán una serie de obstáculos, que podrán ser bancos, colchonetas de formas, conos y vallas, y tendrán que saltar a pies juntos, bipodal y a la pata coja.

Por último, la quinta estación: salto de altura, se colocará una colchoneta grande y gorda, que tendrá a los lados unas barras fuertes que irán unidas por una cuerda atada a cada una, no se pondrá muy alta. Deberán coger carrerilla y saltar por encima de la cuerda, cayendo en la colchoneta.

Todos los alumnos deben realizar todas las actividades ya que después de acabar el Circuito Multifuncional, se les dará una hoja de autoevaluación que constará de cinco saltos en los que tendrán que ser sinceros y poner como creen que les salió, y cinco preguntas sobre la realización del salto en la que deben saber responder de manera escrita, ya que se han trabajado esos contenidos conceptuales a lo largo de todas las sesiones.

Mediante la realización del Circuito Multifuncional y la hoja de autoevaluación se obtiene la evaluación final.

- **Momento de despedida:**

Entre toda la clase se recogerán los materiales utilizados para la elaboración del Circuito Multifuncional, el alumnado se asea en el baño y se regresa al aula.

7. CONCLUSIONES

En este punto de mi proyecto daré unas conclusiones de lo que ha supuesto para mí la realización de este Trabajo de Fin de Grado.

Con su elaboración he podido plasmar y aplicar conocimientos que he ido adquiriendo a lo largo de mi formación universitaria, destacando la asignatura cursada el último curso llamada “Cuerpo, percepción y habilidad” que sin duda me ha sido imprescindible. He podido ampliar mis conocimientos en gran medida con la elaboración de la Fundamentación Teórica. Gracias a la realización de este trabajo he podido comprender la importancia que tiene la Educación Física siendo una de las áreas más completas. Este método me ha permitido indagar acerca de todo aquello que está involucrado en la enseñanza de una habilidad motriz como el salto, he podido investigar e incrementar mis conocimientos sobre este tema.

A lo largo de este trabajo, se ha logrado cumplir con los objetivos planteados inicialmente, proporcionando un enfoque integral sobre la habilidad motriz del salto, especialmente en el contexto de la educación primaria.

Las Habilidades Motrices Básicas son esenciales en el desarrollo integral del alumnado, es fundamental realizar un proceso de enseñanza-aprendizaje que se debe llevar a cabo de una forma adecuada y progresiva a lo largo de la etapa primaria. La enseñanza de las Habilidades Motrices Básicas adquiere una importancia muy elevada debido a que fomentan la capacidad afectiva y socializadora del alumnado, además de sus capacidades físicas, coordinativas, cognitivas y creativas. Estos aprendizajes son muy útiles ya que se pueden aplicar en la vida cotidiana, esta propuesta de trabajo del salto horizontal y vertical se puede llevar a cabo fuera de la escuela, en los momentos de ocio de los niños y niñas, ya que no implica un alto grado de competitividad y sus actividades tienen muchos tipos de enfoques con posibilidades enriquecedoras. La etapa de Educación Primaria es esencial para el alumnado, ya que en esta etapa los niños y niñas se forman para crecer como personas, por lo tanto, con la Educación Física se pueden enseñar unos valores básicos y esenciales para el desarrollo de las personas.

Se ha profundizado en los diversos tipos de saltos que son adecuados para ser implementados en el tercer ciclo de educación primaria. Estos saltos no solo se enfocan en el desarrollo físico, sino también en la mejora de la coordinación, el equilibrio y la fuerza, aspectos esenciales en el crecimiento motriz de los estudiantes de esta etapa.

El análisis detallado de las fases del salto ha permitido comprender cómo cada una de estas etapas contribuye al desarrollo técnico de la habilidad. La correcta ejecución de estas fases es fundamental no solo para mejorar el rendimiento en el salto, sino también para prevenir posibles lesiones y favorecer una progresión motriz adecuada.

Respecto al Análisis Global de Movimiento, es un método que se basa en el aprendizaje mediante el movimiento y de nuestro propio cuerpo, ofreciendo al alumnado una amplia experimentación. Una característica importante del AGM es que no hace falta ser un experto en la Habilidad Motriz que desees trabajar, ya que cualquier persona puede aplicar esta metodología a la habilidad que pretende trabajar y desarrollar una Progresión Abierta excelente para realizar un proceso de enseñanza-aprendizaje enriquecedor. Este método permite al profesor saber lo que enseñar en cada momento y lo que enseñar a cada individuo en particular, ya que nos podemos adaptar a los ritmos de aprendizaje de cada alumno o alumna individualmente, pudiendo desarrollar de esta manera la evolución motriz del alumnado, pero también el conocimiento de ellos sobre la habilidad trabajada mediante los contenidos conceptuales que elaboremos. El Análisis Global de Movimiento no solo se puede utilizar para la Habilidad Motriz del salto, sino que se puede utilizar para cualquier habilidad realizando su correspondiente análisis, posteriormente elaborando una Unidad Didáctica para adaptarla y aplicarla en el contexto en el que nos encontremos. Tengo que señalar, que no he conocido un planteamiento didáctico más completo para trabajar una Habilidad Motriz Básica.

Se ha diseñado una unidad didáctica que aborda de manera estructurada los aspectos teóricos y prácticos del salto. Este diseño incluye actividades específicas para cada fase de la habilidad motriz, adaptadas a las necesidades del alumnado, permitiendo una progresión coherente y estimulante. La unidad didáctica también promueve la motivación y la participación activa de los estudiantes, lo que facilita el aprendizaje significativo y la mejora continua de las habilidades motrices. Gracias a los enlaces y combinaciones también se pueden trabajar de manera conjunta

otras Habilidades Motrices, lo que favorece el desarrollo motriz del alumnado ya que recordamos aprendizajes adquiridos o iniciamos unos aprendizajes nuevos.

Por último, añadir que gracias a la realización de este Trabajo de Fin de Grado he podido conocer en profundidad la Habilidad Motriz del salto y la influencia que tiene dentro del desarrollo motriz del alumnado, considerándola una habilidad esencial y enriquecedora dentro de la Educación Física. No solo he aprendido a fomentar el aprendizaje significativo, siendo necesario tener en cuenta las particularidades del alumnado de manera individual y sus conocimientos previos, por lo que así obtenemos información acerca de las capacidades que tiene cada alumno o alumna en particular, sino que también han fortalecido mi capacidad para planificar e implementar actividades físicas adaptadas a las características y necesidades de los estudiantes de primaria.

8. BIBLIOGRAFIA Y REFERENCIAS

- Abardía, F. (2007). Método-AGM-de conducción de motos. Madrid: Sunday2012.
- Abardía, F., Abad, J, Santos, J. (2019). El fresbee como recurso en Educación Física a través del Análisis Global del Movimiento. Ed. Llum Neta S.L. – Palencia.
- Abardía, F. (2020-2021) Apuntes de la asignatura: Cuerpo, Percepción y Habilidad. Palencia: Universidad de Valladolid, Facultad de Educación de Palencia. Inédito.
- Abardía Colás, F. y Medina Sánchez, D. (1997). Educación Física de Base. Manual didáctico. Palencia: Asociación cultural cuerpo, educación y motricidad.
- BOCyL. (2022). Castilla y León: ORDEN EDU/1190/2022, de 30 de agosto, por la que se modifica la Orden EDU/1036/2018, de 24 de septiembre.
- Batalla Flores, A. (2000). Habilidades motrices. Barcelona: Inde.
- Blández Ángel, J. (1995) La utilización del material y del espacio en Educación Física. Propuestas y recursos didácticos. Barcelona: Inde.
- Blázquez Sánchez, D. (1990): Evaluar en Educación Física. Barcelona: Inde.
- Castañer Balcells, M. y Camerino Foguet, O. (1991) La Educación Física en la Enseñanza Primaria. Barcelona: Inde.
- Coba, E., Grañeras, M.: *Informe del sistema educativo español*, Ministerio de Educación, 2009.
- Contreras Jordán, O.R. (1998) Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona: Inde.
- De Castro Mangas, A. (2008) Juegos para Educación Física. Desarrollo de destrezas Básicas. Madrid: Narcea Ediciones
- Desrosiers, P. y Tousignant, M. (2005) Psicomotricidad en el aula. Barcelona: Inde.
- Devís Devís, J. (2001) (Coord). La Educación Física, el deporte y la salud en el siglo XXI. Alicante: Marfil.
- Devís Devís, J. (2000). Actividad física, deporte y salud. Barcelona: Inde
- Devís Devís, J. (1996): *Educación física, deporte y curriculum. Investigación y desarrollo curricular*. Visor. Madrid

- Fernández, J. M. (marzo de 2009). *La importancia de la Educación Física en la escuela*. Revista digital -Buenos Aires.
- La etapa de primaria <https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/sistema-educativo/educacion-primaria/>
- Martínez López, E.J. (2001) *La Evaluación informatizada en la Educación Física*. Barcelona: Paidotribo
- Mazzeo, E. y Mazzeo E. (2008) *Atletismo para todos. Carreras, saltos y lanzamientos*. Buenos Aires: Stadium
- Ministerio de Educación Cultura y Deporte (2004). *El Sistema Educativo español*. Madrid: MEC/D/CIDE. https://www.uv.es/ldecozar/Evolucion_Sistema_Educativo.pdf
- Ministerio de Educación Cultura y Deporte (2004). *El Sistema Educativo español*. Madrid: MEC/D/CIDE. https://uom.uib.cat/digitalAssets/202/202199_6.pdf
- Sánchez Bañuelos, Fernando (1997) *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos.
- Sánchez Buñuelos, F. (Coord.) (2002) *Didáctica de la Educación Física*. Madrid: Pearson Educación.
- Tangamanga, U. d. (s.f.). *UTAN. Importancia de la educación física y el deporte en la edad escolar*
- UCAM online University. 2019 <https://online.ucam.edu/blog/sabes-la-importancia-que-tiene-el-profesor-en-la-educacion-primaria>

9. ANEXOS

ANEXO 1. TABLAS DE DIFERENTES CLASIFICACIONES DE HABILIDADES MOTRICES.

La siguiente tabla es una lista con diferentes clasificaciones de Habilidades y Tareas Motrices según varios autores, esta lista la podemos encontrar en el libro de Díaz Lucea (1999).

Autor	Criterio de Clasificación	Clasificación
Poulton (1957)	Estabilidad del entorno: estable o inestable	- Cerradas - Abiertas
b. Knapp (1963)	Estabilidad del entorno (establece un continuo).	- Predominantemente habituales. - Predominantemente perceptivas.
Singer (1980)	Sistema de regulación	- Autorregulación - Regulación externa - Regulación mixta
Fitts (1975)	Estabilidad del entorno y la movilización de objetos.	- Persona y objeto inicialmente estáticos - Persona estática y objeto en movimiento. - Persona en movimiento y objeto estático. - Persona y objeto en movimiento.
Gentile (1972)	Condiciones del entorno y grado de intervención corporal	- Entorno estable o inestable. - Cuerpo estable o en movimiento
Sánchez Buñuelos (1975)	Inespecificidad/especificidad de la acción motriz.	- Habilidades y destrezas motrices básicas - Habilidades y destrezas motrices específicas.
Famose (1982)	Grado de definición de los componentes de la tarea.	- No definidas (tipos I, II y III). - Semidefinidas (tipos I y II). - Definidas (tipos I y II).
Cratty (1973)	Participación corporal y grado de precisión	- Globales - Finas
Diferentes clasificaciones de las habilidades y tareas motrices.		

