



# MÁSTER EN PSICOPEDAGOGÍA DEL DEPORTE FORMATIVO



# INTRODUCCIÓN

## INTRODUCCIÓN

# ¿Qué aprenderemos en este curso de psicopedagogía del deporte formativo?

- Conocer los datos elementales de la psicología del desarrollo en lo que respecta a la evolución de los intereses, personalidad, psicomotricidad e inteligencia.
- Conocer el papel que juega el técnico deportivo en la adquisición de habilidades futbolísticas por parte del jugador.
- Conocer los métodos y sistemas de enseñanza de las habilidades deportivas.

## INTRODUCCIÓN

Los primeros temas, más teóricas nos permitirán adquirir una base científica de conocimiento sobre psicología y pedagogía.

Los últimos serán más aplicables a vuestra tareas como entrenadores en la formación de deportistas

## INTRODUCCIÓN

Los primeros temas, más teóricas nos permitirán adquirir una base científica de conocimiento sobre psicología y pedagogía.

Los últimos serán más aplicables a vuestra tareas como entrenadores en la formación de deportistas

# **1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD**

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

### ASPECTOS GENERALES:

- La personalidad es una síntesis dinámica y relativamente estable de diversas maneras de ser y de actuar del individuo.
- Esta está constantemente relacionada con los factores orgánicos y los factores ambientales.
- La persona será más rica cuanto más rico sea el factor ambiental.

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

- El desarrollo de la personalidad no es un camino uniforme. Después de vivir un período de aceleración, le sigue otro de desaceleración. Este segundo periodo es el que provoca las crisis de desarrollo físico y posteriormente psíquico. Son periodos de indecisión y de reorganización que se van alternando en la vida de una persona.

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

- Las crisis del desarrollo son un enlace entre una fase evolutiva y otra.
- Tienen un elevado potencial formativo y son momentos en que el individuo está muy receptivo a las expectativas que puedan venir del exterior.
- Tal y como hemos apuntado anteriormente primero aparece una crisis física y posteriormente una psíquica.

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

- En el deporte infantil y el juvenil faltaría plantearse como objetivo primordial el hecho de contribuir al aprendizaje y el desarrollo del niño y del adolescente en detrimento de los éxitos deportivos.
- Se puede favorecer el desarrollo personal de nuestros deportistas desde las diferentes dimensiones de la persona:
  - ✓ La dimensión del desarrollo físico con el aprendizaje de habilidades técnicas y la mejora de la condición física.
  - ✓ La dimensión social favoreciendo las relaciones interpersonales y las nuevas amistades.
  - ✓ La dimensión psicológica a través del aprendizaje y la mejora de las características psicológicas.

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

### LAS ETAPAS EVOLUTIVAS:

Aunque existen diversas clasificaciones según el autor y los estudiosos de la psicología evolutiva, nosotros lo hemos resumido en cuatro grandes periodos. Estos no son rígidos, si no orientativos. Pueden variar en función del desarrollo del individuo:

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## 1. INFANCIA

a) Primera fase (0 a 3 años)

b) Segunda fase (3 a 6 años)

c) Tercera fase (6 a 12 años)

2. ADOLESCENCIA (12 a 16/16 años)

3. MADUREZ/ADULTO

4. VEJEZ

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

### LAS ETAPAS EVOLUTIVAS:

Aunque existen diversas clasificaciones según el autor y los estudiosos de la psicología evolutiva, nosotros lo hemos resumido en cuatro grandes periodos. Estos no son rígidos, si no orientativos. Pueden variar en función del desarrollo del individuo:

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

# PRIMERA INFANCIA (0 A 3 AÑOS)

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Es la etapa donde se producen los cambios más espectaculares de la vida de un niño.

### Desarrollo físico y motor:

- Primero evoluciona la cabeza y después las extremidades.
- Es un proceso continuo que no se para.
- El cuerpo no cambia uniformemente.
- Predominan las conductas filogenéticas (comer, orinar, llorar...)
- Esta etapa se inicia con movimientos muy globales y descontrolados (motricidad difusa) y acabo con movimiento muy finos.
- Al final del primer año empieza a tener una actividad motora coordinada y a los dos años es capaz de correr, subir y bajar escaleras...

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo cognitivo:

- Según Piaget, se llama inteligencia motora.
- Comienzan a aparecer los primeros esquemas mentales a través de la coordinación perceptivo-motriz.
- El niño construye sus estructuras mentales a partir de unos ajustes progresivos con el entorno.
- Comienza a saber que los objetos de su alrededor continúan existiendo a pesar de haber desaparecido de su vista.
- Se da cuenta que sus actos pueden influir sobre el entorno.

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo afectivo:

- Necesita un adulto que lo vigile constantemente para alimentarlo, protegerlo y haga de enlace con el mundo exterior.
- Un clima familiar afectivo positivo constituye el marco apropiado para el desarrollo de una personalidad sana equilibrada.

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo social:

- El niño recibe la influencia socializada de los seres humanos con los cuales establece la relación, pero a su vez influye sobre estos seres humanos y su comportamiento social.
- Estos procesos de interacción personal están en relación con su madurez, su inteligencia y afectividad.

# SEGUNDA INFANCIA (3 A 6 AÑOS)

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Se inicia su primer aprendizaje escolar y empieza a dominar con destreza su propio cuerpo y los objetos que le envuelven.

### Desarrollo físico y motor:

- Progresiva maduración del sistema neuromuscular. Aumenta la destreza en la ejecución de actividades físicas.
- Un elemento clave es la cantidad de experiencias que pueden realizar y asumir.
- A medida que el niño gana altura y fuerza también va perfeccionando sus destrezas y capacidades motoras. También se modifican las percepciones.
- El objetivo de esta etapa es adquirir un buen esquema corporal, orientación espacial/temporal, y dominar las habilidades motrices básicas (HMB)
- El lenguaje permite al niño utilizar las palabras para representar los acontecimientos.
- Comienza a desligarse la realidad y a recordar experiencias anterior a partir de la memoria.

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo cognitivo:

- Importancia del “YO”
- El niño ve el mundo a partir de su punto de vista único e irreversible.
- Todo existe a partir del “YO”
- Construye un mundo inconsciente y subjetivo. Él está en medio de la creación.
- El juego es el protagonista principal en la vida de un niño. La familia y la escuela son medios eficaces para el desarrollo social.
- Se inician en juegos cooperativos y al final disminuyen los juegos individuales.
- Importancia de la escuela. Es un hecho social.

# TERCERA INFANCIA (6 A 12 AÑOS)

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Se produce una constante rotura del equilibrio físico, no hay un crecimiento armónico.

### Desarrollo físico y motor:

- Entre los 6-7 años se produce un rápido crecimiento que rompe el equilibrio físico. El niño se hace más alto y tiene una figura más parecida a la de un adulto.
- A los 8-9 años se engorda y vuelve a equilibrarse.
- En esta etapa se desarrollan de forma articulada todos los esquemas motores de base, para afinar la coordinación.
- Empieza a dominar la propia motricidad. Los objetivos que nos podemos plantear son:
  - ✓ Adquisición de la autonomía personal
  - ✓ Estructuración del esquema corporal
  - ✓ Consolidación de las Habilidades motrices básicas (HMB)
  - ✓ Creación de una imagen corporal positiva
  - ✓ Inicio del desarrollo de las Habilidades motrices específicas (iniciación al deporte)

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo cognitivo:

- Piaget indica: “Pensamiento operacional concreto”.
- A partir de los 7 años su pensamiento es menos egocéntrico.
- Aumenta su vocabulario y sus posibilidades de expresión.
- El pensamiento se vuelve irreversible.
- Los niños son capaces de abstraerse y generalizar a partir de ejemplos particulares, pero su razonamiento está mucho más vinculado a lo que sucede a su alrededor.
- Se inicia en los juegos con reglas.
- Comienza a comprender el valor social de las reglas.

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo afectivo:

- Se inicia el concepto de autoestima (valoración de uno mismo)
- Los factores que intervienen son:
  - ✓ Sentirse aceptado por los adultos
  - ✓ Reglas de comportamiento
  - ✓ Autoestima de los adultos (imagen tranquilizadora)

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo social:

- Su socialización se va haciendo más independiente. Los compañeros empiezan a tener un papel importante.
- Es el primer paso hacia una relativa independencia.
- La seguridad que le dan sus conocimientos, el dominio del lenguaje y su expansión a nivel social, hace que deseen cada vez más tener un poco de independencia.
- Si el niño es estable emocionalmente, no ha de tener ninguna dificultad para asumir los cambios que se le aproximan.

# ADOLESCENCIA (12 A 17 AÑOS)

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Es un momento duro para la persona, que es consciente de sus cambios. Se está entre la infancia y la madurez. Es una nueva etapa de cambios fisiológicos encarados a la procreación.

Se explica que los problemas de los adolescentes están condicionados por tres motivos:

- Situaciones que se les exige (demandas profesionales o vocacionales)
- Ajustes fisiológicos (hormonas sexuales y del propio cuerpo)
- Inseguridad de tipo psicológico (ajustes de comportamiento, pautas sociales, laborales...)

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

### Desarrollo físico y motor:

- Cambios físicos provocados por el aumento de la producción de hormonas gonadotrópicas.
- Esta glándula estimula las gónadas y por tanto hace aumentar la producción de hormonas sexuales y el desarrollo de espermatozoides (testosterona) en los chicos y en los óvulos (estrógenos) en las chicas.
- Estas hormonas en combinación con otras del cuerpo, estimulan el crecimiento de los huesos y la musculatura, acelerando el crecimiento general.
- Los aumentos en la altura son producidos por un alargamiento de las extremidades, cuestión que provoca desequilibrios corporales.
- Este rápido crecimiento poco armónico hace que la figura del chico o chica acabe siendo poco agraciada.
- Realiza movimientos imprecisos, provocando inseguridad y timidez.

## 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

- Pero el hecho más remarcable en la adolescencia pasa por el inicio de la función sexual. En el chico de una forma más imperiosa y en la chica de forma más difusa y ambigua.
- Piaget: “Pensamiento operacional formal” (se consigue normalmente a los 15 años).
- Los individuos son capaces de realizar un razonamiento completamente abstracto y lógico. No necesita la percepción ni las experiencias concretas.
- Puede considerar no solamente una posible respuesta a un problema o una explicación, si no diversas posibilidades o soluciones al mismo tiempo.
- Tiene capacidad de adquirir y utilizar conocimientos llegando a su máxima eficacia.
- El nivel de funcionamiento intelectual adquirido en la adolescencia determinará en gran medida su futuro cognitivo adulto.
- Los adolescentes son unos grandes razonadores, pero poco razonables.
- Las transformaciones a nivel físico y cognitivo que se producen en esta etapa son la base de muchos cambios tanto a nivel psicológico como sobretodo emocionales. El cambio más relevante es el sentimiento de fractura en la continuidad del desarrollo de si mismo.
- El chico o la chica encuentra un estilo de vida, una forma de adaptación y presenta un carácter bastante complejo y sensible a cualquier influencia.

# 1. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

## Desarrollo social:

- Las relaciones sociales proporcionan la capacidad de explicitar las habilidades e intereses propios de su edad, compartiendo problemas y sentimientos similares.
- Las relaciones con los otros del mismo sexo y del opuesto, sirven de prototipo de las relaciones adultas posteriores.
- La naturaleza de los grupos evoluciona con la edad. Inicialmente empieza con su “grupo de amigos”, después comienza a interactuar con chicos/chicas.



TÉCNICO EN PSICOPEDAGOGÍA DEL FÚTBOL BASE

# MÁSTER EN PSICOPEDAGOGÍA DEL DEPORTE FORMATIVO



## **2. EL APRENDIZAJE MOTOR**

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### PRESENTACIÓN:

- En el tema anterior hemos visto cuales eran las diversas etapas evolutivas del ser humano y cuales eran sus características más destacadas en cada una de las áreas de la personalidad. En este tema intentaremos incidir sobre el hecho de cómo vamos evolucionando desde el punto de vista del aprendizaje.
- Entendemos como aprendizaje el cambio de conducta duradera, después de un periodo de experiencias realizadas por el sujeto. La palabra clave de este proceso es el “cambio de conducta duradera”, ya que es el elemento que nos hace evolucionar en nuestra personalidad. En el proceso que se produce para aprender un nuevo concepto, un nuevo procedimiento o una actitud, es vital la cantidad de experiencias vividas que tengamos al respecto y nuestro potencial individual, por tal de asimilar lo más rápido posible eso que queremos aprender.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### PRESENTACIÓN:

- En cuanto al aprendizaje motor de las diversas habilidades motoras, sean básicas o específicas, éste será más eficaz siempre que se realice en un clima relajado, nada represivo y basado en experiencias positivas anteriores. Cuanto más se automaticen estos aprendizajes motores, más abiertos estaremos para aprender otros nuevos.

# LA MADUREZ Y EL APRENDIZAJE

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

El desarrollo de la personalidad del individuo depende tanto de la maduración orgánica como de la acción producida por el aprendizaje. Des de el punto de vista de la maduración, entendemos que es el aspecto biológico de las modificaciones orgánicas y evolución del desarrollo psicológico durante toda la existencia.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

Entendemos igualmente como aprendizaje todo cambio o modificación duradera del comportamiento y de la personalidad después de una o más experiencias realizadas por el sujeto.

En el proceso de aprendizaje intervienen condiciones subjetivas relativas a todas las áreas de la personalidad y condiciones objetivas relativas a un ambiente sociocultural o a un particular ambiente-estímulo.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

Las formas fundamentales del aprendizaje son:

- ✓ Por imitación
- ✓ Por condicionamiento (o reflejos)
- ✓ Por ensayo y error
- ✓ Por intuición (insight)
- ✓ Por comprensión

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por imitación:

Es muy frecuente en los niños. A partir de la observación de la actuación de los adultos, de los compañeros, de las personas que hay a su alrededor, o bien por las actuaciones de los diferentes personajes que salen por ejemplo en la televisión. Son capaces de aprender una gama muy completa de movimientos o de comportamientos sociales.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por imitación:

En general los niños imitan más fácilmente aquellos modelos que tienen más prestigio que aquellos que no tienen reconocimiento. El más usual es que imiten actuaciones que han tenido más éxito y no aquellas que han estado un fracaso.

También es más normal que imiten aquellos comportamientos que los niños comprenden, que no los que no llegan a comprender.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por imitación:

Pero lo más destacable en este tipo de aprendizaje es, que no es necesario ahondar por tal de que el aprendizaje se establezca.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por condicionamiento:

El aprendizaje por reflejos condicionados se basa en el refuerzo, que puede ser positivo (en forma de recompensa) o negativo (castigo), y en la asociación entre un estímulo y una respuesta específica.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por ensayo y error:

Este tipo de aprendizaje necesita un tiempo para estabilizarse. En el niño llega a adaptar el comportamiento después de hacer una serie de intentos y después de haber eliminado todas las acciones o estrategias que no le llevan al resultado deseado.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por ensayo y error:

En la actividad motora y física permite aprender muchos movimientos específicos que no se podrían incorporar de otra manera. En la actividad motora raramente se aprende por medio de la observación y la comprensión del movimiento, ya que no son elementos suficientes para efectuar una acción motora eficaz.

El niño tiene necesidad de medir y de comprobar los movimientos, la velocidad, la fuerza. Todo esto lo comprueba equivocándose y volviendo a probarlo.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por intuición:

Este tipo de aprendizaje es muy rápido, tanto que parece inmediato. La persona que tiene una intuición hace un trabajo mental, durante el cual los esquemas, símbolos, recuerdos y también emociones, son rápidamente relacionados, afrontados y unidos en un tipo de pensamiento muy rápido y esencial.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por intuición:

Este aprendizaje se ayuda de una buena preparación de los conocimientos e informaciones asimiladas con anterioridad, aunque parezca que se haya olvidado.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por comprensión:

Se basa en el razonamiento, en la capacidad de coger los nexos lógicos y significativos entre las situaciones, los comportamientos y las ideas. En un primer momento los razonamientos de los niños se centran en aspectos parciales de la realidad y se basan en datos de aspectos formales de los sujetos o cosas que tienen más cerca.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Aprendizaje por comprensión:

Alrededor de los 5-6 años los pensamientos se vuelven más dinámicos, pero ligados a la realidad sensible, porque el niño tiene la necesidad de ver, de tocar o imaginar la realidad sobre la cuál razona.

En la adolescencia, el joven puede hacer operaciones mentales que no se refieren únicamente a la realidad, si no también a “posibilidades lógicas” puestas por el mismo pensamiento, de donde deduce las consecuencias.

# TEORÍAS DEL APRENDIZAJE MOTOR

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

Por tal de profundizar en las interpretaciones conductistas y constructivas del aprendizaje motor, sería bueno repasar las respectivas definiciones y, al mismo tiempo, establecer las diferencias.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Oxendine (1968):

*“Aprendizaje es el proceso por el cual la conducta se desarrolla y altera a través de la práctica y la experiencia”*

*“El aprendizaje motor se refiere a la adquisición de las habilidades que requieren los movimientos del cuerpo”*

Propone un sistema de “black box” o caja negra de tipo abierto, es decir, sin control de salida. En la definición se evidencia el binomio propio del conductismo, es decir, estímulo-respuesta, sin que se haga ninguna mención del proceso mental que se desarrolla para el aprendizaje, ya que no es observable ni, por tanto, cuantificable.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Oxendine (1968):

- Esta aproximación padece algunas inconsistencias:
- No explica todos los tipos de aprendizajes posibles
- Prevalece de forma absoluta el entorno delante de la herencia o los diferentes niveles de desarrollo
- Considera que el organismo reacciona pasivamente delante de los estímulos

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ Sage (1997):

*“El aprendizaje puede ser considerado como un cambio neuronal debido al resultado de experiencias con los estímulos ambientales. Es un proceso interno que implica cambios en el rendimiento no atribuibles a la maduración o a la fatiga. Las condiciones responsables del aprendizaje, en parte son internas y en parte son externas al individuo”*

*“El aprendizaje motor es la adquisición de una habilidad motora en un proceso en que el sujeto desarrolla un conjunto de respuestas motoras, en pautas de movimiento”*

El sistema también es de caja negra, pero del tipo cerrado, ya que se hace cierto eco del feedback o retroalimentación. Pese a todo, el más importante es la descripción que hace del proceso en sí, como una parte importante del aprendizaje. Conociendo este proceso, es decir, sabiendo como se aprende, podremos cumplir la máxima de aprender a aprender.

En la definición se recoge en definitiva, la participación global del individuo en el aprendizaje motor, no solamente bajo el aspecto físico, si no también del intelectual.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

# EL MODELO MARTENIUK PARA EL ANÁLISIS DE LAS TAREAS MOTORAS

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

Antes de desarrollar el mencionado análisis haremos una breve definición de tarea motora:

*“Es toda actividad determinada y concreta con un cierto grado de obligatoriedad y dirigida a un objetivo”*

- Para este autor la tarea motora se basa fundamentalmente en tres mecanismos: El de percepción, el de decisión y el de ejecución.
- Estos mecanismos están controlados por dos circuitos de feedback: El del conocimiento de la ejecución y el del conocimiento de los resultados.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

- Para poder entender mejor tanto el modelo como el rol correspondiente a cada uno de los mecanismos que lo componen, pondremos un ejemplo práctico. Pensemos en un jugador de fútbol en juego al cual acaban de enviarle un pase: Si no ha percibido correctamente la trayectoria no lo podrá controlar, y en este caso le habrá fallado el mecanismo de percepción.
- Supongamos que ha controlado el pase. Entonces puede pensar que se encuentra en una buena posición para chutar e intentar el chute, pero la decisión puede ser equivocado en el caso de ser fácilmente bloqueado por el defensa. En ese caso, habrá fallado el mecanismo de decisión.
- Finalmente, si ha podido chutar sin ser molestado, puede pasar que no marque por culpa de una ejecución técnica mala. En este caso habrá fallado el mecanismo de ejecución.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

Pondremos otro ejemplo para ver si tiene las mismas exigencias en otros deportes, como en este caso, el lanzamiento de martillo:

- Si nos paramos en el mecanismo de percepción veremos que nuestro lanzador no tiene ninguna presión en este sentido, lo máximo que ha de hacer es preocuparse de no agotar el tiempo asignado.
- En cuanto al mecanismo de decisión, en todo caso deberá realizar el modelo técnico de la forma más correcta posible y decidir si tira o no.
- Finalmente, en cuanto al mecanismo de ejecución, al lanzador se le exige una elevada coordinación neuromuscular para intentar ajustar el movimiento a un modelo técnico de rendimiento.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

- Si comparamos las dos tareas motoras observamos que entre estas hay diferencias muy significativas cuando los mecanismos de percepción y de decisión, a la vez que manifiestan casi la misma complejidad en cuanto al mecanismo de ejecución.
- Las conclusiones que se pueden extraer son, que a efectos de enseñanza, las tareas motoras han de ser clasificadas en términos de sus exigencias de aprendizaje, más que en función de sus parecidos o diferencias de carácter externo.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE PERCEPCIÓN

Es aquél a través del cual el individuo recibe toda la información que proviene del entorno por medio de los sentidos periféricos, y toda información que genera el propio movimiento a través de los órganos sensoriales de carácter kinestésico, a la vez que interpreta los estímulos mencionados, los evalúa y predice situaciones futuras a partir de los mismos...

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE PERCEPCIÓN

Para Knapp (1963) las tareas motoras se pueden considerar como predominantemente perceptivas o predominantemente habituales.

Entre las primeras se considerarán todas aquellas en que el individuo se ve mediatizado en su ejecución por los cambios que se producen en el entorno, ya que estos cambios son consubstanciales a la naturaleza de estas tareas (rugby, tenis, baloncesto...).

En las segundas, las condiciones del entorno son estables y el deportista las puede evaluar debidamente antes de tomar una decisión sobre la ejecución (salto, lanzamiento, 100m mariposa...).

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE PERCEPCIÓN

Poulton (1957) diferencia las tareas motoras en abiertas o cerradas, en función de los mecanismos de control del movimiento.

Para las primeras es imprescindible el circuito de feedback periférico o externo, ya que la información visual juega un papel preponderante (balonmano, hockey, voleibol).

Para las segundas, la ejecución del movimiento está controlado por los circuitos de feedback de carácter interno o propioceptivos (halterofilia, salto, gimnasia...).

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE PERCEPCIÓN

Podríamos hablar también de mapas motores rígidos, que corresponderían a las tareas predominantemente habituales y cerradas, y de los mapas motores elásticos, cuando nos referimos a las tareas predominantemente perceptivas y abiertas. Hay que tener en cuenta, pese a todo, que los rígidos, mientras dura su aprendizaje técnica, forman mapas elásticos, atendiendo las continuas modificaciones que padece su estructura. Cuando aprendemos a lanzar a canasta construimos un mapa rígido, pero cuando jugamos un partido de baloncesto y lanzamos a canasta, deberemos de utilizar un mapa flexible.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE PERCEPCIÓN

Finalmente, Billing (1980), señala que el grado de complejidad perceptiva de una tarea tiene que ser susceptible de ser valorada por el profesor, por tal de poder proceder al planteamiento de situaciones de enseñanza progresiva. Según el autor, el grado de complejidad de una tarea puede variar según:

1. El nombre de estímulos a los cuales se ha de prestar atención
2. El nombre de estímulos presentes
3. La velocidad y duración del estímulo
4. La intensidad del estímulo
5. La extensión en que el estímulo puede ser conflictivo o confuso

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

Es el medio por el cuál el individuo aplica su capacidad cognitiva a las necesidades que en este sentido le presentan las diferentes tareas motoras.

Una vez identificadas con precisión las características del entorno, deberá desarrollar una misión doble, según lo que explicamos a continuación:

- Encontrar en la memoria un plan de acción favorable (programa motor) a las condiciones de la situación particular. Esto implica la necesidad de que el individuo disponga de un buen nombre de programas motores ya experimentados y próximos a la actividad practicada.
- Una vez emitida una respuesta, la capacidad de evaluar la oportunidad de esta respuesta en términos de retroacción.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### LA MEMORIA MOTORA:

Es el almacén de experiencias pasadas, que influye tanto en la selección de los datos del conjunto de las informaciones sensoriales, como en la decisión de elección de los medios apropiados para responder a una situación.

#### EL PROGRAMA MOTOR:

Es un conjunto o serie de secuencias de movimientos automatizados, jerarquizados y organizados (subrutinas), que constituyen la respuesta más buena para conseguir un objetivo determinado.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

En el caso de las tareas predominantes habituales, se ajusta al máximo un modelo o serie de modelos de ejecución técnica eficiente, muchos decantados por la experiencia o por la investigación.

En el caso de las tareas predominantes perceptivas, se desarrolla un programa motor que contiene todos los parámetros necesarios para la producción de un movimiento único, pero que puedan satisfacer las condiciones (espacio-temporales) diferentes para cada realización de estos movimientos. También permite una adaptación progresiva en caso de error en la ejecución del movimiento.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

La complejidad de las tareas motoras que se refieren al mecanismo de decisión pueden ser clasificadas a partir de los parámetros siguientes:

1. Del número de decisiones a aprender
2. Del número de alternativas de la respuesta
3. De la rapidez con la que una decisión ha de ser tomada
4. Del grado de incertidumbre
5. Del nivel de riesgo físico
6. Del orden secuencial de las decisiones
7. Del número de elementos que hay que recordar

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### NÚMERO DE DECISIONES A APRENDER:

Es lógico pensar que a medida que se incrementa el número de posibles decisiones, se incrementará proporcionalmente el grado de dificultad de una tarea; lo veremos mejor a través de un par de ejemplos:

- Cuando un jugador de balonmano acaba de recibir un pase, puede escoger entre tres posibilidades, penetrar, pasar o lanzar a portería. En cambio un corredor de 100m, en la línea de salida, puede decidir salir o no salir, pese a que ésta decisión parecería ilógica, ya que se ha situado en la línea para correr. Es evidente que la primera tarea es más difícil desde el punto de vista decisivo que no la segunda.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### NÚMERO DE ALTERNATIVAS DE LA RESPUESTA:

Continuando con los dos ejemplos anteriores, si el jugador de balonmano ha optado por lanzar a portería, dispondrá de diversas alternativas para hacerlo: en suspensión, en estático...

Mientras tanto, nuestro corredor de 100m solo puede optar por correr por su calle, en la dirección y sentido reglamentario. La primera tarea continúa siendo más difícil que la segunda.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### RAPIDEZ CON LA QUE UNA DECISIÓN DEBE DE SER TOMADA:

Si el jugador de balonmano, penetra y arrastra a la defensa y un compañero suyo queda desmarcado y en consecuencia decide hacerle un pase, si no lo hace con rapidez perderá esta situación favorable y deberá volver a plantearse la situación en general.

Tomemos ahora como ejemplo contrario el de un portero, que dispone de todo el tiempo necesario para llevar a término su tarea.

Queda otra vez evidente cual es la tarea más complicada.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### EL GRADO DE INCERTIDUMBRE:

Manteniendo el ejemplo del jugador de balonmano y el del corredor de velocidad como ejemplos, el primero se encuentra en un entorno que varía continuamente y que le obliga a mantenerse atento a los estímulos pertinentes (contrarios, compañeros y balón), mientras que el segundo se encuentra en un espacio plenamente organizado del cual está casi absolutamente excluida cualquier incertidumbre.

Volvemos a encontrar nuevamente que la primera es más compleja que la segunda.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### NIVEL DE RIESGO FÍSICO:

El riesgo físico que se encuentra implicado en la ejecución de una tarea, ya sea objetiva o subjetiva, incidirá en el mecanismo de decisión, incrementando su dificultad.

No representará la misma dificultad de cada al mecanismo que nos ocupa la apertura de una vía de escalada en una pared inexplorada y considerada como inaccesible o el hecho de lanzar nuestra bola cuando jugamos a los bolos.

Pese a ellos, hemos de apuntar que las situaciones de riesgo subjetivo que se plantea en los inicios de un aprendizaje son superados cuando ya se domina la tarea en cuestión.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### ORDEN SECUENCIAL DE LAS DECISIONES:

Respecto a nuestro jugador de balonmano, veremos que las tareas no pueden presentar una secuencia fija de decisiones, si no que se deberá acomodar en cada momento tanto al reglamento como a los objetivos de la tarea (es decir, el gol), y combinar, entonces, los elementos de ejecución de forma diferente, ofreciendo una secuencia de decisiones de gran variabilidad.

Por el contrario, un saltador de altura, siempre realiza la misma secuencia de acciones y, por tanto, la serie de decisiones están ya tomadas: carrera, batida, franqueo y caída.

Evidentemente la primera tarea comporta más dificultades de aprendizaje respecto a la segunda.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE DECISIÓN

#### NÚMERO DE ELEMENTOS QUE SE DEBEN RECORDAR:

Finalmente es obvio que será más difícil la tarea de un boxeador, que a cada nuevo combate ha de memorizar las características de su rival, que no la de un lanzador de jabalina, que una vez realizado su aprendizaje no necesita memorizar elementos variables para operar con ellos durante la realización de la acción.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE EJECUCIÓN

En última instancia es el encargado de llevar a cabo el movimiento y el responsable de que el propósito de la tarea motora y el resultado del proceso, coincidan. Este mecanismo depende de la información que uno le aporte.

La complejidad de las tareas motoras a partir de las exigencias respecto a este mecanismo pueden ser:

1. Según el número de grupos musculares implicados.
2. Según la estructura del movimiento
3. Según la velocidad del movimiento
4. Según la precisión

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE EJECUCIÓN

#### SEGÚN EL NÚMERO DE GRUPOS MUSCULARES IMPLICADOS:

Es evidente que presentará más dificultad de aprendizaje hacer un doble mortal con tirabuzón desde el trampolín, que no un tiro libre en baloncesto.

El motivo de esta diferencia radica en el hecho de la cantidad de músculos implicados y también la intensidad con la que se implican, es mucho más grande en la primera que en la segunda.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE EJECUCIÓN

#### SEGÚN LA ESTRUCTURA DEL MOVIMIENTO:

Entendemos como tal a la organización jerárquica que implica la movilidad de unos músculos concretos en un orden secuencial determinado y con una cierta intensidad.

Obviamente, cuando esta estructura sea compleja, como por ejemplo en el caso de un saltador de pértiga, será más difícil aprender que en el caso de un corredor de 100m, especialidad que dispone de una estructura de movimiento mucho más amplia.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE EJECUCIÓN

#### SEGÚN LA VELOCIDAD DEL MOVIMIENTO:

Al igual que en los dos apartados anteriores, y directamente ligados al grado de complejidad de la tarea que hay que realizar, la dificultad del aprendizaje irá incrementándose en un continuo, que va desde las tareas con poca exigencia de velocidad hasta las que son más exigentes en este aspecto.

En las primeras el incremento de la velocidad será un factor más cuantitativo (ligado a la condición física) que cualitativo, por ejemplo la tarea de un corredor de 100m lisos.

Mientras, en las segundas, el incremento de la velocidad será un factor cualitativo, ya que el límite vendrá dado por la capacidad de control neuromuscular del movimiento, es decir, la coordinación. Un ejemplo sería la velocidad durante su carrera de un saltador de altura, mucho más lenta de lo que es capaz por tal de poder hacer una batida en condiciones.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ EL MECANISMO DE EJECUCIÓN

#### SEGÚN LA PRECISIÓN:

La precisión es otro de los elementos que determina el nivel de coordinación muscular implicado en la realización de una tarea motora. Cuando aumenta el grado de precisión requerido para una tarea, aumenta el grado de complejidad de la misma.

Para demostrarlo, comparad las diferencias de aprendizaje que hay respecto a estos temas entre un corredor de 1.500m y los componentes de un equipo de relevo de 4x100m.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

# ASPECTOS CUANTITATIVOS QUE PUEDEN INCIDIR EN EL APRENDIZAJE DE LAS TAREAS MOTORAS

Si hasta ahora hemos analizado los aspectos cualitativos, dedicaremos unas cuantas líneas para hacer una breve mención de los aspectos puramente cuantitativos.

Los aspectos que se refieren a factores hereditarios, como el tiempo de reacción, la composición y nombre de fibras musculares, el biotipo... nos pueden servir para orientar a los alumnos para ver el tipo de actividad física que les puede venir mejor.

Por otro lado hace falta observar que existe una especie de relación entre aprendizaje y condición física. Si el aprendizaje puede mejorar la condición física, también es cierto que no se realizará un buen aprendizaje sin una mínima condición física. Este aspecto lo hemos de tener muy en cuenta cuando preparemos la progresión en el aprendizaje de las tareas motoras.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

# CIRCUITOS DE FEEDBACK

Una vez se inicia la respuesta motora, el individuo dispone de una información que le permita interpretar su grado de adecuación. Esta información se llama feedback, y el control del movimiento se basa íntegramente.

Marteniuk distingue dos tipos de feedback:

- **Conocimiento de la ejecución:** Información que el individuo recibe durante la ejecución del movimiento referida a la manera como se está llevando a cabo. Se basa en las sensaciones de los receptores propioceptivos (presión, tacto, oído...) y también en los de tipo cenestésico (receptores de Golgi).
- **Conocimiento de los resultados:** Información que recibe el individuo durante la ejecución sobre la adecuación entre el objetivo previsto y el resultado obtenido. Esta información viene dada principalmente por los sentidos de la vista y oído.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

# CAMBIOS QUE SE PRODUCEN EN EL APRENDIZAJE MOTOR

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

Según el libro de Joan Riera; “Aprendizaje de la técnica y táctica deportiva” (1989, Ed.Inde), los cambios que se producen durante el proceso de aprendizaje son los siguientes:

1. Cambios neuronales
2. Cambios perceptivos y motores
3. Cambios personales
4. Cambios de relación con el entorno.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ CAMBIOS NEURONALES

Son los cambios que se producen al aprender una habilidad, en los circuitos nerviosos. También se producen cambios a nivel de las estructuras básicas de nuestro organismo. Pero estos cambios, tanto el maestro como el alumno no los pueden observar ni tampoco incidir directamente. Se da por hecho que todos los alumnos disponen de medios para retener la experiencia.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ CAMBIOS PERCEPTIVOS Y MOTORES

Cuando un niño aprende una habilidad, tiene que haber adquirido anteriormente un seguido de elementos mínimos para poder iniciarse en aquella acción motora, como puede ser la fuerza y un mínimo de coordinación de movimientos.

Si progresa en el dominio de la habilidad, entonces probablemente se producirán cambios importantes en las propiedades de los músculos que además intervienen en la tarea y también posiblemente en su sistema cardiorrespiratorio.

Tendrá más fuerza para hacer la acción técnica con más velocidad e incrementará su resistencia para realizar la acción durante periodos más largos.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ CAMBIOS PERCEPTIVOS Y MOTORES

Por tanto, podemos concluir que el aprendizaje puede comportar cambios motores muy claros en un inicio, y además hasta casi imposibles de ver en las etapas posteriores.

Al mismo tiempo también se producen cambios de tipo perceptivo. La capacidad de discriminación perceptiva del alumno, visual, auditiva, táctil y/o cenestésica aumentará.

Cuando un alumno ya domina con destreza puede responder a pequeñas variaciones de estímulos, tanto internos como externos. Estos cambios perceptivos suelen ser menos visibles que los motores y no siempre son observados por el entrenador.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ CAMBIOS PERCEPTIVOS Y MOTORES

Por tal de que se pueda iniciar un aprendizaje motor, el alumno tiene que disponer de unas condiciones suficientes en sus sistemas perceptivos y de respuesta que se ven alterados durante el proceso de aprendizaje.

De todos modos no se pueden confundir los cambios motores y perceptivos con un incremento de su funcionalidad motora, ya que para que exista aprendizaje es necesario que se haya producido una nueva forma de relación con el entorno.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ CAMBIOS PERSONALES

La mayoría de los niños que aprenden acciones motoras son capaces de extraer consecuencias positivas y negativas de su actuación, de incrementar o deteriorar la confianza en los mismos, de motivarse o desmotivarse según como haya sido su actuación en el aprendizaje de las nuevas acciones.

El alumno primero de todo es una persona, y como tal modifica su comportamiento a partir de las condiciones y de las situaciones de cada tarea. Por tanto, el técnico tiene que estar atento a la elaboración de una programación en que se favorezca la satisfacción por el esfuerzo del jugador y por su progreso individual.

Conseguir que el niño tenga confianza en sus posibilidades, en sí mismo, es tanto o más importante que conseguir un nivel de habilidad elevado en el aprendizaje de una acción motora.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ CAMBIOS DE RELACIÓN CON EL ENTORNO

Los cambios de relación con el entorno que se producen constituyen un elemento esencial del aprendizaje, y estos se producen durante todo el proceso de adquisición.

Cuando un niño empieza a aprender una acción motora, comienza a establecer unas relaciones con el entorno de forma muy general e inestable, y ejecuta sus acciones de una forma imprecisa delante de condiciones ambientales poco concretas.

Poco a poco podrá ajustar mejor sus sistemas perceptivos y de respuesta de forma más regular y específica a cada cambio de las condiciones del entorno. Las relaciones cambian durante el aprendizaje y pasan de la inestabilidad a la constancia y de la atención exclusiva al automatismo.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

# LOS REQUISITOS DEL APRENDIZAJE MOTOR

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

La facilidad más grande o más pequeña de aprender movimientos por parte de un niño de siete años como uno de once está ligado a muchos factores: motivación, edad, las experiencias precedentes, la predisposición, los modelos, la inteligencia, los procedimientos de enseñanza, los métodos, el maestro, los medios utilizados...

La experiencia del movimiento puede transformarse en aprendizaje siempre que se satisfagan las condiciones siguientes:

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ IDONEIDAD DEL NIÑO A UN CIERTO APRENDIZAJE MOTOR

Solo si se ha conseguido un grado suficiente de maduración neurofisiológica y de desarrollo de las funciones perceptivas y cognitivas, conjuntamente con una cierta cantidad de competencias motoras, el niño puede estar predispuesto a aprender habilidades cada vez más complejas.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ DISPONIBILIDAD DEL NIÑO PARA APRENDER Y REALIZAR LA EXPERIENCIA MOTORA

Solo si el niño está motivado para la actividad física, para sus formas de instrucción y es capaz de evaluar los resultados de su movimiento, existe la condición por la cual buscará mejorar su habilidad, influyendo en la adquisición de nuevas estructuras motoras.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### ✓ OPORTUNIDADES DEL NIÑO PARA APRENDER

Es necesario que el ambiente donde está situado el joven deportista valore positivamente lo que hace, y al mismo tiempo tenga una opinión positiva de la actividad física. Igualmente hace falta que el técnico deportivo cree las condiciones necesarias para la transmisión de técnicas y habilidades deportivas.

## 2. EL APRENDIZAJE MOTOR

### RESUMEN:

Una vez definido el concepto de aprendizaje como “todo cambio o modificación duradera del comportamiento y de la personalidad después de una más experiencias realizadas por el sujeto”, hemos analizado cuales son las formas fundamentales de aprendizaje:

Estas son por imitación, por condicionamiento, por ensayo y error, por intuición y por comprensión.

Todos los aprendizajes motores para evolucionar en otros más complejos necesitan estar apoyados en otros aprendizajes anteriores. Cuando el deportista se enfrenta a nuevos estímulos necesita adaptar su respuesta mediante el efecto de transferencia

También hemos analizado los cambios que se producen cuando se lleva a cabo un aprendizaje nuevo. Estas modificaciones pueden ser del tipo nervioso, perceptivo, personal y de relación.

Pero antes de realizar cualquier tipo de proceso de aprendizaje necesitamos unos requisitos previos, como pueden ser que idoneidad tiene el niño para ciertos aprendizajes, que predisposición tiene y que experiencias ha tenido el sujeto delante de una nueva habilidad.



# MÁSTER EN PSICOPEDAGOGÍA DEL DEPORTE FORMATIVO



# **3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE**

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### PRESENTACIÓN:

- El elemento que nos impulsa a realizar cualquier tipo de actividad sea del tipo físico o cognitivo, se llama motivación. En el mundo del deporte las motivaciones las clasificaremos como primarias o secundarias:
- Las primarias tienen como elementos básicos: El juego y la competitividad.
- Las secundarias, en cambio, afectan aquellas áreas de la personalidad que están relacionadas con las interacciones que tiene el deportista con el entorno que le envuelve.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

# LAS MOTIVACIONES GENERALES

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

El concepto motivación lo entendemos como aquél agente fisiológico emotivo y cognitivo que organiza el comportamiento individual hacia una finalidad. El término motivación se acompaña de palabras como necesidad, deseo o interés, refiriéndose a manifestaciones orgánicas energéticas, afectivas y cognitivas.

Las motivaciones se pueden clasificar en tres categorías:

1. Psicofisiológicas
2. Psicodinámicas
3. Psicosociales

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICOFISIOLÓGICAS

Motivaciones fundamentales que dependen de exigencias biológicas, como pueden ser el hambre, la sed o la pulsión sexual. También son de esta categoría las motivaciones propias de la organización nerviosa antropomórfica: La necesidad de actividad, de manipulación y de exploración perceptiva.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICODINÁMICAS

Su naturaleza afectiva es la traducción de las pulsiones sexuales y agresivas a nivel de la vivencia personal. Son plasmadas por las experiencias diversas y concretas de relación con el entorno familiar.

- Durante el desarrollo afectivo, estas pulsiones atraviesan innumerables vicisitudes típicas:
- La interiorización de los “objetos” sobre los cuales se han proyectado
- El conflicto con las normas internas
- La adecuación del principio de la realidad a las reglas y las prohibiciones.

La motivación sería el resultado de un compromiso entre la carga de pulsión originaria y la mediación de la personalidad y sus instancias con la realidad.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICOSOCIALES

Son el reflejo interiorizado (según algunos, aprendido conscientemente) de los modelos de comportamiento, de los valores, de las actitudes y las opiniones que el individuo absorbe durante el largo proceso de socialización primaria (familia, personas de su misma edad) y secundarias (escuela, trabajo, medios de comunicación).

La cultura contribuye a sedimentar en el individuo las normas, las consciencias y los valores que originan los gustos, las necesidades y los intereses y, por tanto, las motivaciones.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICOSOCIALES

Las motivaciones psicosociales son sin duda las más importantes, porque hacen de intermediarios de los otros dos tipos de motivaciones que hacen referencia a todo el comportamiento humano. Estas motivaciones son muy importantes para el técnico a causa de la plasticidad que tienen y de la facilidad con la que se pueden modelar y dirigir.

Todo aquello que se recuerda y se piensa tiene a reconducir las motivaciones humanas hacia aquello que el individuo ve, recuerda o imagina. Lo que el individuo conoce resulta mediatizado no tan solo por los órganos de los sentidos, si no también por el sistema que interpreta la información sensorial.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICOSOCIALES

En una situación concreta, el proceso de motivación que se da en el individuo no es fácilmente perceptible por un observador externo y puede que ni por el propio individuo. El mismo hecho se puede manifestar con una variedad de comportamientos, a veces contradictorios entre ellos.

El técnico deportivo tiene que saber encontrar motivaciones válidas para cada deportista. Estos serán diferentes en cada persona según la edad, el sexo, la clase social, las experiencias y el nivel cultural. El comportamiento del hombre que hace deporte no deja nunca de sorprender y de crear interrogantes:

¿Cuál es por ejemplo el mecanismo interior que empuja a las personas a afrontar fatigas, riesgos, situaciones conflictivas y que a la vez les proporciona diversión y satisfacción?

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICOSOCIALES

El conocimiento de las motivaciones puede hacer entender a cada técnico como la orientación y la persistencia de un determinado comportamiento se pueden guiar, ayudar y favorecer siguiendo las necesidades concretas del joven.

Hay autores que identifican las motivaciones como internas y externas, entendiendo las internas como aquellas que nacen del mismo sujeto y las externas como las que estimulan desde fuera al sujeto.

En este tema de la motivación hacia la actividad física y el deporte los clasificaremos en dos grupos:

1. MOTIVACIONES PRIMARIAS
2. MOTIVACIONES SECUNDARIAS (FACTORES DE LA PERSONALIDAD)

Las primeras tienen que ver con el juego, y son comunes a todos los deportistas. Estas motivaciones están referidas sobre todo a las esferas psíquica, cognitiva y emotiva.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ MOTIVACIONES PSICOSOCIALES

Las primeras tienen que ver con el juego, y son comunes a todos los deportistas. Estas motivaciones están referidas sobre todo a las esferas psíquica, cognitiva y emotiva.

Las motivaciones secundarias se refieren a las esferas psicosocial (factores de la personalidad), cultural y socioeconómica. Presentes, o bien como variables subjetivas e interpersonales, o bien como condiciones externas pero siempre relativas a la elección consciente o no tan consciente del individuo.

El individuo está más ligado a un deporte cuando más grande sea la posibilidad de realizarlo, a través de esta actividad, las motivaciones que le son más importantes por intensidad y naturaleza.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

# MOTIVACIONES PRIMARIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

El juego y la competitividad son las motivaciones primarias que caracterizan el deporte. La actividad deportiva infantil debe contener más juego que competitividad.

En la adolescencia los componentes del juego son menos buscados, ya que en el joven prevalecen las ganas de medirse a sí mismo. El elemento competitivo del deporte se convierte, entonces, en un factor de importancia decisiva.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ EL JUEGO

El juego es una exigencia fundamental común a todos los individuos de los dos sexos y de cualquier edad. El deporte es un juego y además un juego institucionalizado, en el que se puede seguir el rastro de expresiones lúdicas ritualizadas, organizadas y culturalmente con finalidades sociales gracias a profundas vivencias afectivas y por necesidades cognitivas explícitas.

El carácter del juego viene dado por:

- Elementos de incertidumbre parcialmente controlable en el que la emoción puede estimular la aleatoriedad de la situación y la posibilidad de vivir la situación con una agradable ansiedad y con un riesgo medido.
- Una normativa sencilla y aceptada por todos.
- Una condición en que el individuo puede vivir en términos simbólicos (culturales y emotivos) una realidad ficticia capaz de satisfacer unas necesidades emotivas.
- Tipo de motivaciones presentes en el juego.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ EL JUEGO

El placer que un niño puede obtener de una actividad de animación deportiva se ha de unir con una situación de juego en la cual se satisfagan las necesidades de movimiento (biopsíquicas) y las de relación (psicosocial).

Si el animador deportivo es consciente de esto debe de procurar programar la actividad diversificando ampliamente los ejercicios de manera que resulten siempre nuevos y estimulantes y también organizando los mismos en un momento de relación satisfactorio.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### LA MOTIVACIÓN BIOLÓGICA HACIA EL JUEGO:

El juego es al mismo tiempo una actividad biológica dirigida y utilizada por el individuo para restablecer el equilibrio neurodinámico mediante una descarga motora.

Estudios recientes indican que el organismo no tiende solo a reducir los impulsos internos o a crear una tranquilidad, si no más bien a buscar activamente nuevos estímulos.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### LA MOTIVACIÓN COGNITIVA HACIA EL JUEGO:

Se puede definir como una búsqueda activa de las condiciones que permiten al individuo la comprensión, el control, y la modificación de las situaciones de vida respecto a la adaptación al medio y a la resolución de problemas que este proceso conlleva.

Estas motivaciones se manifiestan en situaciones que van desde la pura exploración del medio hasta la actividad imaginaria de tipo ideológico y motor, es decir, hasta la manipulación real o fantástica de los objetos y al dominio del cuerpo.

Estas exigencias de exploración implica a las funciones senso-perceptivas e intelectuales, que encontramos la primera verificación y el primer desarrollo en la experiencia psicomotora, que serán base de todos los estadios sucesivos de aprendizaje y desarrollo de la inteligencia.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### LA MOTIVACIÓN COGNITIVA HACIA EL JUEGO:

Cualquier actividad deportiva asegura una gran cantidad de aportaciones perceptivas y de memoria: visuales, auditivas y táctiles.

Al lado de la exploración y del enriquecimiento de la experiencia cognitiva, por medio del juego, el individuo busca la experimentación y repetición de situaciones de aprendizaje conjuntamente a los actos cognitivos ligados a la imaginación y la resolución de problemas.

El joven, visto desde este aspecto, permite descubrir nuevas posibilidades para obtener un resultado nuevo y original.

En cualquier sentido el deporte manifiesta esta necesidad cognitiva a través de la continua invención de disciplinas técnicas, cambios y oportunidades en que aparece el elemento creativo, o bien como necesidad dominante, o bien como necesidad secundaria menos perceptibles (como el remo o las carreras de fondo, en que el elemento de experimentación creativa se da más bien en el plano táctico y psicofísico).

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### LA MOTIVACIÓN COGNITIVA HACIA EL JUEGO:

El técnico deportivo debería de saber que el juego y la actividad física en el niño están sometidos a las necesidades de la imaginación y de la fantasía.

La expresión lúdica, sobre todo si se deja libre (pero también si se organiza), siempre resulta rica en potencial creativo individual, ya que el niño debe inventar, por medio de la gestualidad y del uso de esquemas motores, nuevos comportamientos capaces de establecer una modificación continua de la acción en relación con el mundo que le envuelve.

Sobre todo durante la pre adolescencia la practica deportiva debe ser organizada, propuesta y enriquecida con elementos de juego con carácter cognitivo; si no se hace de esta manera es correr el peligro de saturar rápidamente el interés del niño y hacer disminuir con la misma rapidez su motivación.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### LA MOTIVACIÓN AFECTIVA HACIA EL JUEGO:

La práctica deportiva acoge y racionaliza las pulsiones emotivas y hace que el juego pueda convertirse en una actividad seria que esconde sus profundas implicaciones afectivas.

Una gran parte de las motivaciones son desconocidas para el mismo individuo y están unidas a dinamismos afectivos que son extraños en su consciencia, pese a tener un papel importante en la orientación del comportamiento.

Por tanto, el deporte tiene una función aseguradora, ya que permite liberar cargas emotivas importantes por medio de la fantasía y de la actividad física. Al mismo tiempo permite al niño probarse y experimentarse en el plano de las propias capacidades y reconocerse como individuo poseedor de una corporiedad.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### LA MOTIVACIÓN AFECTIVA HACIA EL JUEGO:

El juego, sobretodo deportivo, implica aventura, entendida como persecución de situaciones que pueden provocar ansiedad y que se han de dominar. Hoy en día cada vez se tiene más a tribuir un valor positivo al estado de excitación emotiva cuando se encuentran sistemas de gratificación y de desahogo.

Igualmente la dramatización del riesgo, juntamente con el control de la ansiedad y la autoafirmación por medio de la prueba, es el mecanismo psicológico que explica los elementos emotivos que empujan hacia los deportes que provocan mucha ansiedad.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA COMPETITIVIDAD

La competitividad es el comportamiento racional, específico, intencional y culturalizado del dinamismo agresivo.

La agresividad la elabora el niño en base de los modelos de acción competitiva propuesto por el grupo de la misma edad y por la sociedad adulta, y sobretodo la base de los estilos educativos vividos dentro de la familia.

Algunas investigaciones han demostrado que en las familias que imparten una educación demasiado permisiva o incoherente y/o represiva hay más agresivos. La elección de un estilo pedagógico por parte de la familia no es casual, si no que va unido a la historia personal de los padres y los valores propios de la cultura en que viven.

Los mecanismos de inhibición de la agresividad se basan en la capacidad de identificación del sujeto con el otro.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA COMPETITIVIDAD

Como sabemos, el deporte es un dispositivo social que permite institucionalizar, de manera simbólica y ritualizada, el modelo de comportamiento competitivo propio de nuestra cultura y nuestra civilización.

La competitividad es, por tanto, la manifestación madura, constructiva y creativa de la agresividad, utilizada culturalmente para la autorrealización de un individuo.

Hay dos creencias pedagógicas sobre el refuerzo de las motivaciones agonísticas:

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA COMPETITIVIDAD

1. El primer punto de vista afirma que la competitividad tiene a convertir el deporte en una forma de juego basada en la desigualdad social, imposible de eliminar que reserva la recompensa exclusivamente a los más importantes y a los más fuertes. Todo esto tiene a acentuar respuestas agresivas, sobretodo cuando el modelo de comportamiento del competitivo no garantiza una mínima defensa contra las frustraciones y contra el imperativo de la victoria y/o del resultado positivo.
2. La segunda creencia afirma que la agresividad es un dato primario del individuo y que no se puede suprimir recurriendo solo a decretos morales. El deporte debe de permitir la expresión libre de la agresividad, ya que la negación o alteración de esta expresión puede causar perturbaciones neuróticas o autodestructivas.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA COMPETITIVIDAD

Así pues, el deporte se manifiesta como una de las pocas actividades humanas en que la pulsión agresiva se puede liberar completamente y se puede manifestar sin represión ni deformaciones.

El deporte estaría motivado, en términos personales y colectivos por la necesidad de crear situaciones institucionalizadas adecuadas para liberar ansiedades muy profundas, como la persecutoria o la depresiva.

El atleta manifiesta el núcleo agresivo de la competitividad contra los elementos siguientes:

1. La naturaleza, entendida como dificultad inherente de la especialidad deportiva.
2. Él mismo a través de sacrificios muy duros y de entrenamientos muy intensos dirigidos a una meta rigurosa. El elemento competitivo se instaurará entre la persona real y la ideal.
3. El adversario como persona real o como imagen irreal, considerada más como un medio que como un objetivo. Es un elemento que se ha de imitar y superar, más que eliminar.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

# MOTIVACIONES SECUNDARIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

Mientras que las dos motivaciones que hasta ahora hemos considerado constituyen una explicación general de tipo psicológico del porqué del deporte, las que analizaremos ahora recogen una serie de factores, subjetivos y psicosociales, que tienen una influencia importante y diferente en la afiliación deportiva.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA MOTIVACIÓN EN RELACIÓN AL ÉXITO

Los sujetos portadores de esta motivación se orientan hacia comportamientos marcados por la necesidad de hacerlo bien, de salirse, de afirmarse personalmente y socialmente.

Queda constatado que los sujetos con una motivación al éxito elevada son, de hecho, autónomos y capaces de afrontar y resolver positivamente las situaciones de competición y de realización, mientras que una motivación a la autorrealización baja es típica de los sujetos inseguro y asustadizos de las situaciones de competición.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA MOTIVACIÓN A LA AFILIACIÓN

Se manifiesta con la necesidad que tienen todos los individuos de asociarse a un grupo. Esta necesidad psicológica, cuando se junta con una fuerte exigencia a la propia individualización y a la aprobación social, hace que toda persona, portadora de estas características psicológicas, tiendan a escoger grupos socialmente significativos en el que puedan cumplir una función, adquirir una identidad y ser reconocidos como miembro de un grupo organizado.

En algunas disciplinas deportivas el elemento de afiliación determina al menos inicialmente el prestigio que estas tienen en los ámbitos sociales y deportivo. Algunos deportes de élite deben a este aspecto la fuerza añadida que tienen de por sí.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA MOTIVACIÓN ESTÉTICA

Es presente en los individuos que atribuyen una importancia especial a los valores estéticos y en todos aquellos que, más o menos conscientemente, encuentran el grado más alto de satisfacción en la forma y en la armonía del cuerpo y no en su posible rendimiento.

Esta dimensión psicológica, a pesar de que el atleta y todo el que está motivado para el deporte no sea consciente, tiene un peso y una importancia que se puede apreciar en la expresión dinámica del juego corporal y en la ejecución técnica exacta.

En general, el entrenador deportivo tiene muy poco presente este tipo de motivación. No se hace servir como medio pedagógico, hasta el punto que todo deportista más sensible la puede olvidar por el imperativo del rendimiento.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA MOTIVACIÓN COMPENSATORIA

El deporte como cualquier actividad humana, se puede alimentar de necesidades psicológicas que provienen de conflictos interiores, de formas de malestar emocional, de características del carácter, de inadaptación social, etc.

La elección de la práctica de una disciplina deportiva determinada puede servir al individuo como un medio para compensar, resolver y expresar factores neuróticos de su personalidad.

La práctica lúdica y competitiva funciona o bien como mecanismo de defensa o bien como situación catártica y liberadora. Es por eso que intuitivamente parece que los portadores de un determinado malestar interior consiguen orientarse hacia la disciplina deportiva que le encaja mejor.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA MOTIVACIÓN COMPENSATORIA

Entre los motivos más frecuentes en que el deporte funciona como una situación compensatoria se pueden enumerar los siguientes:

Sentimientos de inferioridad. Determinados déficits físicos, psíquicos o incluso sociales, pueden llevar al joven a una actividad como la deportiva.

El tímido, el inseguro, el ansioso, el hipercrítico consigo mismo, se pueden sentir motivados con el deporte precisamente por el deseo de comprobar continuamente, en un banco de pruebas objetivas, las capacidades y posibilidades propias.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA MOTIVACIÓN COMPENSATORIA

Igualmente también existe el culto al propio cuerpo y de la propia imagen, cosa que puede inducir al individuo físicamente favorecido a emprender la carrera deportiva como una ocasión de valoración exhibicionista máxima de sí mismo.

El modelo social de la virilidad. Se basa en el deseo de parecerse tanto como se pueda a los modelos de coraje, fuerza, agresividad, bravura, que se proponen como el ideal masculino.

El hecho de volver a parecerse a los héroes arrogantes y seguros de sí mismos de una determinada mitología cinematográfica rebela en la estructura de la personalidad del niño una seguridad insuficiente de su identidad sexual, y una ausencia de vivencia del deporte también ofrece a estos sujetos la posibilidad de reconstruir una auto imagen sólida o al menos de contener sus problemas psicológicos.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

# FACTORES QUE INHIBEN O PERTURBAN LA MOTIVACIÓN EN EL DEPORTE

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ EL SENTIMIENTO DE INFERIORIDAD

Estos sentimientos de inferioridad los pueden alimentar, sin ser consciente, el entrenador y el medio deportivo o la familia cada vez que se hace sentir al niño o al adolescente diferente de sus compañeros, o inadecuados respecto a las expectativas de excelencia o de normalidad.

Sentir desaprobado, no estar a la altura de lo que se espera, verse valorado negativamente o experimentar incapacidades en la habilidad motora, puede producir en el niño un sentimiento de inferioridad que se manifiesta en comportamientos inhibidores, inseguros, tímidos y hasta renunciados hacia la práctica deportiva.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ EL SENTIMIENTO DE INFERIORIDAD

Lo mismo puede comprobarse en los niños encaminados precozmente a la competición. La inseguridad de cara a la prueba y el miedo a la posible derrota pueden activar un malestar psicológico.

El joven busca situaciones de éxito y comparaciones positivas. Al mismo tiempo han de ponerse en marcha una serie de iniciativas:

- Hace falta favorecer de forma constante la valoración de los pequeños progresos.
- Hace falta ir con cuidado en los cambios jerárquicos entre los niños ligados a las habilidades o rendimientos.
- Si es necesario, hace falta alejar de los jóvenes deportistas de los padres hipercríticos, ansiosos o juzgadores.

El técnico puede descubrir en la vergüenza el síntoma de un sentimiento de inferioridad. En el adolescente esta perturbación se manifiesta sobre todo en la rigidez, la incertidumbre y la auto desvaloración.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA ANSIEDAD DE RENDIMIENTO EN LA ADOLESCENCIA

El adolescente experimenta de manera más o menos profunda situaciones de crisis que originan una serie de reacciones emocionales y de conducta problemática incongruentes, como el aumento de la inestabilidad, la disminución de la perseverancia, o una inadecuada valoración de sí mismo.

Al mismo tiempo todo esto crea dificultades en el atleta joven o el niño interesado en actividades lúdicas y motoras organizadas. Concretamente se resienten las motivaciones de la comparación, de la competitividad y la de la autorrealización. El nivel de ansiedad que deriva de esto puede llevar a una renuncia de la actividad deportiva.

- Las manifestaciones más claras de todo esto pueden ser:
- La teatralidad de las actitudes o los caprichos.
- La ansiedad y la caída del rendimiento físico.
- La tendencia a vivir la situación competitiva como un examen y querer eludirlo.
- La necesidad de refugiarse en el deporte como sustituto de cualquier otra experiencia.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA ANSIEDAD DE RENDIMIENTO EN LA ADOLESCENCIA

La ansiedad perturba no solo el nivel de gratificación que el atleta quiere conseguir por medio de la práctica deportiva, si no que también puede incidir negativamente en el rendimiento atlético.

Pero a partir de esto, se ha dicho acertadamente que la ansiedad es una criatura de dos cabezas que, según la situación, puede empujar al individuo a la mejora de sí mismo, a la realización y a la plenitud, o bien al contrario, distorsionarse y empobrecer su potencial y sus intereses.

El técnico es, entonces, la persona más importante y la más idónea para colaborar con el psicólogo por tal de modificar las situaciones de ansiedad que interfieren en el equilibrio emocional del niño.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA ANSIEDAD DE RENDIMIENTO EN LA ADOLESCENCIA

El problema del atleta joven que abandona una prometedora carrera atlética es una cuestión delicada. Las motivaciones del joven entran en conflicto con las que interioriza en el medio competitivo y generan una ansiedad o estrés emocional.

Por lo que respecta a las chicas, la sensibilidad de la valoración va unida a formas de inseguridad personal, y la valoración personal en función del resultado competitivo crea estados de ansiedad muy fuertes que en poco tiempo borran las motivaciones iniciales hasta el punto de justificarse el abandono.

Las atletas jóvenes están especialmente expuestas al excesivo estrés emotivo con el que viven la experiencia competitiva.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA SOBRECARGA DE FRUSTRACIONES

- La frustración es aquella situación psicológica en que el individuo experimenta la imposibilidad de satisfacer un deseo, una aspiración, una necesidad o una motivación personal.
- El estado de frustración puede ser causa o efecto de un estrés psicofísico que puede degenerar en reacciones depresivas, procesos defensivos, reacciones agresivas, pérdidas de interés, etc.
- En cambio una situación de frustración leve puede favorecer la maduración psicofísica y la mejora de habilidades y/o capacidades.
- La práctica deportiva, entendida como actividad organizada y dirigida a conseguir determinadas habilidades motoras está tejida de situaciones frustrantes.
- Pero también se puede producir una acumulación de situaciones frustrantes que al final se convierten en una carga totalmente insoportable.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

#### ✓ LA SOBRECARGA DE FRUSTRACIONES

- Los atletas, sobretodo adolescentes, además de soportar mal la sobrecarga de frustraciones, tienden a reaccionar de manera equivocada, hasta el punto de que llegan a añadir más cargas a la situación ya comprometida de por sí.
- La forma más típica de la reacción agresiva es el desplazamiento a otras situaciones (familia, escuela..) de esa desilusión, tristeza, tensión.
- La importancia de la frustración en la etapa evolutiva exige una educación que sepa hacer al adolescente tolerante con las frustraciones, es decir, que le enseñe a afrontar una frustración (que no significa inhibir las reacciones), haciendo una valoración realista del obstáculo y de las posibilidades de superarlo.
- La tolerancia a la frustración es un hecho característico de la personalidad que se construye durante la etapa evolutiva: es la expresión de un juego suficientemente maduro y fuerte. En este sentido es evidente que al técnico deportivo le toca asumir una parte de responsabilidad.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

# EL PAPEL DEL TÉCNICO DEPORTIVO COMO AGENTE MOTIVADOR

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

- Para estimular la motivación del mismo alumno, el técnico deportivo deberá de conocer y utilizar un gran repertorio de métodos y de recursos didácticos. Por ejemplo: juegos y ejercicios variados capaces de estimular la curiosidad y la exploración.
- Para este propósito el técnico deberá escoger de su repertorio actividades más adecuadas al comportamiento motivacional que intente estimular.
- La activación psicofisiológica y emotiva se obtiene promoviendo y subrayando la importancia que desde el punto de vista del niño puede tener la realización de cierta prestación o conquista de una determinada habilidad.
- La dirección del esfuerzo hacia un fin particular es posible si es directamente o indirectamente importante para el niño.
- Expresarse por sí mismo, probar el sentido de plenitud o construir y explorar una nueva experiencia, son necesidades presentes en todos los niños.

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

- De todos modos, solo después de la pre-adolescencia aparece la necesidad de realizar esto. Por ejemplo, los niños de 7-8 años tratarán de obtener gratificaciones en un periodo breve y no están interesados en programas a largo plazo o con finalidades poco significativas (la salud, la imagen...)
- La atención selectiva útil para el aprendizaje motor o el control de los propios estados internos, es muy influyente para la motivación.
- La capacidad del docente de proponer actividades motoras capaces de satisfacer las necesidades del propio cuerpo, de realizarse a sí mismo, es una habilidad educativa necesaria.
- El niño puede estar motivado en este importante pre-requisito del aprendizaje, solo si el gesto que ha aprendido es significativo, es decir, si tiene un sentido, una finalidad y un objetivo y se puede evaluar mediante resultados determinados...

### 3. LA MOTIVACIÓN HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

## RESUMEN

- En este tema hemos analizado que son las motivaciones y como influyen en las áreas de la personalidad.
- Ya desde un punto de vista más deportivo, hemos comentado cuales son las motivaciones hacia el movimiento y la actividad deportiva, y hemos destacado la importancia que tienen el juego y la competición que, como hemos definido, es la manifestación culturalizada de la agresividad.
- Otro tipo de motivación hacia el deporte son las que nombramos como secundarias y que tienen que ver tan solo con los aspectos externos de relación social y de reconocimiento, a diferencia de las motivaciones primarias, que son exclusivamente implícitas a la persona en sí.
- Pero la motivación también puede ser reprimida y ocasionar un rechazo a la actividad física sobre todo en los niños más pequeños, pero también en adolescentes.
- Para finalizar hemos comentado cuál es el papel del técnico y qué actuaciones debe realizar por tal de sacar provecho desde la visión de la motivación.



# MÁSTER EN PSICOPEDAGOGÍA DEL DEPORTE FORMATIVO



# **4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS**

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### PRESENTACIÓN:

- Una vez visto y aprendido cuáles son las etapas evolutivas de la personalidad del ser humano, cuáles son los elementos necesarios para aprender conceptos, movimientos y actitudes nuevas, y qué motivaciones nos mueven para hacer cualquier actividad, sea motora o no, en esta unidad intentaremos ver como todo esto que hemos aprendido lo podemos poner en práctica.
- Se ha de entender que el concepto educar quiere decir “ayudar al desarrollo”, y que esta tarea la debemos hacer de forma sistemática, planificada y orientada a una finalidad.
- Hace falta conocer los aspectos básicos a la hora de enseñar las habilidad motrices, cuáles son las etapas que se han de seguir cuando planteamos iniciar un proceso de enseñanza-aprendizaje y las condiciones del entorno que favorecen la docencia.
- Todo acto educativo necesita una preparación previa donde el docente debe hacer una reflexión sobre lo que quiere enseñar, como lo hará, a quién irá dirigido y como comprobará que los contenidos hayan sido asimilados por sus alumnos.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

¿CÓMO ENSEÑAMOS LAS HABILIDADES MOTRICES?

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

- ✓ Sabiendo a quién se enseña
- ✓ Informando
- ✓ Demostrando
- ✓ Practicando
- ✓ Evaluando al ejecución y el resultado
- ✓ Repitiendo, variando

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ SABER A QUIÉN SE ENSEÑA:

- Hay que conocer el nivel inicial del alumnado.
- Deberemos graduar las dificultades y diversificar las condiciones de práctica.
- También será necesario evaluar de forma constante el proceso de aprendizaje, para poder hacer las adaptaciones necesarias.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ NECESIDAD DE INFORMAR CORRECTAMENTE:

- La información que transmitimos a los alumnos debe ser clara y fácil de transmitir. Evitando lenguajes técnicos complicados.
- Se ha de hacer de forma breve, porque cuando se da demasiada información se corre el riesgo de sobrecargar al alumnado.
- Se ha de incidir en los aspectos realmente importantes y significativos de cara a la ejecución de la habilidad.
- Inicialmente se ha de informar de forma clara lo que se busca en el alumnado. Hay que tener en cuenta que los alumnos no son “tablas rasas”, si no que relacionan los nuevos aprendizajes con lo que han adquirido anteriormente.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ DEMOSTRACIÓN:

- Cuando se utiliza una demostración no podemos saber del todo en lo que se fija el alumnado. La demostración debe estar bien hecha, porque nadie puede asegurar que el alumno no se fijará en elementos equivocados.
- Por tanto, hemos de hacer servir la demostración de forma adecuada. Con deportistas de alto nivel una buena demostración puede ser la utilización de fotografías o videos.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ LA PRÁCTICA:

- La práctica es una condición imprescindible, a pesar de que por sí sola no garantiza el aprendizaje. La duración de la práctica está condicionada por diferentes aspectos como la edad, la complejidad de las tareas, el número de alumnos....
- Es importante adaptar las condiciones de la práctica y que ésta esté bien orientada. Más que la cantidad bruta de práctica, lo que ayuda al alumno es la práctica en la que se consiguen los objetivos previstos. Este hecho obliga a los docentes a analizar el proceso de aprendizaje y proponer situaciones adaptadas a los diferentes niveles del alumnado.
- Esta adaptación que comentamos depende de la formulación de los objetivos. De la selección de actividades, escogiendo aquellas que más se adecúen a las posibilidades y necesidades de los alumnos. Las formas metodológicas de intervención, y adaptar las estrategia más utilizadas. Por último, modificar el reglamento tanto como sea necesario para facilitar el aprendizaje.
- La habilidad debe de practicarse en una situación lo más próxima a la aplicación real. Al practicar de forma descontextualizada (alejada de las reglas reales del deporte), olvidamos aspectos importantes del juego. Deben ser situaciones parecidas a las condiciones reales del deporte.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CONOCIMIENTO DE LO QUE SE HA HECHO, Y CÓMO SE HA HECHO:

Tal y como has visto en la anterior unidad, el conocimiento de resultados (**CR**), es la información que los sujeto obtiene sobre la ejecución y los efectos de la acción que sea está desarrollando. El conocimiento de la ejecución (**CE**) hace referencia a la información que el individuo obtiene sobre la propia ejecución de esta acción.

Se puede afirmar que para que el **CR** y el **CE** sean eficaces deben cumplir las siguientes condiciones:

- Es conveniente informar sobre la acción justo al finalizar.
- Entre la recepción de la información y el inicio de una nueva ejecución ha de dejarse un tiempo prudencial, para reorientar el plan de acción.
- Las consecuencias positivas del **CR** y el **CE** suponen efectos sobre la motivación.
- Hay que hacer correcciones motivadoras y positivas.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ REPETIR, AUTOMATIZAR Y VARIAR:

- Hay que repetir aquellos aspectos que siempre han de realizarse de la misma forma. Una vez detectados estos aspectos, las actividades prácticas deberán de partir de la repetición y asegurar su automatización.
- Entendemos el concepto de variar como una misma automatización cambiando la situación. Hay que variar la repetición para potenciar la variedad alrededor de la ejecución estable y repetitiva de una serie de aspectos fundamentales.
- En las habilidades motrices abiertas es fundamental proponer situaciones de práctica en las que se desarrollen los mecanismos perceptivos de la decisión. Potenciar situaciones de práctica similar a las condiciones reales. Favoreciendo la variabilidad. Se pretende potenciar la autonomía del alumno.
- En las habilidades motrices cerradas, se ha de potenciar el desarrollo del mecanismo ejecutor. Favoreciendo la repetición de los aspectos clave. Plantear el proceso de enseñanza de forma motivadora, es aspecto fundamental.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

# ASPECTOS DIDÁCTICOS DE LA ENSEÑANZA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

Cuando nos planteamos iniciar un proceso de enseñanza-aprendizaje hemos de tener claro que hay tres etapas que siempre hemos de seguir.

Por orden cronológico son las siguientes:

- Programar o establecer cuáles son los comportamientos que nuestros alumnos deben asimilar. Definir los objetivos.
- Realizar la actividad propiamente dicha, mediante las unidades didácticas y las sesiones de trabajo.
- Comprobar si los objetivos previstos en la primera parte de la programación han sido conseguidos, a partir de los resultados que han obtenido nuestros deportistas, con la aplicación de un proceso evaluativo.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CLIMA PSICOLÓGICO:

El técnico debe intentar que las situaciones de enseñanza-aprendizaje se produzcan en condiciones de bienestar, confianza, simpatía y entusiasmo. La implicación y la participación de todos hace más agradable el ambiente de la vida del grupo y son más eficaces para el aprendizaje.

Pero antes de comenzar a realizar la planificación hace falta que el técnico tenga en consideración algunas premisas importantes por tal de desarrollar su trabajo, que viene referido al conocimiento que afecta al mismo alumno. Este conocimiento debe tener dos vertientes fundamentales:

1. Sus intereses y necesidades, que se mueven en el campo de las motivaciones.
2. Sus potencial de tipo cognitivo y físico.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CLIMA PSICOLÓGICO

Estas motivaciones y capacidades, no hace falta decir que están determinadas por la etapa de desarrollo de cada persona y también de su historia y vivencias personales.

En la enseñanza de la actividad física hay cuatro elementos que parecen tener un papel esencial en la consecución de la mayoría de los objetivos que se quieren conseguir: el tiempo durante el cual el niño se encuentra en plena actividad motora (compromiso motor), el ambiente que le envuelve para participar en la actividad de la clase, las reacciones a sus actividades y la organización del trabajo.

**COMPROMISO MOTOR:** se trata únicamente del tiempo efectivo durante el cual el alumno está realizando una actividad motora durante la sesión.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CLIMA PSICOLÓGICO

**CLIMA POSITIVO:** Este clima debería de estar siempre presente. Se conseguirá cuando se hayan obtenido éxitos en la práctica deportiva, y cuando esta práctica se pueda hacer de forma agradable, en un clima de solidaridad y ánimo por parte del técnico.

**FEEDBACK:** Una información frecuente y de calidad sobre el estado de las actitudes motoras del alumno. El Técnico debe informar sobre los éxitos o sobre el progreso que el alumno vaya consiguiendo en la práctica.

Esta es valorada muy positivamente por parte del propio alumno, el cual ve en este progreso una nueva fuente de estímulo para continuar en el proceso de aprendizaje de nuevas habilidades, y así poder aumentar su competencia motora.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ INTERVENCIONES EDUCATIVAS DEL TIPO TECNOLÓGICO

Siedentop (1983) considera que la enseñanza es eficaz cuando consigue que los alumnos se encuentren comprometidos de manera adecuada en la materia durante un tiempo largo y sin que haga falta ningún tipo de castigo. Los ingredientes necesarios para la eficacia podrían ser los siguientes:

- Dedicar un gran porcentaje de tiempo a la materia a enseñar.
- Dedicar mucho tiempo a contribuir en la mejora de las habilidades de los alumnos.
- Desarrollar un clima positivo en el grupo y en la sesión.
- Desarrollar estructuras de trabajo, dirigidas a favorecer el compromiso motor y la mejora de las habilidades de los alumnos.

Al contrario, la enseñanza es ineficaz cuando hay permisibilidad, falta de entusiasmo en el trabajo de clase, excesiva dedicación al control de la clase..., se trata de factores que tienen como consecuencia el hecho de tener menos tiempo para el aprendizaje, y por tanto impartir menos conocimientos.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

# LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

La programación es la herramienta básica que debe tener un técnico antes de empezar a llevar a cabo su trabajo. En esta programación deben citarse los objetivos que se quieren conseguir, los contenidos que se deducen de cada objetivo, la manera de agrupar estos contenidos (unidades didácticas y sesiones), los estilos de enseñanza que hay que llevar a término y la manera de evaluar los objetivos citados inicialmente.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ LAS VENTAJAS DE TENER UN PROGRAMA

- El programa necesita todos los componentes que hay presentes en la programación y los destripa de una forma más detallada, teniendo en consideración cuáles son los contenidos a desarrollar, qué métodos de enseñanza se harán servir y qué tipo de evaluación.
- El hecho de tener un programa realizado por el técnico, comporta una serie de ventajas que pasaremos a comentar siguiente el esquema que utiliza Pila Teleña (1984):

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ LAS VENTAJAS DE TENER UN PROGRAMA

#### EVITA CAER EN LA RUTINA

Cuando no hay un programa, el técnico acostumbra a realizar siempre el mismo tipo de actividades y sin ningún tipo de coherencia. Acostumbra a aplicar lo que él hizo cuando era deportista, sin tener en consideración la edad de los niños ni el nivel que tienen.

#### EVITA LA IMPROVISACIÓN

El programa permite saber en cada momento qué hemos de hacer y qué objetivos estamos trabajando. No es posible que nos enfrentemos a un grupo, deportista o clase sin saber que hemos de trabajar. Ni prepararlo un rato antes de comenzar la clase/sesión.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ LAS VENTAJAS DE TENER UN PROGRAMA

#### AHORRA TIEMPO Y ESFUERZO

Es una consecuencia del punto anterior. Si no tenemos un programa hecho deberemos perder el tiempo pensando y organizando sobre la marcha aquello que queremos hacer, sin tener en cuenta que los niños estarán parados sin hacer nada, o ejercicios repetitivos sin objetivos definidos.

Puede parecer que hacer un programa es una faena larga y compleja, y efectivamente en primera instancia cuesta organizar todos los aspectos que hemos de tener en consideración para que todo lo que queremos trabajar esté plasmado en el propio programa. Pero no hemos de desanimarnos, ya que una vez está hecho el programa y tenemos más claro que es aquello que queremos conseguir, la tarea del día a día nos ayudará a encontrar todo el sentido al esfuerzo realizado. Actuaremos con más seguridad y más claridad.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ LAS VENTAJAS DE TENER UN PROGRAMA

#### FAVORECE EL RELEVO

El hecho de tener un programa nos ayuda a que haya una continuidad en el trabajo y por tanto, en caso de que el técnico, por el motivo que sea, no pueda acudir a la actividad, los niños podrán hacer la sesión con otro profesor y pueden continuar trabajando en lo que estaban haciendo con anterioridad, sin notar ningún campo significativo en la esencia del programa. No perjudica su aprendizaje.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ LAS VENTAJAS DE TENER UN PROGRAMA

#### FAVORECE LA EVALUACIÓN

Desde el mismo momento en que tenemos un programa, está claro que tenemos unos objetivos que hemos de conseguir, y la manera de comprobarlo será evidentemente a partir de la evaluación.

La evaluación nos permite comprobar si los objetivos que habíamos establecido en el programa han estado realmente asumidos por parte de los alumnos. Y a partir de los resultados que hemos obtenido, es posible poder volver a planificar para cambiar los objetivos, ya sea para rectificarlos o aumentar el nivel de los mismos.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CUALIDADES DE UN PROGRAMA

Hasta ahora hemos visto que es importante tener un programa por tal de realizar nuestra labor con un mínimo de garantías, pero hace falta ver cuáles son las características que siempre hemos de tener en consideración en el momento de confeccionar un programa.

- **El programa debe ser unitario:** Se compone de partes más pequeñas que lo harán funcional, como por ejemplo en unidades didácticas y en sesiones. Todas funcionan de forma independiente, pero están relacionadas para conseguir los objetivos previstos en la planificación. No necesariamente se ha de poder aplicar en otra situación.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CUALIDADES DE UN PROGRAMA

- **El programa debe tener continuidad:** El programa debe ir de la parte más sencilla a la más compleja. El programa no puede sufrir saltos, ni en contenidos ni en dificultad. Se entiende como un hecho progresivo. No se conoce el límite del aprendizaje.
- **El programa debe ser flexible:** El programa es una gran herramienta que facilita el trabajo que queremos efectuar, pero una de sus virtudes es que ha de ser también flexible, o sea, que permita efectuar algunos cambios que nos dejen mejorar la labor que inicialmente teníamos preparada.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CUALIDADES DE UN PROGRAMA

- El programa debe ser preciso: El programa debe expresar con claridad los apartados siguientes:
  - OBJETIVOS A CONSEGUIR
  - CONTENIDOS Y ACTIVIDADES A REALIZAR
  - EVALUACIÓN PARA CONOCER LOS RESULTADOS DE LAS TAREAS REALIZADAS

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### ✓ CUALIDADES DE UN PROGRAMA

- **El programa debe ser real:** Cuando estamos haciendo un programa hace falta que seamos conscientes de las dificultades que encontraremos, de lo que tenemos y qué es lo que esperamos, o sea, que ha de ser plenamente realizable en el momento de llevarlo a la práctica, y por tanto hay que tener muy claro cuáles son los elementos que han de intervenir en el proceso didáctico.
- **El programa debe ser claro:** Debe ser fácil de comprender y de seguir por todos aquellos que lo utilicen. Un programa que sea claro nos ahorrará mucho tiempo y podremos localizar fácilmente los elementos y los apartados, contribuyendo a que el trabajo sea más sencillo, más coherente y más profesional por parte de todos los técnicos que han de participar.

## 4. OBSERVACIONES DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS

### RESUMEN

- Para aprender una habilidad es necesario que el alumno tenga ganas y se sienta capaz de hacerlo, partiendo del nivel de lo que ya sabe hacer.
- Hay más posibilidades de conseguir el éxito en las tareas, practicando con situaciones próximas a la realidad del deporte que entrenemos, combinando repetición con variaciones y adecuándose a la habilidad que se desea aprender.



# MÁSTER EN PSICOPEDAGOGÍA DEL DEPORTE FORMATIVO



# **5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### PRESENTACIÓN:

- Cuando un técnico deportivo está delante de un grupo de personas, debe tener muy claro, en primer lugar, qué quiere conseguir (objetivos), qué material quiere enseñar (contenidos), como lo conseguirá (métodos, actividades), cuando lo conseguirá (temporalización) y finalmente cómo comprobará si su trabajo ha sido eficaz o no (evaluación).
- Todas estas preguntas se responden realizando previamente una programación del trabajo a hacer. La programación es la herramienta básica del funcionamiento que tiene el técnico deportivo por tal de conseguir transmitir con eficacia los conceptos y procedimientos que enseñará a sus alumnos.

# LOS OBJETIVOS

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- Este concepto lo podemos definir como “La descripción de un modelo de comportamiento, que esperamos que el alumno sea capaz de demostrar”.
- De una manera más simplificada podemos entender que es la “Conducta final que esperamos del alumno.
- Para Mager es “El enunciado que describe un resultado de enseñanza más que de un proceso o procedimiento del mismo. Describe resultados, no los medios para conseguirlos.”
- Pots describe al adjetivo como “Lo que sabrá, será o hará un alumno al final de un proceso de aprendizaje, del cuál por el momento, no se pregunta”

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- Cuando nos disponemos a hacer cualquier acción, aunque sea en nuestra vida privada, siempre lo hacemos con una finalidad, con un objetivo, que se puede manifestar de forma explícita o implícita. Por ejemplo, si cojo el coche y voy a la montaña, lo puedo hacer para encontrarme con amigos, o para mejorar mi forma física, o para descansar, o hasta para liberar tensiones, pero es evidente que siempre lo hago con una finalidad, es decir, con un objetivo.
- Si esto es verdad en la esfera de la vida privada, con más razón lo será en la de los negocios y aún más en el mundo de la educación y la enseñanza. Porque en estos ámbitos estamos buscando un desarrollo sistemático de nuestros alumnos y, por tanto, hemos e huir de todo lo que esté relacionado con la aleatoriedad.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- La educación y el entrenamiento son muy importantes para dejarlos en manos de la suerte, también son muy caros y además estamos formando a los ciudadanos del futuro y lo hemos de hacer bien.
- ¿Qué diríais de aquél profesor o entrenador que cada día manda ejercicios incoherentes o incoherentes? Precisamente la explicación de los objetivos sirve para dar coherencia interna al programa, indicando hasta donde queremos llegar, y en consecuencia aportando los oportunos elementos de evaluación para observar si al final de la actuación los objetivos previstos han sido logrados o no.
- Si no se han logrado hará falta un análisis del programa para detectar problemas y aportar soluciones.
- La concreción de los diferentes tipos de objetivos, como veremos a continuación, es directamente proporcional al grado de proximidad que mantienen con el acto donde se une toda la docencia, es decir, la sesión.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE OBJETIVOS:

Los objetivos los podemos clasificar a partir de su extensión en:

- Los logros
- Los objetivos generales
- Los objetivos específicos
- Los objetivos operativos

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### LOS LOGROS

Describen el proyecto de la sociedad en un determinado momento. Son de aire abstracto. Están unidos a la concepción filosófica imperante en un momento concreto. Su elaboración queda en manos del Estado (administración educativa).

Para Poztar, los logros “cubren los objetivos en su más grande generalización y se considera que manifiestan el consenso social en materia de educación”. Sirven para orientar al profesor dentro de un amplio campo de posibilidades, para escoger los objetivos que queremos que consigan nuestros alumnos una vez finalizado el proceso de enseñanza, ya sea en un término medio, corto o inmediato.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### LOS OBJETIVOS GENERALES:

También llamados pedagógicos, de enseñanza, didácticos o de aprendizaje, según el autor. Lo definimos como un “Comportamiento o conducta final que esperamos conseguir de un alumno después de un periodo de instrucción más o menos largo. Normalmente un curso o un ciclo”.

Pueden ser establecidos por expertos, por comisiones o por los mismos profesores. Normalmente tienen carácter prescriptivo, es decir, obligatorio. Deben de estar relacionados con los contenidos. Son necesarios para:

- Orientar los programas
- Establecer lo que nos proponemos conseguir en plazos concretos.
- Establecer los grandes contenidos y sus comportamientos correspondientes.

A partir de lo que hemos dicho en el párrafo anterior, permiten una redacción más concreta de los objetivos específicos y, por tanto, facilitarán la creación de los objetivos operativos. En la redacción se ha de incluir:

- La indicación del contenido
- La indicación del comportamiento

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Hacen referencia a las “Etapas obligatorias para conseguir el objetivo general”.

Son establecidos por el profesor. Generalmente están ligados a las unidades didácticas. Constituyen el paso imprescindible para redactar los objetivos operativos.

Para redactarlos hay que tener en cuenta lo siguiente:

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### • LA DIMENSIÓN EPISTEMOLÓGICA

Hemos de conocer y entender a la perfección la organización y la coherencia interna de las materias que queremos enseñar. La mejor manera de conseguirlo es a través de la propia experiencia. Si no es así, difícilmente podremos resolver los problemas que irán surgiendo. Esta dimensión para la redacción de los objetivos nos vendrá dada por la especificidad de cada deporte.

- ✓ Como ejemplo, os mostramos algunos de los problemas a los cuales se deberán hacer frente:
- ✓ ¿Qué es lo principal y que es secundario?
- ✓ Selección de los aprendizajes que contribuyen a la formación general y de los que facilitan la continuidad.
- ✓ Cómo organizar secuencias progresivas de aprendizaje

### • LA DIMENSIÓN EPISTEMOLÓGICA

Estos aspectos ya los hemos tocado en apartados anteriores, dedicados especialmente al desarrollo de la personalidad y el aprendizaje motor. Es evidente que si no sabemos como se desarrollo y como aprende el niño, difícilmente podremos hacer que aprendan.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- **LA DIMENSIÓN SOCIOLÓGICA**

No hacemos una programación estándar, es decir, válida para cualquier escuela o club y cada uno de los niños, si no que la hacemos para cada escuela o club específico y evidentemente, como ya dijimos, plenamente individualizada.

¿Qué diríais si un entrenador de natación hiciera a los alumnos el mismo nombre de series, con la misma distancia y el mismo crono del récord mundial de 100 metros libres?

- **LA DIMENSIÓN INSTRUMENTAL**

Este aspecto es el más obvio de todos. Difícilmente podremos enseñar a nadar si no tenemos piscinas en nuestro entorno y será igualmente difícil enseñar judo si no se dispone de tatamis o kimonos.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### • LOS OBJETIVOS OPERATIVOS

También llamados operacionales, de conducta o comportamiento según los diferentes autores. “Son los que determinan la actividad o conducta final del alumno, que puede ser observada y medida”. Representan el máximo nivel de concreción y están relacionados con las actividades a realizar.

- A la hora de redactarlos, hay que cumplir las siguientes reglas:
- Describir el objetivo en forma de comportamiento o conducta observable.
- Identificar de forma clara y precisa el comportamiento final.
- Precisar las condiciones en que se ha de realizar.
- Precisar los criterios de evaluación que permitan constatar el éxito.

# LOS CONTENIDOS

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- Si los objetivos nos marcan el punto final del programa, los contenidos estrechamente vinculados a ellos, nos permitirán escoger que “carretera” utilizaremos para llegar. Creo que un ejemplo lo hará más entendible. Si ponemos el objetivo específico de “Mejorar la organización fisiológica aeróbica”, veremos que lo podemos conseguir por medio de la práctica del atletismo, de la natación, del esquí de fondo, del ciclismo, etc.
- Pese a todo, esto que en un principio es una gran ventaja, puede dar lugar a todo tipo de incoherencias a la hora de diseñar la programación. Cuando escogemos hemos de ser serios y como mínimo hemos de tener en cuenta las siguientes indicaciones:

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### SUBORDINACIÓN RESPECTO A LOS OBJETIVOS:

Por más que me esfuerce, será imposible que mejore la organización fisiológica aeróbica del alumno, si el contenido que utilizo para este fin es la expresión corporal. Por más que me guste y domine la técnica, por más contentos que estén los alumnos, nunca lo conseguiré. Es evidente que hay contenidos más apropiados.

### SUBORDINACIÓN AL CONTEXTO SOCIOECONÓMICO:

En función del centro donde se desarrollen nuestras actividades deberemos escoger un contenido u otro para llegar al mismo objetivo. Si los padres de nuestros alumnos pertenecen a la cultura del “todo debe ser gratuito”, será complicado que se den cuenta de la mejora de la calidad de la enseñanza que comportan algunos contenidos. Por ejemplo, la utilización de la natación o el esquí de fondo para conseguir el objetivo específico al cuál nos estamos refiriendo.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### SUBORDINACIÓN AL CONTEXTO GEOGRÁFICO:

Si para la consecución de nuestro objetivo de resistencia necesitamos trabajar una larga temporada, sería una incoherencia utilizar los contenidos del esquí de fondo a tal efecto, teniendo en cuenta por ejemplo que vivimos en Barcelona. Por el contrario, sería lógico su utilización si viviéramos en los Pirineos

### ELECCIÓN EQUILIBRADA:

Hemos de conseguir un consenso entre los intereses y deseos de nuestros alumnos, nuestros conocimientos y las necesidades de formación establecidas por medio de los objetivos. Tan malo es que los niños estén jugando siempre a fútbol sin ampliar sus conocimientos, como que hagan siempre rugby.

# LA UNIDAD DIDÁCTICA

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- La unidad didáctica es un elemento de la programación educativa que, juntamente con otras unidades, nos facilitará la consecución de los objetivos generales que hemos previsto inicialmente para un periodo amplio de aprendizaje.
- Debe tener una coherencia interna y se ha de aplicar en un tiempo determinado. El responsable de su elaboración debe ser el mismo técnico. Hay que considerar el ámbito donde se desarrollará la actividad, el entorno y el material disponible. En consecuencia deberá ser realista y nada utópico, lógicamente.
- Deberá estar relacionado de forma directa con las unidades anteriores y formará parte de una planificación mucho más amplia.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- Hay que tener en cuenta que la unidad didáctica tiene que ir dirigida a unos alumnos en concreto con un nivel y unas características y unas necesidades determinadas. Así mismo tendrá una duración determinada.
- También irán explicados los métodos que se harán servir. La unidad didáctica tendrá un eje vertebrador que dará sentido a todos los contenidos que se desarrollarán.
- Vendrá figurado que objetivos se quieren conseguir, que actividades se realizarán para hacerlo y en que grado serán asumidos. Según J. Díaz, en el diseño de una unidad didáctica deberá haber los siguientes apartados:

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TÍTULO:

Tendrá que ver con los contenidos que se realizarán, o con las actividades que se harán.

### ✓ INTRODUCCIÓN:

Se describirán de manera global lo que se trabajará, qué vinculación tendrá con toda la planificación. También se situará en el contexto global, por tanto, se citará a quien vaya dirigido, en qué situaciones se realizará, qué duración tendrá, cuál será el planteamiento didáctico y en líneas generales, como será la evaluación y otros puntos que se consideren importantes.

### ✓ OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

Es eso que queremos conseguir. Es donde explicaremos qué queremos que nuestros alumnos consigan y en que medida lo han de hacer una vez acabada la unidad didáctica.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ CONTENIDOS:

Los contenidos son aquello que hemos de enseñar y que viene marcado por los objetivos de la unidad didáctica.

Según Serafín Antúnez, los contenidos “son el conjunto de formas culturales y de saberes seleccionados alrededor del cual se organizan las actividades en el aula”. “ES importante que el técnico seleccione los más importantes, intentando combinar los intereses del alumno con aquello que realmente debe aprender”.

Este contenido se ha de vertebrar en tres ámbitos fundamentales. Los cognitivos, eso que han de saber; los procedimentales, que en el mundo del deporte tienen que ver con la actividad motora y son el centro de la actividad; y los actitudinales, que tienen que ver con la afectividad.

### ✓ ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

Son las actividades que realizaremos durante la unidad didáctica. Las explicitaremos a partir de las sesiones de trabajo.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN:

Es lo que nos permite constatar la evolución y los resultados de los alumnos y donde podremos comprobar si realmente hemos conseguido los objetivos que nos habíamos propuesto inicialmente. En este apartado quedará constancia de qué actividades nos servirán para poder evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje y qué pautas.

### ✓ TEMPORIZACIÓN:

Es la distribución de las diferentes sesiones y contenidos planteados previamente. Nos proporciona las pautas para la distribución de los contenidos.

### ✓ ORIENTACIONES DIDÁCTICAS:

Son los comentarios donde se explica la forma de transmitir los contenidos, la metodología que se utilizará, el tipo de organización que haremos servir y todo aquello que nos sirva para transmitir mejor los contenidos planteados.

### ✓ MATERIAL:

Aquello que usaremos como material anexo, documentación, bibliografía, material que daremos a los alumnos, listas modelos de pautas de observación, y todo aquello que consideremos necesario.

# LA SESIÓN

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- La mejor de las planificaciones quedará sin efectos sí, cuando se lleva a cabo la sesión, esta no se desarrolla de forma satisfactoria. Todas las determinaciones tomadas con anterioridad a la clase/entrenamiento deben ir encaminadas a facilitar que la sesión se pueda hacer de la manera más sencilla y eficaz posible.
- El concepto de la sesión lo definiremos como la unidad vital de la planificación. Es donde se pone en práctica todo aquello que hemos explicado anteriormente. El conjunto de sesiones organizadas bajo un mismo eje vertebrador formará lo que hemos llamado unidad didáctica.
- Es el lugar donde se cumplen los objetivos previstos mediante las actividades de enseñanza-aprendizaje y donde se pueden verificar las adquisiciones (de objetivos) a partir de las actividad de evaluación

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

El protagonista de la sesión es el mismo alumno, ya que es el que recibe el proceso de enseñanza-aprendizaje y es el Técnico el que debe tener siempre la situación prevista por delante. Pero habrá que tener en consideración los siguientes elementos:

- El maestro se debe ocupar de organizar, dirigir y evaluar las actividades de aprendizaje. Es quien pone en contacto a los alumnos con los contenidos.
- El alumno realiza las actividades propuestas por el profesor, por tal de aprender los contenidos y conseguir las metas marcadas. Aquí se ha de tener en consideración cuáles son las experiencias anteriores de los alumnos, la motivación que tienen y sus posibilidades motoras.
- Los objetivos de aprendizaje constituyen las conductas que se desean alcanzar con los alumnos, a los cuales se llega a partir de la adquisición de los contenidos (Se responde con la pregunta “para qué enseño?”).

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- Los contenidos o materias de aprendizaje, que están formadas por los ejercicios, habilidades, actitudes, conocimientos teóricos, etc... y que están fijados por el programa. Su adquisición por medio de las actividades que se realicen permitirá a los alumnos alcanzar objetivos (“qué enseño?”)
- La metodología que indicia la manera como los alumnos adquirirán los contenidos responde a la pregunta de “Cómo enseño?” e indica una serie de actividades que deberán de realizar profesor y alumnos con el uso de ciertos recursos auxiliares, materiales...
- Los medios que se utilizarán, que indican qué material haremos servir y de qué instalaciones nos aprovecharemos por tal de que nuestra tarea sea efectiva.
- El tiempo disponible: qué distribución utilizaremos en relación con el tiempo programado y el tiempo real de clase, que en muchos casos no es el mismo, porque aparecerán otros factores que nos limitarán el tiempo real de práctica.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### PARTES DE LA SESIÓN:

Una vez hemos analizado qué elementos hemos de tener en cuenta en el momento de preparar una sesión de trabajo para nuestros alumnos, ara nos dedicaremos a comentar cuáles son los elementos de los que consta una sesión de trabajo, pero siempre considerando que estas partes vendrán determinadas entre otras cosas por la edad de los niños, por la metodología utilizada y por el objetivo que se persigue.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ PARTE INICIAL:

En esta parte de la sesión destacaremos dos elementos importantes bien diferenciados:

#### FASE FORMATIVA

El técnico informará a los niños sobre los objetivos que se trabajarán en esta sesión y les explicará, por encima, qué trabajo se realizará y con qué finalidad. También le servirá para informar de aquello que crea conveniente.

#### FASE ACTIVA

El principal objetivo en esta fase es lógicamente la de preparar al organismo para el esfuerzo que se hará en la parte principal de la sesión. En esta fase, intentaremos realizar ejercicios sencillos, ya conocidos, por tal de no perder tiempo en las explicaciones. Hace falta que sean progresivos, es decir, del más sencillo al más complejo y de menos a más intensidad. También hace falta que tengan que ver con el esfuerzo que se hará a continuación, por tanto, habrá elementos específicos del deporte a trabajar. La duración de esta fase dependerá de muchos factores, como por ejemplo el nivel de los niños, la edad, el clima y la intensidad de los ejercicios, pero lo que sí es evidente es que debe existir, y hay que hacerla.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ PARTE PRINCIPAL

Esta parte es la que más importancia tiene de la sesión, es donde han de conseguirse los objetivos planteados y donde se manifiestan todos los elementos de la aplicación didáctica. El técnico deberá de definir la organización de los alumnos, el lugar donde se hará la sesión, las actividades que se deberán hacer y el orden que tendrán.

La estructura de la sesión vendrá determinada en función de los objetivos, de los contenidos que se desarrollarán, de los alumnos y de su nivel.

La duración de la sesión vendrá determinada por el nombre de actividades o ejercicios que se hagan, por la intensidad, y por aquello que queramos trabajar.

Lo que hemos de tener claro es que la parte principal de la sesión es la que requiere más tiempo para trabajar los contenidos previstos.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ PARTE FINAL

Es igualmente una parte importante en la sesión. En esta fase el Técnico deberá de proponer tareas de menor intensidad para retornar a los alumnos a la normalidad, y se hará al finalizar la sesión.

También en esta parte el Técnico deberá de hacer un poco de recordatorio de lo que han hecho y trabajado, dar algunas orientaciones sobre la faena que se realizará en siguiente sesión y evaluar, aunque sea de manera subjetiva, el trabajo efectuado durante la sesión.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- General
- Introducción a la adquisición de los objetivos de la clase.  
Calentamiento
- Fase Preparatoria
- Específica
- Aprendizaje de los objetivos escogidos (adquisición de una técnica, de una capacidad condicional...)
- Fase Principal
- Proceso de recuperación. Valoración eventual.
- Fase Final

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ LA FICHA DE TRABAJO Y SUS VENTAJAS

- Hace falta que la sesión de trabajo esté explicada en un modelo de ficha por tal de que sea más eficaz el trabajo que haremos.
- Esta ficha deberá de ser sencilla y funcional.
- Hay que incidir en el hecho de que tener una ficha de trabajo ayuda a hacer nuestro trabajo más fácil.
- Existen muchos tipos de modelos, que se hacen servir en diferentes escuelas deportivas y que tienen una validez contrastada.
- De todos modos es el mismo Técnico el que tiene que organizar y adaptar la ficha de la sesión a sus necesidades personales.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ LAS VENTAJAS DE TRABAJAR CON UNA FICHA

- Organizar el trabajo
- Repartir el tiempo en función de las tareas
- Recordar durante la ejecución las diferentes tareas y el tiempo dedicado a cada una
- Representar gráficamente las tareas (hace que sean más rápidas de entender)
- Archivar todo lo que se ha hecho (con el tiempo da una visión de conjunto y permite evaluar)
- Readaptar la sesión a partir de lo que ha pasado en aquella sesión y que puede quedar reflejado en las observaciones

Una vez finalizada la sesión, el técnico deberá de hacer una valoración del trabajo realizado por tal de comprobar por ejemplo, si se han cumplido los objetivos establecidos anteriormente y si se han desarrollado los contenidos previstos. Complementar, si se diera el caso, la hoja de observación y anotar las impresiones que el Técnico ha tenido durante la sesión, pudiendo insistir en aquello que ha quedado más “cojo”, así como resaltar las que han sido más eficaces.

# ESTILOS DE ENSEÑANZA

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

- El estilo de enseñanza nace de la necesidad que tenemos de transmitir los contenidos deportivos, ya sean físicos, técnicos específicos de un deporte, y tácticos en cuanto a aplicación de las técnicas al juego real...
- El hecho de utilizar diferentes estilos de enseñanza nos permite en último término favorecer el proceso de enseñanza más o menos individualizado, y favoreciendo los procesos cognitivos que son fundamentales en todo el aprendizaje.
- La interacción de estos dos procesos reflejará una filosofía de educación que promueva la independencia y la toma de decisiones, y una búsqueda de alternativas en el mismo aprendizaje o en situaciones de juego, dando diferentes respuestas, de las muchas a escoger.
- El hecho de poder tener diversas respuestas delante de una misma problemática nos permite elevar el concepto de sí mismo, en un entorno que es cada vez más cambiante.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Los estilos de enseñanza proporcionan al docente de todos los niveles un proceso evolutivo de enseñanza de las actividades físicas que nos permitan aumentar y desarrollar:

- El proceso de aprendizaje individualizado
- El proceso cognitivo (fundamental en todo aprendizaje)
- Los estilos, orientados por Mosston, tienen el mérito de intentar que pasen al campo de la práctica los principios teóricos de educación y enseñanza. Es el que llamamos individualización de las actividades, desarrollo de la autonomía de comportamiento en el alumno.
- No existe un estilo ideal de enseñanza, ya que todos los estilos tienen un carácter propio que permiten conseguir los objetivos específicos. Hasta en una misma lección, entrenamiento, etc... se pueden dar diferentes estilos al mismo tiempo.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ MANDO DIRECTO

- Es posiblemente el más utilizado por los técnicos que quieren tener un control más estricto de su clase. Su objetivo consiste en provocar una o diversas respuestas como consecuencia de un estímulo del profesor. El profesor emite un estímulo y se supone que el alumno ha de responder de manera apropiada.
- Este estímulo y su respuesta dependen de una decisión que tiene origen en el Técnico. Este tiene el poder de decisión en todos los niveles del acto educativo, en la preparación de las actividades, en su ejecución y también en la evaluación de los niños.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ MANDO DIRECTO

- El papel del Técnico está totalmente definido, él determina los objetivos de la unidad, de las diferentes sesiones, escoge las actividades, cuál será la cantidad y su calidad, e impone la disciplina.
- El técnico proporciona toda la información relativa a los ejercicios y da toda las instrucciones referidas a ellas (inicio, final, ritmo, repeticiones).
- El profesor observa la realización del ejercicio por parte del alumno, le corrige, lo valora... aunque sea de forma subjetiva.
- El papel del alumno se limita a dar respuesta a los estímulos del maestro o técnico, solo debe comprender las actividades y realizarlas cuando se le da la orden de empezar.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ MANDO DIRECTO

Esta forma de actuar persigue, entre otros elementos, las siguientes finalidades:

- Una respuesta inmediata al estímulo del maestro
- Una respuesta precisa por parte del alumno
- El control estricto de la ejecución motora del alumno
- La seguridad de la práctica
- La eficiencia en el tiempo de enseñanza

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ ASIGNACIÓN DE TAREAS

- En este estilo se pretende desarrollar en el alumno una cierta autonomía de comportamiento que le sea útil para una cierta individualización en las actividades. Hay por tanto un cambio en la relación entre el Técnico y el alumno.
- Este estilo de enseñanza por asignación de tareas nos pide un cierto respeto a las diferencias individuales del alumno en cuanto a las cualidades físicas y técnicas se refiere.
- Una parte de los aprendizajes se deberán de efectuar sin la intervención directa del técnico, que deberá de vigilar a la hora de explicar de forma clara qué actividad se debe realizar, pero conservará el poder de la decisión, planificación y evaluación.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ ASIGNACIÓN DE TAREAS

El alumno deberá encargarse de los diferentes parámetros en la realización de la actividad, como por ejemplo:

- El ritmo de las actividades
- El momento de inicio de su actividad
- El momento de finalizar la actividad
- El orden de realización de las actividades propuestas
- Los periodos de pausa
- La cantidad del trabajo (número de repeticiones, intensidad, etc...)

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ ENSEÑANZA RECÍPROCA

- Mientras que en el estilo anterior el maestro pretendía aumentar el nivel de decisión por parte del alumno, en este estilo de enseñanza se persigue el mismo objetivo, pero se añade que la evaluación la realizan los propios alumnos, a partir de consignas y orientaciones que da el profesor.
- El técnico explica a los niños cuáles son los principales errores que se pueden cometer en la ejecución de la actividad, por tal de que ellos mismos puedan verlos y rectificarlos.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ ENSEÑANZA RECÍPROCA

Este estilo implica un desarrollo de la socialización y comunicación entre los alumnos dentro del grupo. La posibilidad de conocer el resultado de la actividad justo en el momento de acabar de hacerla, hace que sea mucho más motivador para los niños.

Ofrecer métodos de autoevaluación o de evaluación recíproca contribuye a mejorar su calidad en la tarea.

En la práctica el técnico deberá de:

1. Presentar la actividad
2. Definir los criterios de observación (no deben ser demasiados)
3. Designar al observador
4. Iniciar la actividad facilitando su organización práctica.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ PROGRAMA INDIVIDUALIZADO

Este estilo de enseñanza necesita que el maestro elabore para cada alumno (o grupo reducido de alumnos) un plan de actuación lo más individualizado posible sobre las actividades a realizar y sobre los elementos de evaluación que hay implícitos.

En este plan debe constar lo siguiente:

1. Una información general
2. Unas indicaciones dirigidas al alumno, donde figuren los objetivos que hacen falta lograr, la manera de utilizar el programa, la organización y el sitio donde se realiza.
3. La lista de ejercicios que se han de realizar, y también su dosificación (repetición, series, duración, etc...)
4. Una sección donde figurarán los elementos de evaluación.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

- Este estilo consiste en plantear un problema físico, técnico o específico del deporte que se está practicando, por tal de que los alumnos puedan resolverlo. Así se pretende que sea el propio niño el que pueda descubrir o crear algo por tal de aprender a resolver una situación.
- Es importante saber que el problema planteado se puede hacer de más de una manera.
- El maestro no debe hacer demostraciones, por tal que los niños no imiten la actuación del técnico. Los problemas deben de escogerse y presentarse de manera que hagan pensar creativamente.
- Normalmente se puede presentar más de un problema en una sesión.
- Después de plantearlo, debe de relacionar los conceptos aprendidos con el trabajo anterior y también debe encontrar nuevas formas para resolver el problema.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Por cada problema se han de pedir diversas respuestas con el objetivo de motivar a los niños a ser más creativos y reforzar sus movimientos.

#### VENTAJAS:

- Favorece la espontaneidad y la creatividad de los niños.
- Los alumnos descubren por sí solos los movimientos básicos.
- Cada alumno trabaja según sus posibilidades.
- El alumno debe saber qué ha de hacer, como hacerlo y por qué. Es el que piensa.

#### DESVENTAJAS:

- Aprendizaje lento.
- Disminuye la actividad, tanto en volumen como en intensidad.
- Posibilidad de cometer errores del tipo técnico.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ DESCUBRIMIENTO GUIADO

- Es un método muy parecido al anterior, ya que el Técnico va planteando diversas preguntas a las cuales el alumno debe dar respuestas de tipo motor, pero el maestro intenta ponerlo en el camino del descubrimiento. Cada respuesta es un descubrimiento nuevo por parte del alumno. Descubrir alguna cosa cada vez, por pequeña que sea, significa evolucionar.
- El maestro debe formular la pregunta de una manera breve y clara, pero nunca ha de proporcionar la respuesta. Cada pregunta debe de basarse en la anterior hasta que se obtenga la solución adecuada. Es un camino lento, pero al aprendizaje resultante es más duradero, ya que es fruto de un proceso cognitivo.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ DESCUBRIMIENTO GUIADO

El Técnico va dirigiendo las actividades hasta que entre las preguntas y las respuestas del tipo motor y verbal que realizan los alumnos, estos llegan a experimentar e interiorizar el concepto que el técnico quería dar a conocer.

A partir de este método se consigue:

- Aumentar la espontaneidad y la creatividad de los alumnos.
- Los alumnos descubren por sí solos los movimientos básicos
- Cada alumno trabaja según sus necesidades.
- El alumno debe saber aquello que ha de hacer, como hacerlo y porqué lo hace.
- El alumno ha de pensar.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ LIBRE EXPLORACIÓN

- Consiste en la búsqueda de experiencias, motivos... por parte del alumno, con el material, las instalaciones, libremente. Aquí el alumno es el gran protagonista de este método. Aquí el maestro es un elemento pasivo y su misión es orientar la actividad de forma muy leve hacia la actividad más interesante. También puede orientar a un alumno cuando este se lo pida. En este método es el alumno mismo quien progresa a su ritmo, a medida que va resolviendo los problemas que él mismo plantea.

# LA EVALUACIÓN

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

El proceso didáctico pasa por una fase en la que hemos de comprobar si todo aquello que hemos planificado y llevado a la práctica, realmente se ha conseguido. Este proceso de comprobación lo haremos mediante la evaluación. Si buscamos la definición de evaluación en textos específicos del ámbito educativo podremos entender más fácilmente este concepto.

### CONCEPTO

Domingo Blázquez en su libro referente a la evaluación en la actividad física, entre otras cosas habla sobre la definición siguiente: “La evaluación se contempla como un proceso dinámico continuado y sistemático dirigido hacia los cambios de la conducta del alumno mediante los cuales comprobamos los éxitos conseguidos según los objetivos propuestos”.

En su definición de evaluación, ya directamente en el ámbito de la educación física, Pilar Teleña nos dice que la evaluación nos indica de qué manera el proceso educativo consigue sus objetivos fundamentales y compara las finalidades fijadas con las finalidades conseguidas.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ PRINCIPIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación la hemos de entender como un principio totalmente integrado en el proceso educativo.

- Debe ser continuada, sistemática, flexible y funcional de la actividad educativa.
- Los instrumentos que utilizamos en el proceso evaluativo deben ser variados y múltiples
- Deben participar todas las personas que intervienen en el proceso educativo del niño.
- Han de quedar reflejadas las posibles deficiencias del proceso y orientar a su corrección.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ PRINCIPIOS DE EVALUACIÓN

- Gracias a la evaluación podemos saber hasta que grado conseguimos los objetivos, qué eficacia tiene lo que se enseña y, por tanto, saber si tenemos necesidades de modificar lo que hemos enseñado o si el proceso de enseñanza no ha sido el más oportuno.
- Por lo que respecta al alumnado, la evaluación nos permite saber en que medida se han producido cambios en su comportamiento y nos permite obtener datos por tal de orientarlos en sus actividades, tanto presentes como futuras. La evaluación también nos permite poder agrupar a los alumnos en un posible trabajo según su homogeneidad y, finalmente, nos permite asignar una calificación.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

- En el ámbito de la educación motora, estableceremos tres tipos de evaluación a partir de los métodos a aplicar.
- Estos métodos pueden ser objetivos, subjetivos o mixto.

**MÉTODOS OBJETIVOS:** Aquellos que resultan de la aplicación de tests y pruebas estandarizadas medibles y previamente elaboradas. En este caso el juicio del profesor no puede alterar los resultados. El técnico aplica el test escogido y según los parámetros que tiene da una puntuación que nos indica si el alumno ha conseguido el objetivo propuesto, sin tener en cuenta ningún otro tipo de consideración.

En la educación motora la aplicación de pruebas estandarizadas nos permite controlar la evolución del alumno.

Estas tienen un gran valor en cuanto al diagnóstico, ya sea en la detección de talentos o para detectar alumnos con dificultad.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

En la educación motora hemos de tener en consideración dos tipos de pruebas objetivas, unas que miden las aptitudes físicas y otras que son las habilidad deportivas.

TEST DE APTITUD FÍSICA: Estos miden las cualidades motoras de los alumnos. Son tests que pueden ser efectuados en condiciones plenamente controladas, los llamaremos pruebas de laboratorio. Pero a causa de su complicación y sofisticación, difícilmente podremos acceder. Al mismo tiempo también podremos pasar tests de aptitud física en el mismo sitio donde normalmente efectuamos nuestro trabajo diario. Lo llamaremos pruebas de campo.

TEST DE HABILIDADES MOTORAS: Se trata principalmente de pruebas de campo que nos permiten medir la habilidad motora del niño, contrastándola con lo que consideramos habilidad motora ideal, y así veremos en qué estado se sitúa el alumno. En este grupo de pruebas tenemos las que hacen referencia a las habilidades motoras perceptivas, habilidades motoras generales y por último a las pruebas de habilidades deportivas.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

Elementos que hay que considerar cuando pretendemos pasar un test:

- Seleccionar los ejercicios del test según los objetivos que queremos comprobar.
- Comprobar si los test son fiables, reconocidos, válidos, objetivo y aplicable a nuestras posibilidades.
- Leer atentamente las indicaciones y seguirlas al pie de la letra.
- Crear un clima positivo al test, por tal de que el alumno esté a gusto y motivado.
- Intentar que durante la realización de las pruebas no haya interrupciones o elementos que puedan distraer a los deportistas.
- Practicar el test siempre que sea posible.
- Informar a los deportistas de cuál les es el propósito del test, para qué sirve. No deben tener ninguna duda del funcionamiento del test.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

#### MÉTODOS SUBJETIVOS:

- Aquí el juicio del profesor es un elemento importante por tal de efectuar la evaluación del alumno. Se basa en la experiencia del propio profesor y se puede ver influida por factores emocionales del mismo técnico.
- En los métodos subjetivos el más usado es el de observación del alumno en el momento de la práctica. En este caso el técnico ha de observar si se producen los cambios de conducta que se le pedían anteriormente. Por este motivo hay que tener presente qué elementos hay que observar y durante cuanto tiempo por tal de que la conducta observada pueda ser evaluado de una forma lo más válida posible.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

#### MÉTODOS SUBJETIVOS:

El gran número de aspectos que hay que tener en cuenta en la educación motora hace que este método de observación sea de gran eficacia y por tanto, un buen método de evaluación. Esta observación deberá de ser:

- Planificada: Realizada en función de un objetivo definido, buscando los elementos más significativos en el trabajo y del comportamiento de los alumnos.
- Sistemática: Los resultados son más fiables cuando han estado comprobados en diferentes días y situaciones.
- Tan completa como sea posible: Han de tocar todos los aspectos que tienen que ver con un aprendizaje, aptitudes, conductas, intereses...
- Registrable y registrada: Hay que anotar todo lo que estamos observando, no confiar solo en nuestra memoria o en nuestra experiencia, ya que puede resultar engañoso.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

La observación sirve fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos con otros instrumentos. Los métodos de observación más comunes son los siguientes:

#### Registro anecdótico:

Es el método menos sistemático y estructurado para registrar observaciones. Consiste en una breve descripción del hecho que ha sucedido y que puede tener importancia para la evaluación. Se anotan los elementos que pueden resultar útiles para el maestro y los más significativos.

#### Listas de control:

Se trata de una serie de frases que expresan conductas positivas o negativas y en el que el observador señalará el resultado de su observación. Exigen únicamente un juicio de SI-NO. La suma de los SÍ o de los NO se puede interpretar como una forma de medir.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

#### Escala de clasificación o de puntuación:

Pide que el técnico, a parte de observar la realización de la tarea, también valore emitiendo un juicio que puede ser de tipo cualitativo (suficiente, bien, notable), o bien numérico. En estas escalas hay que aclarar a qué equivale cada nota o cualificación.

#### Escalas gráficas:

El profesor señala en un gráfico el grado en que se encuentran según sus observaciones, el elemento de la conducta que se quiere evaluar.

#### Escalas descriptivas:

Consiste en breves descripciones de forma muy concisa y exacta sobre los elementos observados. El profesor señala la posición del alumno en relación a la descripción de estos elementos. Estos elementos son más recomendados, ya que la descripción evita que el observador asigne un significado personal. La dificultad se puede presentar cuando hemos elaborado la escala descriptiva con la delimitación de las conductas y que estas sean representativas de las conductas reales del alumno.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### ✓ TIPOS DE EVALUACIÓN

#### Métodos mixtos:

Es lo que resulta de combinar la aplicación de métodos subjetivos y métodos objetivos. En el mundo de la educación motora, este método es el más adecuado, ya que el método objetivo mide las cualidades motoras o las habilidades deportivas en situaciones de control, pero no tiene en consideración el trabajo efectuado día a día, que es el que valoramos con los métodos subjetivos.

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Hasta ahora hemos estado explicando el concepto de evaluación, cómo ha de ser y qué tipos hay, pero nos falta comentar cuando realizaremos esta evaluación dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje.

### ✓ LA EVALUACIÓN SEGÚN EL MOMENTO DE LA REALIZACIÓN

La mayoría de autores agrupan los momentos de efectuar la evaluación en tres momentos y los llaman de la siguiente manera:

- Evaluación Inicial
- Evaluación Progresiva o formativa
- Evaluación Final

## 5. METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

### EVALUACIÓN INICIAL:

Es importante hacerla ya que nos permitirá conocer qué nivel inicial tienen nuestros alumnos y nos ayudará a determinar los objetivos por tal de adecuar la programación y metodología que haremos servir. Es la base de partida del trabajo que efectuaremos y también un punto de referencia para evaluaciones posteriores.

### EVALUACIÓN PROGRESIVA O FORMATIVA:

Determina el grado en que se van consiguiendo los objetivos concretos de cada unidad didáctica y de todo el proceso. Permite comparar la situación actual con la inicial. Esta evaluación progresiva se basa fundamentalmente en la observación del profesor centrada en el análisis del trabajo efectuado.

### EVALUACIÓN FINAL:

Es el momento en que se comprueba si realmente el trabajo que se ha efectuado responde a los objetivos que inicialmente nos habíamos planteado. Estos resultados obtenidos, una vez hecho el proceso evaluativo, han de ser analizados por tal de comprobar, a parte de los objetivos previstos inicialmente, si el proceso didáctico ha sido el correcto. Posteriormente nos han de servir para que sean el punto de partida para contenidos y niveles posteriores.