

Cómo llevar a cabo la evolución de las habilidades motrices básicas a las habilidades motrices específicas

*Alberto Guevara y Pedro Hernández
CEIP Costa Tegui*

Cuando decidimos escribir este artículo fue con la idea de reflejar que nuestro trabajo es fundamental para la siguiente etapa educativa y también para el desarrollo integral de los alumnos, para que sean grandes amantes de la actividad física.

Es importantísimo, ya que en estas edades es fundamental que los alumnos y las alumnas aprendan a desarrollar sus habilidades para que luego desarrollen sus capacidades con la mayor transferencia posible.

Así que desde nuestra humilde experiencia queremos llevar a cabo una evolución de trabajo para que cuando las alumnas y alumnos estén en la siguiente etapa educativa estén bien coordinados y no les cueste tanto trabajo realizar las tareas motrices.

Las habilidades y destrezas motrices básicas derivan de la realización de un esquema motor o de la combinación de varios de ellos y se consiguen a partir del trabajo de diferentes áreas lográndose una automatización con la repetición y la variación cuantitativa y cualitativa.

Esta variación en cantidad y calidad de movimiento contribuye a la formación de una base motora en el individuo, que será mucho más amplia y rica cuanto mayor y variado

sea el número de habilidades adquiridas. Estas habilidades tienen una estructura jerárquica: de simples conductas derivan estructuras motrices cada vez más complejas y articuladas.

Las habilidades básicas son todas aquellas conductas y aprendizajes adquiridos por una persona, éstas se caracterizan por su inespecificidad y porque no responden a los modelos concretos y conocidos de movimiento o gestoformas que caracterizan las actividades regladas y estandarizadas.

Las habilidades específicas son todas aquellas actividades de índole físico en torno a la consecución de un objetivo concreto enmarcado por unos condicionamientos previos y bien definidos en su relación.

A diferencia de las habilidades básicas, las específicas tienen implícito un objetivo de eficacia, de efectividad y de rendimiento y están centradas en la consecución de metas concretas, conocidas y bien determinadas.

Debemos entender las habilidades como una superación constante y progresiva de diferentes niveles o estadios, que van de los más simples y sencillos a los más complejos.

Educación física

De las habilidades y destrezas motrices básicas a las específicas

Todo el conjunto de habilidades motrices básicas desarrolladas y aprendidas en la enseñanza primaria y primer ciclo de secundaria constituyen la base de aprendizajes posteriores, básicamente de las habilidades motrices específicas.

De esta manera podemos entender la existencia de la capacidad de aprendizaje y formular la hipótesis de que los aprendizajes realizados previamente por los individuos forman la capacidad para producir nuevos aprendizajes.

Se deben proponer a los alumnos tareas que consoliden habilidades que les permitan progresar hacia una

mayor complejidad y especificidad. Esta evolución es acorde con el propio desarrollo del alumno y con el progresivo paso de un nivel educativo a otro.

Actuando de esta manera, llegará un momento en el que el dominio de las habilidades básicas debe dar un paso a formas más complejas de movimientos, entre ellos, las técnicas, las gestoformas y las acciones propias de los deportes, de las actividades de expresión, de las realizadas en el medio natural, etc., en definitiva, al conjunto de las habilidades específicas.

Aquí queremos presentar una propuesta de la evolución de las habilidades básicas a las específicas:

PROPUESTA DE HABILIDADES Y DESTREZAS PARA PRIMER Y SEGUNDO CICLO DE PRIMARIA	
<i>Desplazamientos</i>	Requiere equilibrio dinámico y correcto ajuste de su esquema corporal, además de agilidad.
<i>Salto</i>	Implica correcto ajuste corporal, percepción espacial, temporal y fuerza dinámica
<i>Giros</i>	Tener el esquema corporal bien maduro, supone una mejor facilidad en el aprendizaje de los giros sobre distintos ejes
<i>Lanzamientos</i>	Desarrolla y afirma su lateralidad y coordinación óculo-manual
<i>Recepciones</i>	Desarrolla y afirma su lateralidad y coordinación óculo-manual.

La coordinación y el equilibrio representan un papel fundamental en el desarrollo de las habilidades, pues la ejecución de habilidades motrices sin coordinación y equilibrio es imposible.

Se deben proponer a los alumnos tareas que consoliden habilidades que les permitan progresar hacia una mayor complejidad y especificidad

PROPUESTA DE HABILIDADES Y DESTREZAS PARA TERCER CICLO DE PRIMARIA Y PRIMER CICLO DE ESO

HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS	DEFINICIONES
ESPACIO-CORPORALES	Las habilidades espaciales corporales son todas aquéllas encaminadas a que el sujeto interactúe con su cuerpo en un espacio determinado. Este espacio puede ser de diferentes tipologías y las acciones que el individuo puede realizar son numerosas y variadas.
INSTRUMENTALES	Las habilidades motrices instrumentales son todas aquéllas en las que generalmente el individuo utiliza o interactúa con móviles, objetos o implementos y tienen como finalidad un correcto y amplio dominio de los mismos. Para considerar que una habilidad pertenece a la categoría de instrumental debe ser significativa para el alumno, tener una utilidad concreta en el mundo de la actividad física o de la vida y facilitar otros aprendizajes.
TEMPO-CORPORALES	Las habilidades motrices tempo-corporales son todas aquéllas encaminadas a la interacción del individuo con el tiempo como factor prioritario. Tratan de que el alumno resuelva situaciones de diferente índole basadas en mover o utilizar su cuerpo a partir de unos conocimientos temporales específicos.
SOCIALES	Forman parte de esta categoría todo el conjunto de habilidades motrices básicas orientadas fundamentalmente al desarrollo de las capacidades expresivas y comunicativas del cuerpo, así como aquéllas que inciden sobre los procesos de socialización del individuo. Un primer grupo lo constituye el conjunto de habilidades básicas relacionadas con el mundo de la expresión y orientadas al aprendizaje posterior de las artes escénicas, del mimo, de las danzas, de los bailes, de la cultura popular, etc. El segundo grupo hace referencia al conjunto de habilidades relacionadas con la capacidad comunicativa del cuerpo, los gestemas y praxemas son ejemplos específicos en la actividad física en general. Entre las más importantes podemos destacar aquéllas que tienen una especial incidencia y significado sobre las actitudes de compartir, de respetar, de aceptar y ser aceptado, de participar y dejar participar, de no discriminar, y las relacionadas con valores tales como la deportividad, el juego limpio, la nobleza, etc.
COOPERACIÓN	El alumno coopera o colabora con otros compañeros para la consecución de un fin común. Este fin común está relacionado con la solución de un problema, situación o acción motriz. La cooperación puede ir desde sólo un compañero (parejas), hasta todo el grupo de clase.
OPOSICIÓN	Las habilidades y destrezas de oposición son aquéllas en las que el alumno, de forma individual, se opone a la acción de uno o varios adversarios para la consecución de un fin.
COOPERACIÓN/OPOSICIÓN	Son todas aquéllas en las que el individuo actúa junto con otros compañeros cooperando con unos de ellos para oponerse a la acción de los demás. Por las propias características de este tipo de habilidades se hace aconsejable realizarlas con alumnos entre los once y los catorce años. Este tipo de habilidades está en relación con el tránsito de las más básicas a aquellas más específicas, es decir, constituyen el núcleo central de la iniciación a las habilidades motrices específicas.
ESTRATÉGICAS	Las habilidades motrices estratégicas serán todas aquéllas en las que el alumno utiliza de manera reflexiva y no mecánica los procedimientos pertinentes para la resolución más adecuada de un determinado problema motriz. Utilizar una estrategia en la resolución de un problema motriz supone algo más que la simple realización de procedimientos o maneras de actuar, la estrategia lleva implícita la necesidad de ser consciente de lo que sucede y de los procedimientos que se ponen en acción. La realización de habilidades estratégicas requiere, por tanto, de un sistema que controle el desarrollo de lo que acontece y decida, cuando sea necesario, qué procedimientos son los que hay que poner en marcha. Este sistema de control implica dos aspectos clave relacionados con el ámbito del conocimiento.

En general se suele plantear una metodología similar en la docencia del deporte en edades de iniciación, pero en realidad deberíamos analizar el tipo de práctica que desarrollamos con objeto de adecuar nuestra actuación a la especificidad de

ésta. Hernández Moreno (1994) realiza una clasificación sobre el deporte atendiendo a la presencia o no de compañeros y adversarios, que nos sirve para realizar posteriormente las habilidades espectrales.

... desde nuestra humilde experiencia queremos llevar a cabo una evolución de trabajo para que cuando las alumnas y alumnos estén en la siguiente etapa educativa estén bien coordinados y no les cueste tanto trabajo realizar las tareas motrices

En general se suele plantear una metodología similar en la docencia del deporte en edades de iniciación, pero en realidad deberíamos analizar el tipo de práctica que desarrollamos con objeto de adecuar nuestra actuación a la especificidad de ésta

PROPUESTA DE HABILIDADES Y DESTREZAS PARA SEGUNDO CICLO DE SECUNDARIA	
Deportes psicomotrices o individuales.	Serán todos aquellos deportes en los que participamos individualmente sin la presencia de compañeros ni adversarios (salto de longitud, lanzamiento de jabalina).
Deportes de oposición.	Serán todos aquellos deportes individuales en los que nos enfrentamos a otro oponente. Abarcaría a todos aquellos deportes denominados tradicionalmente de adversario (tenis o bádminton individual, deportes de lucha).
Deportes de cooperación	Serán todos aquellos deportes en los que participamos dos o más compañeros sin la presencia de adversarios (patinaje por parejas, gimnasia rítmica por equipos).
Deportes de cooperación-oposición.	Serán todos aquellos deportes en los que un equipo de dos o más jugadores se enfrenta a otro de similares características. Incluimos aquí todos los deportes colectivos. Hernández Moreno (1994) distingue tres grandes grupos dentro de estos deportes. Primero estarían aquellos deportes de cooperación-oposición que se realizan en espacios separados y con participación alternativa de los intervinientes (voleibol o tenis dobles). En segundo lugar estarían aquellos que se realizan en espacio común pero con participación alternativa (frontón por parejas). Por último estarían aquellos que se desarrollan en espacios comunes y con participación simultánea (baloncesto, fútbol o balonmano).

Resumen

PRIMER Y SEGUNDO CICLO DE PRIMARIA	TERCER CICLO DE PRIMARIA Y PRIMER CICLO DE SECUNDARIA	SEGUNDO CICLO DE SECUNDARIA
Desplazamientos	Espacio? Corporales	Deportes Psicomotrices o Individuales.
Salto	Instrumentales	Deportes de Oposición.
Giros	Tempo? Corporales	Deportes de Cooperación
Lanzamientos	Sociales	Deportes de Cooperación-Oposición.
Recepciones	Cooperación	
	De Oposición	
	Cooperación? Oposición	
	Estratégicas	

BIBLIOGRAFÍA:

- Batalla, Flores Albert (2000), Las habilidades motrices, INDE. Barcelona.
- Blázquez, D. (1995), La iniciación deportiva y el deporte escolar. INDE. Barcelona.
- Delgado, M.; Tercedor, P. (2002). Estrategias de intervención en Educación para la Salud desde la EF. INDE. Barcelona.
- Díaz Lucea, J. (1999). La enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y destrezas básicas. INDE. Barcelona.
- Eklblom, B. (1999). Manual de las Ciencias del Entrenamiento. Fútbol. Paidotribo. Barcelona.
- Famose, P.(1992). Aprendizaje motor y dificultad en la tarea. Paidotribo. Barcelona.
- Knapp, B. (1981). Desarrollo motor y actividades físicas. Gymnos. Madrid.
- Sánchez Bañuelos, F. (1990). Bases para la didáctica de la Educación Física y el Deporte. Gymnos. Madrid.
- Sánchez Bañuelos, F. (2002). Didáctica de la EF. Prentice Hall.
- Sneyers, J. (1991). Preparación física moderna. Hispano Europea. Barcelona.