



Educación Física

TEMA 14

LOS DEPORTES. CONCEPTO Y CLASIFICACIONES. EL DEPORTE COMO ACTIVIDAD EDUCATIVA. DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS PRESENTES EN LA ESCUELA: ASPECTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS ELEMENTALES; SU DIDÁCTICA

No está permitida la reproducción total o parcial de este documento, ni su tratamiento informático, ni la transmisión a terceros destinatarios de ninguna otra forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u por otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright



© Miguel A. Aguilar Cruz

© MaacFormación

Diseño de cubierta: MaacFormación

Teléfono: 657889681

Email: info@maacformación.es



TEMA 14

**LOS DEPORTES.
CONCEPTO Y
CLASIFICACIONES. EL
DEPORTE COMO
ACTIVIDAD EDUCATIVA.
DEPORTES INDIVIDUALES
Y COLECTIVOS
PRESENTES EN LA
ESCUELA: ASPECTOS
TÉCNICOS Y TÁCTICOS
ELEMENTALES; SU
DIDÁCTICA**

Consejos Prácticos para el Estudio del Temario

LA PRUEBA. Recuerda que deberás realizar por escrito un tema de entre 4 elegidos al azar del temario de la especialidad. Se invalidará el ejercicio escrito que posea nombres, marcas o cualquier señal que pueda identificar al aspirante, así como aquel que resulte ilegible.

MIS CONSEJOS

- **¡MUY IMPORTANTE!** Los temas tienen una extensión de “contenido técnico” de unas 9-10 caras. A la hora de trabajar los temas, debemos resumirlos a unas 6-8 caras aproximadamente (dependerá de la capacidad individual de cada uno de vosotros: velocidad de escritura, tipo de letra, etc. Estudiar más es perder el tiempo ya que NO nos dará tiempo a escribirlo por completo.
- **¡ESTRUCTURA DEL TEMA!**: al presente le faltan algunos puntos importantes que veremos a lo largo del curso durante las clases (Ejemplo: Introducción). Estos puntos y otros más los trataremos en las distintas sesiones del curso de preparación.
- **¡IDE VITAL IMPORTANCIA!** Si somos conscientes de que tenemos mala letra, somos lentos, mal formato de escritura, etc., deberemos hacer un hueco importante en el planning de trabajo para poder mejorar este aspecto: fundamentalmente la velocidad de escritura y mejora de la letra (caligrafía).
- **PLANIFICACIÓN DEL ESTUDIO.** Por todo ello, para planificar tu estudio es aconsejable en las 2-3 semanas iniciales del mes, intentar estudiar todos los temas del mes. Posteriormente, en la semana 3ª- 4ª del mes nos dedicaremos a repasar (temas del mes o de meses anteriores).
- **IMPORTANCIA DE LOS PRIMEROS MESES DE PREPARACIÓN** ¡Para afrontar el año con garantías serán muy importantes los meses de septiembre, octubre, noviembre y diciembre! . Es decir, debemos implicarnos y estudiar el máximo número de temas en estos meses para poder dedicarnos a “otras cosas” el resto del año de preparación (prueba oral y supuestos prácticos)
- **REPASAR.** No podemos olvidar la importancia que supone ir repasar los temas estudiados!. Para ello, será importante planificar ciclos de repaso. No es lo mismo trabajar sobre algo que “nos suena” que sobre algo “olvidado”. Objetivo: no perder tiempo!!!
- **METODOLOGÍA.** En relación a la metodología de estudio, aconsejamos el formato más económico y rápido (para especialidades en las que se entregue esquema multicolor)
 - Lectura del tema y analizar como se plasma la información sobre el esquema
 - Retocar, personalizar sobre el esquema según preferencias.
 - Memorizar en base al esquema. No perder el tiempo ¡estudio y memorización!

Y por último, nunca debemos olvidar que...

“La oposición es una prueba de resistencia en la que a día de hoy, nos falte mucho o poco, nos queda menos que ayer. Ánimo y suerte”

Miguel Ángel Aguilar Cruz



ÍNDICE

1. LOS DEPORTES. CONCEPTO Y CLASIFICACIONES.

1.1. CONCEPTO DE DEPORTE.

1.2. CLASIFICACIONES.

2. EL DEPORTE COMO ACTIVIDAD EDUCATIVA.

2.1. JUSTIFICACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DEL DEPORTE EN EL ÁMBITO ESCOLAR.

2.2. INICIACIÓN DEPORTIVA COMO CONTENIDO DE LA EF ESCOLAR

3. DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS PRESENTES EN LA ESCUELA: ASPECTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS ELEMENTALES; SU DIDÁCTICA.

3.1. CONCEPTO.

3.2. CLASIFICACIONES

3.3. CARACTERÍSTICAS

3.4. ASPECTOS TÉCNICOS ELEMENTALES.

3.5. ASPECTOS TÁCTICOS ELEMENTALES.

3.6. DIDÁCTICA DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS.

3.7. DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS PRESENTES EN LA ESCUELA

1. LOS DEPORTES. CONCEPTO Y CLASIFICACIONES.

1.1. Concepto de Deporte.

La concepción del término deporte ha variado en función de las sociedades en las que se ha desarrollado y una serie de factores que han ido apareciendo progresivamente a lo largo de la historia (García Ferrando, 2014). En el siglo XI aparece “*deport*” con el significado de diversión, ocio o pasatiempo agradable. En España en el siglo XII aparece el término “*deportarse*” y posteriormente adopta el actual término “*deporte*”. En Inglaterra a finales del siglo XVI se utiliza el término “*disport*” para posteriormente denominarse “*sport*”.

Para **Coubertain** el deporte es la ejecución del ejercicio muscular, habitual y voluntario con el deseo de progresar, asumiendo cierta dosis de riesgo. Para **Parlebás (1981)** es una “situación motriz donde prima la competición reglada e institucionalizada”.

Contreras (2001) aglutina una serie de conceptos clave de varias definiciones:

- Existencia de competición y esfuerzo físico
- Carácter lúdico-deportivo
- Existencia de normas, reglas. Carácter institucionalizado.
- Carácter mediatizado (respaldo publicitario de los esponsor)

1.2. Clasificaciones.

Tomando como criterio el tipo de periodización del entrenamiento que cada deporte exige de forma prioritaria, **Matveev (1975)**, propone la siguiente taxonomía:

- Deportes acíclicos (potencia muscular de intensidad máxima).
- Deportes de resistencia orgánica de tipo aeróbico.
- Deportes de combate o de lucha.
- Deportes de equipo.
- Deportes complejos y poliathones o pruebas múltiples.

Atendiendo al grado de oposición, **Hernández Moreno (1994)**, realiza una clasificación que creemos mucho más idónea en la actualidad. Se basa en la clasificación de **Parlebas (1981)** que considera que los diferentes deportes vienen dados por la existencia o no de incertidumbre (del medio, adversarios o compañeros). Parlebas (1981) diferencia dos tipos de situaciones: aquellas en las que individuo actúa solo (psicomotrices), y aquellas en las que el individuo actúa con otros (socimotrices). En base a esto, Hernández Moreno (1994) establece 4 grupos de deportes:

- Psicomotrices o Individuales. Sin presencia de compañeros y adversarios.
- De Oposición (sociomotriz). Nos enfrentamos a otro (bádminton, lucha,..)
- De Cooperación (sociomotriz). En los que no se nos molesta (patinaje)
- De Cooperación-Oposición (sociomotriz). Deportes colectivos (voleibol...)

2. EL DEPORTE COMO ACTIVIDAD EDUCATIVA.

2.1. Justificación y características del deporte en el ámbito escolar.

Los antecedentes históricos del deporte como medio de la E.F. hemos de situarlos en el S. XIX. La obra de Thomas Arnold en las "Public School" de Rugby (Inglaterra, 1828) supone el punto de partida del deporte moderno. Como finalidades principales que Arnold pretendía conseguir del deporte en la escuela destaca "el control de la vida escolar (sobre todo el tiempo libre), canalizando la agresividad y violencia desatada en aquellos internados.

La restauración en 1896 de los juegos Olímpicos Modernos por el barón Pierre de Coubertain constituye otro de los hitos históricos de este fenómeno sociocultural. La espectacularidad de las grandes competiciones será lo que determinará la introducción progresiva en los currículos escolares del deporte. (Vázquez, 1991).

Contreras (1998) comenta que el deporte no es educativo por sí mismo, sino que será la metodología utilizada en su enseñanza y las condiciones en las que se desarrolle, lo que hará que nos pueda servir como instrumento educativo. Es decir, para poder utilizar el deporte como contenido educativo, éste debe cumplir una serie de **características**, como por ejemplo (Galera, 2001; Le Boulch, 1991; Hernández, 2015):

1. Tener un carácter abierto sin ningún tipo de discriminación.
2. Plantearse como fines no sólo la mejora de las habilidades motrices sino también el desarrollo de las capacidades cognitivas, afectivas y de interacción social.
3. No incidir sobre el resultado de la actividad (ganar-perder) sino sobre las intenciones educativas que se persiguen. (M.E.C., 1989)
4. Desarrollar hábitos higiénicos y conductas saludables.
5. Las metas y objetivos deben coincidir y complementarse con la E.F. escolar.
6. Contribuir como medio educativo para la formación integral.
7. Trabajar de forma polivalente para evitar la especialización prematura.
8. Primar la cooperación por encima de la competición en un clima de juego limpio
9. Dar importancia a los valores educativos y temas transversales del currículo.
10. Los programas deben ser adecuados a las posibilidades de los alumnos.
11. Que utilice un material adecuado
12. Que posibilite el desarrollo en el niño para tomar iniciativas.

En este sentido, Gutiérrez (2014) plantea una serie de sugerencias para poder conseguir objetivos educativos con el deporte, sugerencias extensibles a:

- **Padres:** deben animar a los hijos para que elijan y practiquen la modalidad deportiva que más les guste, educándoles en valores éticos y deportivos.
- **Profesores y Entrenadores:** potenciar la práctica deportiva, para la mejora de la salud, respeto a las reglas y la competición educativa no tanto la búsqueda de resultados, valorando los progresos individuales.
- **Organizadores del Deporte:** fomentar y recompensar actitudes de respeto y juego limpio; diferenciar claramente el deporte educativo y el de alto rendimiento y permitir el acceso al deporte de grupos especiales.
- **Medios de comunicación:** transmitir los verdaderos valores del deporte y dar mayor cobertura al deporte base y no solo al espectáculo.

- **Espectadores:** disfrutar del espectáculo, ser respetuoso con los deportistas y con las reglas y sobre todo ser educado en todo momento.
- **Practicantes:** disfrutar con la práctica deportiva respetando a adversarios y reglas de juego, aprendiendo a ganar y perder de forma natural, valorando nuestros límites y posibilidades, como medio de salud, etc.

2.2. Iniciación deportiva como contenido de la E.F. escolar.

2.2.1. Concepto.

Tradicionalmente se conoce iniciación deportiva al “momento en el que el niño/a empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes (Bayer, 1986). Sin embargo la mayoría de los autores piensan que la iniciación deportiva desde el punto de vista educativo no empieza exclusivamente cuando el alumno/a toma contacto con un deporte específico, sino que puede tener lugar mucho antes mediante actividades facilitadoras para la posterior práctica deportiva (Blázquez, 2011)

2.2.2. Fases en la iniciación deportiva.

Tras una revisión bibliográfica, comentar que los autores revisados proponen diferentes fases para la iniciación deportiva según el enfoque metodológico analizado. Desde la década de los ochenta se han venido contrastando los dos enfoques metodológicos más utilizados en la enseñanza deportiva (Delgado, 2003):

- Por un lado, **el enfoque tradicional**, centrado en las progresiones de ejercicios, tanto de asimilación como de aplicación y, por otro,
- **el enfoque activo o alternativo** asociado a la pedagogía del descubrimiento y fundamentado en la propuesta de experiencias motrices lúdicas vinculadas al contexto real de juego (Blázquez, 2011).

Ambos enfoques plantean una secuencia creciente en la dificultad, sin embargo, la primera se centra más en la consecución de unos fundamentos técnicos básicos y, la segunda da prioridad a la comprensión de los fundamentos tácticos (Romero, 2000).

Centrándonos en el enfoque activo o alternativo, quizás el más adecuado para su puesta en práctica en el ámbito escolar, destacar los siguientes autores:

A) Jiménez (2000) elabora un desarrollo basado tanto en la edad como en los contenidos. Contempla dos fases:

- **1ª Fase: Iniciación (7-12 años).** Se centra en el inicio al trabajo de las habilidades genéricas del juego colectivo, habilidades específicas y trabajo colectivo básico.
- **2ª Fase: Desarrollo (11-22 años).** Centrada al inicio en el trabajo específico de un deporte pero sin especializar en puestos específicos y progresión hacia esta especialización.

B) Modelo Piramidal. En este sentido, destacar también que la mayoría de los autores, están de acuerdo en establecer este **modelo piramidal** para permitir que una persona llegue a su máximo rendimiento sin atentar contra la formación integral. El modelo se

divide en **cuatro fases** y se basa en la creación de una base muy sólida y amplia, para llegar al final del proceso a la cúspide (Delgado, 1997) (¡ver imagen en tema!).

▪ **Fase de fundamentos:** Busca una formación motriz amplia del niño, utilizando todos los medios que la educación física nos ofrece. El objetivo prioritario es el aprendizaje motor, con el fin de mejorar las cualidades coordinativas. Las Adaptaciones más específicas a seguir en el marco escolar que podemos realizar en esta fase serían (Bañuelos, 2000):

- La forma de trabajo, para ser lúdica o sistemática, con un material adaptable a las características de los niños y variable, tratando siempre de que puede haber uno para cada individuo para que se produzca el mayor número de repeticiones.
- Las dimensiones del terreno podrán modificarse según convenga.
- La Estrategia práctica pasa de ser mixta. .
- Se utilizarán todo tipo de estilos de enseñanza, en función del objetivo pretendido.
- Es importante la utilización de modelos, demostraciones, uso del vídeo...

▪ **Fase de iniciación deportiva:** Comienzo satisfactorio en varias disciplinas deportivas a la vez, que no han de tener características similares. Es más, en muchos casos se aconseja que dichos deportes sean muy heterogéneos. no debiendo faltar la combinación de deportes individuales y deportes colectivos. Las adaptaciones a seguir en el marco escolar serían prácticamente igual que las indicadas en la fase anterior

▪ **Fase de especialización:** Se comienza un entrenamiento sistemático para un solo deporte o un grupo de deportes con características estructurales muy similares

▪ **Fase de máximo rendimiento:** Como culminación de todo el proceso, su objetivo es obtener el más alto rendimiento en competición.

***NOTA:** Atendiendo a la configuración de este modelo, en Ed Primaria se debe atender a las dos primeras fases (fundamentos e iniciación deportiva).*

3. DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS PRESENTES EN LA ESCUELA: ASPECTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS ELEMENTALES; SU DIDÁCTICA.

3.1. Concepto.

A) Deportes Individuales. Englobados en las llamadas **situaciones psicomotrices** (el individuo actúa en solitario). Así, podríamos **definir** este tipo de deportes como “aquellos en los que se encuentra uno sólo en un espacio, donde ha de vencer determinadas dificultades, superándose a sí mismo con técnicas que pueden ser comparadas con otros, sin que exista ningún otro participante condicione su conducta motriz” (Parlebas, 1986; Hernández Moreno, 1994, Gómez, 2015).

B) Deportes Colectivos. Este tipo de deportes se encuentran englobados en las llamadas **situaciones sociomotrices (de cooperación-oposición)**. Podríamos **definir** este tipo de deportes como “aquellos en los que se producen interacciones entre los participantes, producidas de manera que un equipo deportivo coopera entre sí para oponerse a otro que actúa también en cooperación y que a su vez se opone al anterior” (Bañuelos, 2000).

En relación a los deportes colectivos destacamos los términos comunicación motriz (la que doy a mis compañeros) y contracomunicación motriz (lo que doy al contrario).

3.2. Clasificaciones

A) Deportes Individuales.

► Podemos recurrir nuevamente a la clasificación establecida por **Parlebas (1986)** (Situaciones Psicomotrices) y concluimos que este tipo de deportes pueden ser:

- CAI: deportes individuales donde no existe ningún tipo de incertidumbre ni interacción. El practicante está solo en un medio estable.
- CAI: deportes individuales caracterizados porque la incertidumbre se sitúa en el medio físico.

► **En función de las características del medio** Antón y cols. (1989) nos habla de deportes realizados en el *medio natural* (aéreos, terrestres y acuáticos) y deportes realizados en un *medio artificial* (terrestres y acuáticos).

► **En función de la incertidumbre creada por el medio** (Latorre, 1989): deportes con *el medio fijo* (condiciones estables) y con el *medio fluctuante* (las condiciones del medio varían con facilidad, son incontrolables).

► **Atendiendo al tipo de competición** (Antón y cols., 1989): destacar los *deportes de carrera*: (con vehículo o sin vehículo) y *deportes de concurso* (tratan de medir el nivel de habilidad o destreza de los sujetos)

► **Atendiendo a la presencia o no de deportistas** (Latorre, 1989)

- Actuación consecutiva en solitario: no se compete simultáneamente, sino que lo van haciendo consecutivamente uno detrás de otro (saltos y lanzamientos)
- Actuación simultánea con otros deportistas: los deportistas compiten junto a otros deportistas que lo hacen en calidad de oponentes. (carreras de atletismo)

B) Deportes Colectivos

➤ **Clasificación de P. Parlebás (1986)**: Siguiendo a Parlebás (1986) podemos decir que hay dos grandes grupos de deportes: los psicomotrices (hacen referencia a los deportes individuales) y los sociomotrices, en los que participan varios sujetos que inciden de forma directa en las conductas que desarrollan sus compañeros y/o adversarios. Este tipo de deportes se encuentran englobados en las llamadas situaciones sociomotrices (de cooperación-oposición), diferenciando:

- CAI: ciclismo en carretera por equipos... (incertidumbre del medio, adversarios y compañeros).
- CAI: deportes de equipo... (incertidumbre de los adversarios y compañeros).

➤ **Clasificación de Hernández y Blázquez (1994)**. Basándose en la clasificación de Parlebás, P. (1986), añaden dos nuevos elementos: la forma de utilizar el espacio y la participación de los jugadores. En esta clasificación nos encontramos con tres grupos:



MATERIAL DE MUESTRA



**¡ESTE MATERIAL ES UNA
MUESTRA! SI TA HA
GUSTADO...**

**¡MATRICÚLATE EN LA
MODALIDAD “ON LINE” O
PRESENCIAL!**

FORMACIÓN

