

EL DISEÑO DE LAS TAREAS MOTRICES EN LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA



UNIVERSIDAD DE
MURCIA

Alfonso Valero Valenzuela
Curso 11/12



Definición de Tarea Motriz (Famose, 1982)

Información que el profesor proporciona al alumno y que está compuesta por:

1. Preparación y acondicionamiento del medio: disposición del material y zonas de trabajo
2. Instrucciones para la utilización y actuación en el medio: material y espacio a utilizar, objetivos, forma de ejecución



Clasificación en función del grado de especificación (Famose, 1982)

1. **Tareas no definidas:** sólo se explicita el medio. Ej: explorar diferentes formas de golpear una indiacá.
2. **Tareas semidefinidas:** se explicita el objetivo. Ej: descubrir la parte del cuerpo con la que se controla mejor el golpeo de la indiacá.
3. **Tareas definidas:** todos los apartados están perfectamente delimitados. Ej: golpear la indiacá con cada mano.



Clasificación según varios factores

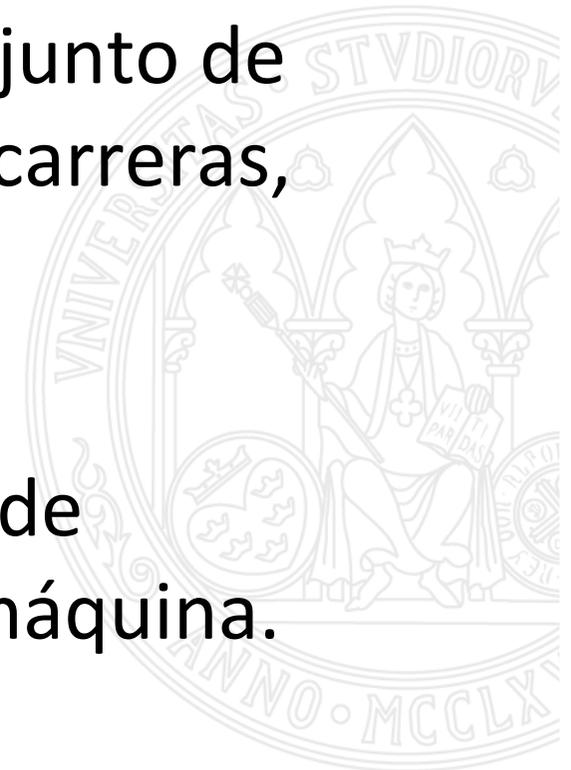
VARIABLE	CLASIFICACION	OBSERVACIONES
Participación corporal	Globales <—> finas	Grupos musculares que participan, o precisión.
Grado de regulación de los movimientos	Autorreguladas <—> regulación externa	Posibilidad, o no, de ejercer control sobre la tarea.
Duración del movimiento	Discretas <—> seriadas-continuas	Fluidez de la tarea o inconsistencia.
Grado de control ambiental	Cerradas <—> abiertas	Reguladas, o no, por el medio (espacial o espaciotemporal).
Disponibilidad de feedback	Continuo <—> terminal	Posibilidad de obtener feedback.
Participación cognoscitiva	Alta <-----> baja (Perceptivo-cognoscitivo) (Motrices habituales)	Predominio perceptivo o motor.

Figura 35. Clasificación de las habilidades y tareas motrices: Ejemplo de clasificaciones generales.



Participación corporal (Cratty, 1973)

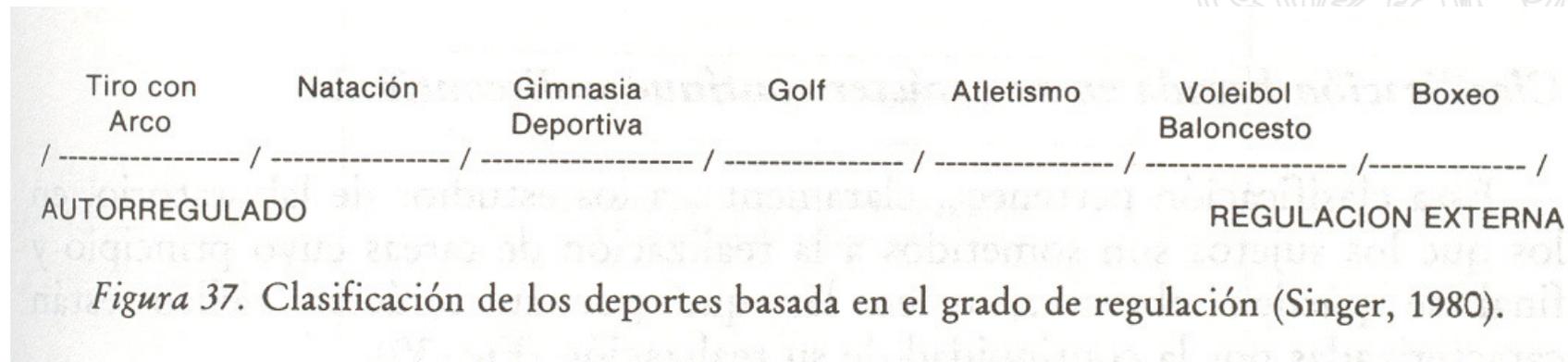
- Globales: participación en conjunto de diversas partes del cuerpo. Ej: carreras, saltos, lanzamientos, etc.
- Finas: requieren un alto grado de precisión. Ej: coser, escribir a máquina.





Grado de regulación de los movimientos (Singer, 1980)

- Autorregulada: el sujeto decide cuando comienza, acaba y el ritmo de ejecución.
- Mixta o regulación externa: el ambiente condiciona la actuación del sujeto.





Grado de apertura (Knapp, 1979)

- Abierta: medio cambiante, variable. Surgen operaciones cognitivas de anticipación, evaluación (deportes de equipo).
- Cerrada: medio estable (deportes individuales).

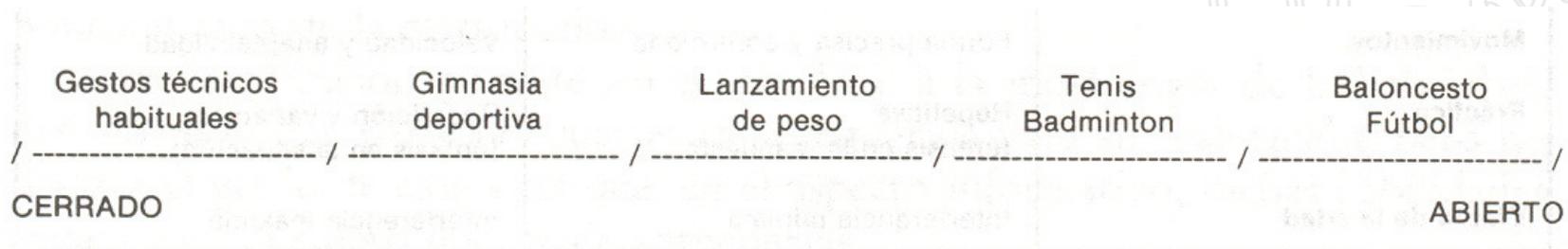


Figura 38. Clasificación de los deportes basada en el continuum ABIERTO - CERRADO (según Knapp, 1979).



Continua-discontinua (Holding, 1981)

- Continuas: carácter cíclico, repitiéndose en el tiempo.
- Discontinuas: principio y final definido. Distinguir entre discretas y seriadas.

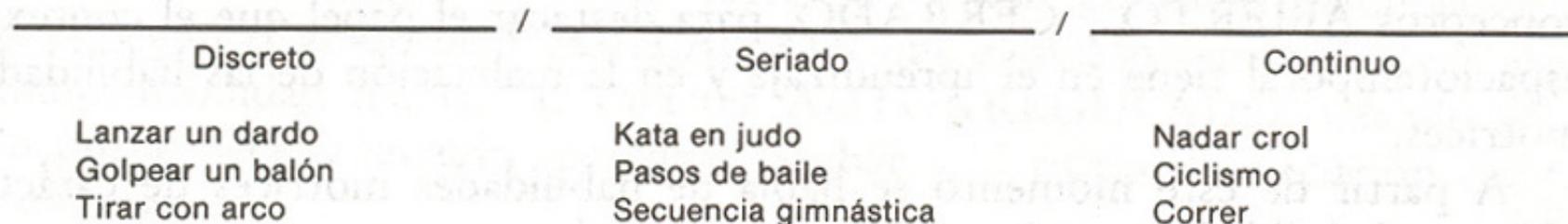


Figura. 39. Clasificación de los deportes según su carácter continuo o discontinuo (Holding, 1981).



Composición y dificultad (Fitts y Posner, 1968)

- Composición: elementos de complejidad de la tarea.
- Dificultad: demandas perceptivo-cognitivas. Interacción entre sujeto y medio.

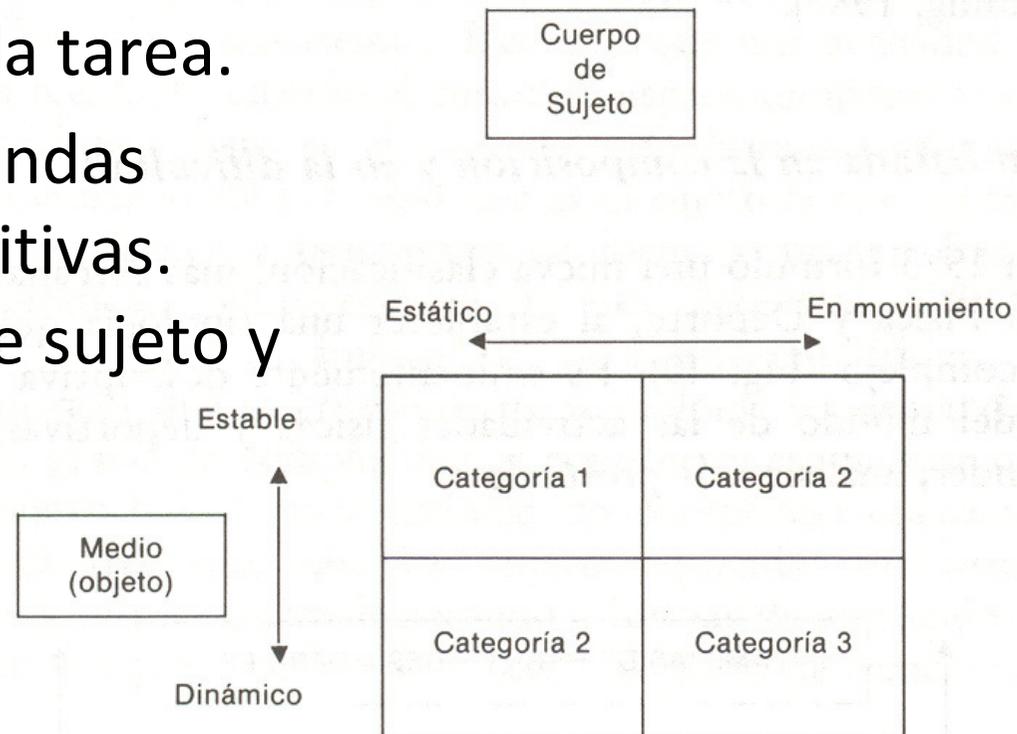
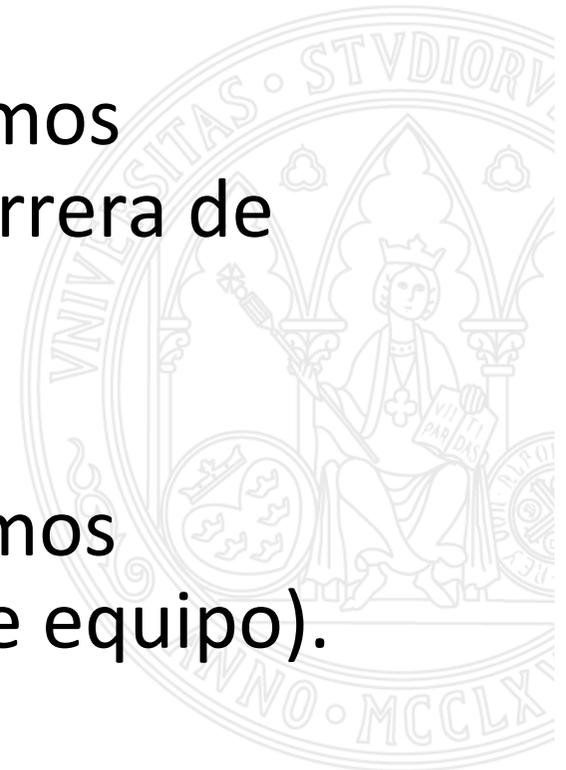


Figura 41. Categorías de situaciones motrices, según Fitts y Posner (1968).



Participación cognitiva (Knapp, 1979)

- Motrices o habituales: mecanismos motrices los más requeridos (carrera de velocidad).
- Perceptivas: demanda mecanismos perceptivo-cognitivos (juegos de equipo).





Definición de mecanismo (Singer,1980)

- Estructura activada por el sujeto para el tratamiento de la información y orientada a la realización de una acción motriz.

Tipos de mecanismos en el proceso de aprendizaje (Sage, 1984)

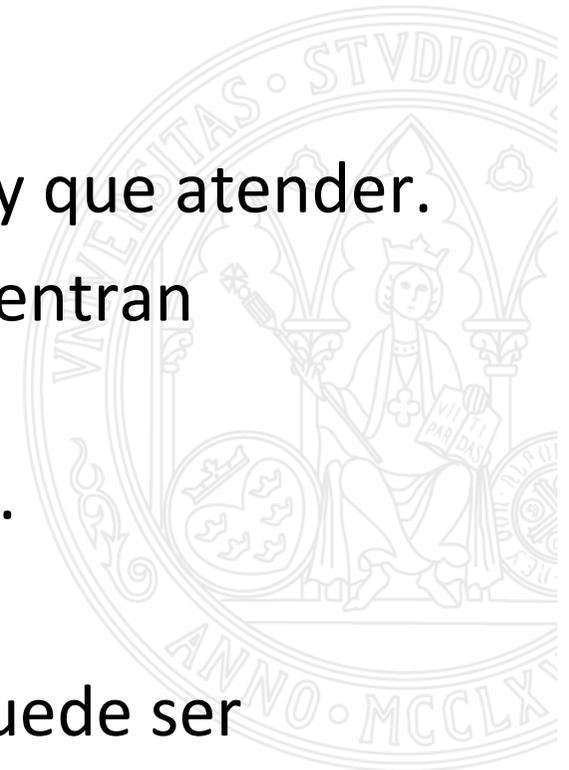
1. **Sensoperceptivo.**
2. **De toma de decisiones.**
3. **De ejecución.**
4. **De control.**





Mecanismos del acto motor

- Mecanismo perceptivo:
 1. El número de estímulos a los que hay que atender.
 2. El número de estímulos que se encuentran presentes.
 3. La velocidad y duración del estímulo.
 4. La intensidad del estímulo.
 5. La extensión en la que el estímulo puede ser conflictivo o confuso.

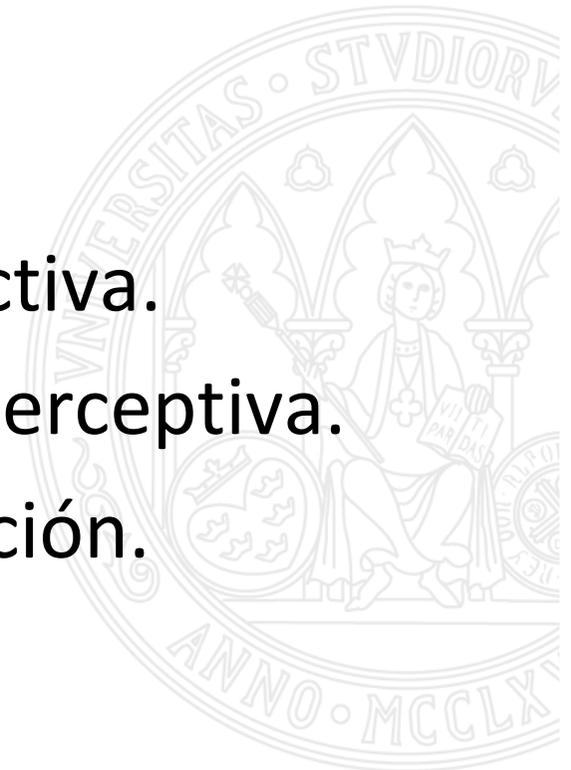




Mecanismos del acto motor

—Mecanismo perceptivo:

- Desarrollo de la atención selectiva.
- Desarrollo de la anticipación perceptiva.
- Técnica de enseñanza: indagación.

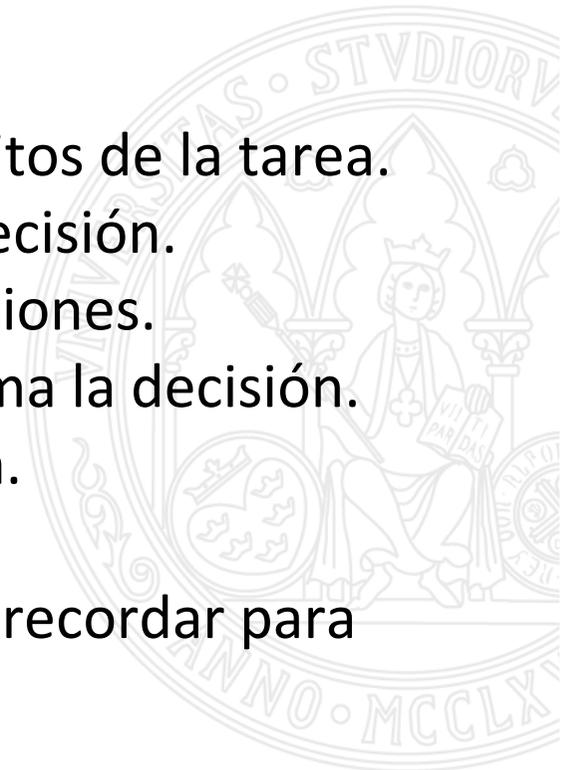




Mecanismos del acto motor

– Mecanismo toma de decisión:

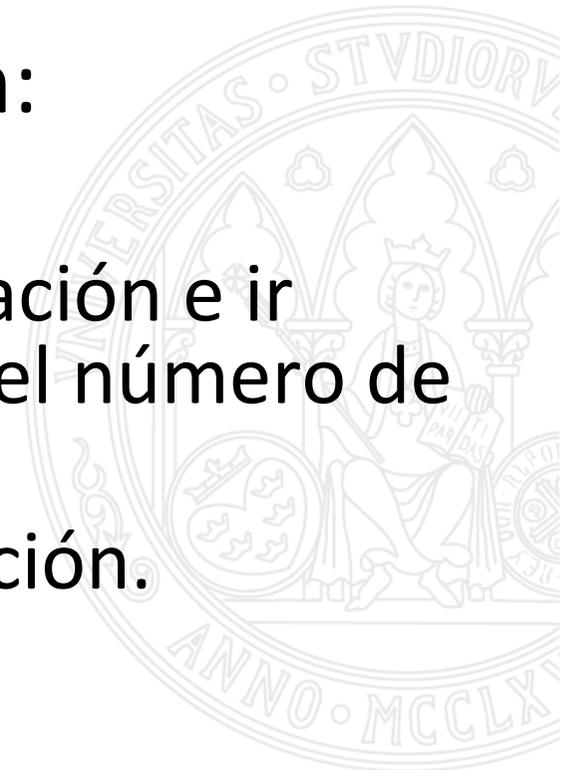
- Nº de decisiones y diversidad de propósitos de la tarea.
- Nº de respuestas alternativas en cada decisión.
- Tiempo disponible para la toma de decisiones.
- Nivel de incertidumbre con el que se toma la decisión.
- Nivel de riesgo que comporta la decisión.
- El orden secuencial de las decisiones.
- Número de elementos que es necesario recordar para tomarla decisión.





Mecanismos del acto motor

- Mecanismo toma de decisión:
 - Desarrollo de la lógica motriz.
 - Reducir la cantidad de información e ir aumentando paulatinamente el número de toma de decisiones.
 - Técnica de enseñanza: Indagación.





Mecanismos del acto motor

– Mecanismo ejecución:

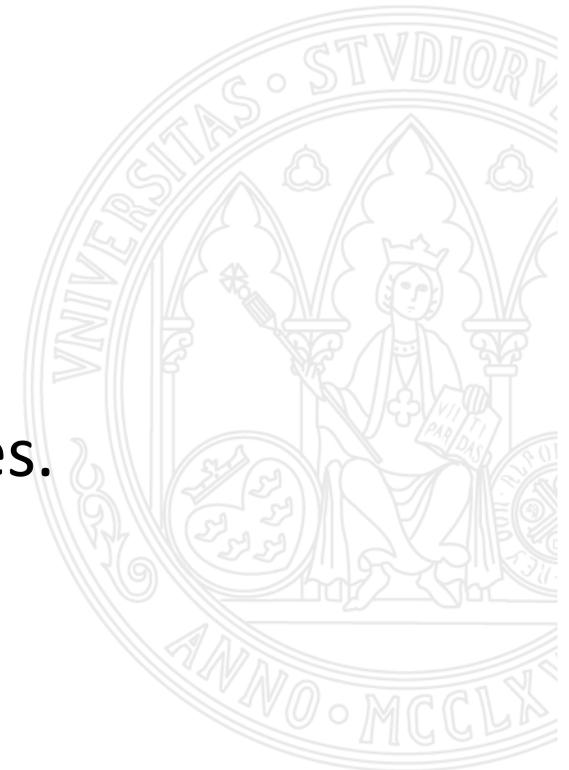
- Cuantitativos:
 - herencia
 - nivel condición física
- Cualitativos:
 1. Número de grupos musculares implicados.
 2. Estructura del movimiento.
 3. Velocidad de ejecución requerida.
 4. Precisión requerida en al ejecución.





Mecanismos del acto motor

- Mecanismo control:
 1. Cantidad de feedbacks.
 2. Intensidad de los feedbacks.
 3. Timing (inmediato-retrasado).
 4. Número de modalidades sensoriales.





Mecanismos del acto motor

- Mecanismo ejecución-control:
 - Familiarización con la tarea.
 - Técnica de enseñanza: reproducción de modelos.





Principios metodológicos





CRITERIOS PARA DISEÑAR LAS TAREAS MOTRICES

CRITERIOS PARA DISEÑAR TAREAS MOTRICES	
LIBERTAD DE ACCION	MEJORA MOTRIZ
RESOLVER PROBLEMAS	AMBITOS CONDUCTA
PARTICIPACIÓN	SITUACIONES REALES
ADAPTARLAS	EXITO
REGLAS	SOCIOMOTRICIDAD



Instrumentos de evaluación de las tareas: en función de la clasificación de las tareas

Mecanismo	Ejecución	
	Decisión	
	Percepción	
Control sobre la acción	Mixta	
	Externa	
	Interna	
Participación cognitiva	Perceptiva	
	Habitual	
Control ambiental	Abierta	
	Cerrada	
Participación corporal	Global	
	Fina	
Definición de la tarea	(No definida, semidefinida, definida)	





Instrumentos de evaluación de las tareas: en función de los principios metodológicos

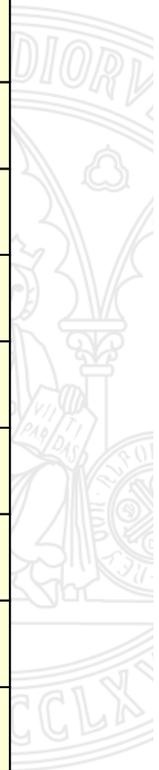
Aprendizaje Motriz	
Motivación	
Enseñanza Activa	
Progresión	
Continuidad	
Globalidad	
Socialización	
Individualización	





Instrumentos de evaluación de las tareas: en función de criterios para diseñar tareas

Sociabilidad	
Respetar Reglas	
Éxito	
Adaptación al alumno	
Situaciones Reales	
Duración y Participación	
Ámbitos conducta	
Resolver Problemas	
Mejora Motriz	
Libertad de Acción	





Ejercicio práctico: analiza cada una de estas tareas

- Voltereta agrupada adelante. Dividimos la clase en cinco grupos, cada uno se coloca delante de una colchoneta y tras la explicación y demostración del profesor, van realizando la voltereta de forma consecutiva.
- Bádminton. Organizar competiciones de bádminton de forma simultánea entre los alumnos de la clase, procurando la igualdad en cada partido.
- 3x3 en baloncesto. Competiciones simultáneas.
- Campo a través. Realizar una carrera por el campo en la que existan zonas de agua de troncos, etc.