

Este trabajo ha sido publicado en la revista: Revista de Educación Física. Renovar la teoría y la práctica. Número 94, páginas 13-20, en el año 2004.

TÍTULO: SITUACIÓN ACTUAL DE LA METODOLOGÍA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA AL ATLETISMO

Autor: Alfonso Valero Valenzuela

Características del currículum: Doctor en Educación Física. Entrenador Nacional de Atletismo

Lugar de trabajo: Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de Almería

Resumen:

El presente trabajo plantea que la metodología empleada en la iniciación al atletismo está generando cierta insatisfacción entre los chicos y que los esfuerzos realizados por especialistas en el campo de la enseñanza al atletismo no están siendo correspondidos en la práctica con un adecuado grado de motivación, con el deseado compromiso activo, ni con el nivel de ejecución óptimo durante las prácticas. Tras un análisis de la problemática desde el punto de vista didáctico destacan como causas que determinan la falta de interés que los chicos sienten por la práctica del atletismo la metodología desfasada, la rígida estructura de las sesiones y una motivación demasiado centrada en elementos externos.

De entre las nuevas propuestas metodológicas que surgen en la iniciación deportiva destaca el enfoque comprensivo concebido para los deportes colectivos, en donde adquiere gran relevancia la conciencia táctica y la toma de decisiones. Sin embargo, para las especialidades sobretodo de saltos y lanzamientos del atletismo estos componentes son escasos o nulos, por lo que se plantea una nueva propuesta metodológica denominada "ludotécnica", que sin llegar a encuadrarse dentro del enfoque comprensivo comparte elementos en común tales como el juego, la ejecución de la habilidad y el perfeccionamiento.

De los resultados obtenidos en investigaciones tras aplicar este nuevo enfoque metodológico cabe destacar unos comportamientos más adecuados y una mayor motivación hacia la práctica del atletismo, logrando unos rendimientos similares tanto en eficacia como en habilidad técnica a los del enfoque tradicional, por lo que la propuesta ludotécnica se presenta como más acertada para la iniciación a la práctica del deporte del atletismo.

SITUACIÓN ACTUAL DE LA METODOLOGÍA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA AL ATLETISMO

1. INTRODUCCIÓN.

La iniciación en la práctica deportiva se lleva a cabo a edades cada vez más tempranas y esto es trascendental para un desarrollo óptimo posterior, como corroboran entre otros los estudios de Jacoby (1988), Grosser y Neumaier (1986), Durand (1988), Hahn (1988) y Le Boulch (1991). En el caso del atletismo, la experiencia nos dice que esto no termina de cumplirse y que en los últimos años ha ido disminuyendo de un modo preocupante el número de niños que se inician en este deporte, quedando incluso desiertas las plazas ofertadas en escuelas deportivas, lo que ha generado que en años sucesivos no se haya incluido el atletismo como deporte a ofertar para la población infantil por la falta de respuesta obtenida entre los jóvenes en años anteriores (Valero y Conde, 2003).

Son demasiadas las personas que relacionan el atletismo en los colegios con dar vueltas a la pista y pocas con saltar suspendidos de un palo (Gil, 1998). El atletismo en la Educación Física debe ser algo más que tests y medidas, debiéndosele dar utilidad, calidad y experiencia en todas las habilidades (Murrie, 1997).

Tras el tiempo que llevamos formando parte del profesorado en el campo de la Educación, hemos sido testigos de que muchos de los profesores en Primaria y Secundaria, a la hora de iniciar a los niños en la disciplina deportiva del atletismo, la han presentado como una actividad física competitiva individual de gran rivalidad y de excesivo esfuerzo físico, centrada en retos a superar tales como cubrir un trayecto en el menor tiempo posible, alcanzar una distancia lo más alejada o superar un obstáculo como listón o vallas, que infunden gran temor en los niños ante la posibilidad de errar en su intento. Estas actividades se convierten en medio de comparación con los demás más que en una forma de superación personal, cabiendo la posibilidad de ser discriminado si se es vencido de modo manifiesto por otros compañeros de la clase.

Para O'Neill (1993), el atletismo se ha convertido en una actividad reservada a los estudiantes con talento, pues durante décadas ha sido interpretado como sinónimo de competición y pruebas físicas, creando una profunda confusión y acotando drásticamente sus posibilidades educativas centradas en eventos similares a los de los adultos.

Muchos son los profesores y entrenadores que permanecen sin cambiar su enfoque de enseñanza tradicional (O'Neill, 1998), lo que para González (1997), significa que se está atravesando un período estable, dentro de la extrema gravedad en la que se encuentra el deporte del atletismo.

La mayoría de los profesores – monitores utilizan como única pedagogía una versión adaptada del entrenamiento adulto (Fisher, 1990). Dichos planteamientos metodológicos, evidentemente no comulgan con las directrices de la LOGSE, propugnadas en su Real Decreto (1991) ni con la reciente Ley Orgánica de Calidad de la Educación (2002), donde se pone como eje del proceso de enseñanza - aprendizaje en la Educación Primaria el juego, evitando en todo momento propuestas analíticas para el desarrollo de las habilidades motrices y para la iniciación deportiva.

La consecuencia más directa de este mal enfoque del atletismo, ha sido su exclusión del resto del currículum de Educación Física, debido a que los maestros piensan que los chicos al final de Primaria y comienzo de Secundaria no están preparados física y emocionalmente para un deporte que demanda gran habilidad y dedicación, existiendo la creencia entre los maestros de que el atletismo requiere un gran conocimiento de técnicas y métodos de entrenamiento, lo cual descorazona a muchos (Lauder, 1994).

Una cuestión más a tener en consideración, es la que menciona Watts (1988), quien afirma que el entrenador de los niños de una escuela de atletismo es con frecuencia el menos preparado y competente en términos de entrenamiento / enseñanza de la habilidad, pensando que el trabajo a este nivel de iniciación es menos prestigioso y requiere escasos conocimientos y poco dominio de la enseñanza.

En este sentido, Gambetta (1986), afirma que el monitor – entrenador es precisamente el elemento que mayor influencia ejerce en el principiante para introducirlo en el atletismo, debiendo ser el mejor profesor disponible, ya que la primera experiencia para los neófitos es la más importante.

Los métodos de enseñanza que vienen siendo utilizados para la iniciación al atletismo en clubes y en escuelas deportivas parten de la enseñanza directiva mediante un enfoque técnico con repeticiones de ciertos ejercicios, lo que genera que no sean bien aceptados por una parte de los atletas. La atención de los niños se centra más en cuando van a poder jugar que en el propio aprendizaje de los patrones motores, que en muchas de las ocasiones están descontextualizados (Valero y Conde, 2003).

Toda esta problemática se ha traducido según Grey (1992), en un preocupante abandono deportivo en los estudiantes. Para Rius (1989; 1990; 1992), estos deportistas se han dirigido hacia otras actividades más atractivas como las realizadas en el medio natural, la bicicleta y sobre todo, los deportes de balón. Por tanto, el atletismo ha fallado a la respuesta de un cambio significativo en la enseñanza de los sujetos (Fisher, 1990).

El objetivo de este trabajo es analizar la precaria situación que está atravesando el atletismo buscando una solución, considerando que el primer problema que habrá de resolver es la actualización de sus planteamientos metodológicos, lo que implica un conocimiento de los enfoques existentes en la iniciación al atletismo, para poder realizar un planteamiento que seleccione lo mejor de cada uno de ellos acorde con el actual sistema educativo, con los principios psicopedagógicos y sobre todo motivante para quien aprende (figura 1).

Figura 1. Situación del atletismo en la iniciación deportiva.

2. PROBLEMÁTICA DE LA INICIACIÓN ATLÉTICA DESDE EL PUNTO DE VISTA DIDÁCTICO.

Con lo argumentado hasta el momento, es clave analizar los factores que han podido provocar este descenso en la práctica, para saber cómo puede ser reimpulsado y así evitar que chicos que practican este deporte, lo abandonen por otras ofertas lúdico deportivas aparentemente más interesantes.

Algunos de estos posibles factores (energético, psicológico y estructuro-funcional) que determinan la problemática en la que se encuentra inmerso el atletismo ya fueron analizados por Valero y Conde (2003), si bien en este texto se incluye uno más denominado “didáctico” de gran relevancia y sobre el que se va a centrar la atención (figura 2).

Figura 2. Problemática del atletismo en la iniciación. Modificado en parte de Valero y Conde (2003).

Desde el punto de vista didáctico, son tres las causas que determinan en gran medida el interés que los chicos sienten por la práctica del atletismo y que en este caso, no contribuyen a fomentar su iniciación atlética, concretamente se destaca:

a) Metodología desfasada.

En la iniciación al atletismo se ha venido empleando una metodología que no ha sufrido cambios ni modificaciones desde los años 50 (O'Neill, 1992), reproduciendo eventos y pruebas de los adultos, participando los niños en competiciones que copian las de los Juegos Olímpicos y probándolos continuamente sobre determinados tests (Almond, 1984; O'Neill, 1989; Tanner, 1993; O'Neill, 1993; Gilbert, 1994).

Los profesores continúan enseñando el atletismo centrando la atención en el perfeccionamiento de la técnica y en el logro de patrones motores (Almond, 1984; Beaumont, 1990; Murrie, 1988; O'Neill, 1989), reservando la participación a los físicamente dotados y por tanto, depositando la posibilidad de logro únicamente en los alumnos con más talento (Beaumont, 1990), convirtiendo el atletismo en un deporte altamente individualista, donde ganar es el objetivo crucial (Beaumont, 1990; Gilbert, 1994). Esto hace imposible crear elevados niveles de habilidad durante las sesiones de Educación Física impartidas en el colegio por la gran cantidad de tiempo y material requerido para poder desarrollarlas (McStravick, 1990; Watts, 1988), así como por no estar en sintonía con los planteamientos pedagógicos que la reforma propone (Real Decreto, 1991; Ley Orgánica de Calidad de la Educación, 2002).

b) Rígida estructura de sesión.

Las sesiones que se vienen impartiendo en atletismo suelen estar divididas casi siempre en tres partes (Schmolinsky, 1981; Hegedus, 1988; Rius, 1989; Murer, 1992; Álvarez, 1994; Polischuk, 1996; Vinuesa y Coll, 1997; Calzada, 1999; Hubiche, y Pradet, 1999). La primera parte se denomina de "asimilación" en donde al niño se le plantea una serie de ejercicios analíticos y centrados en la técnica, extraídos de un modelo global de movimiento.

La segunda parte es denominada de "aplicación", el niño realiza una serie de actividades centradas en la mejora de las cualidades físicas y grupos musculares asociados al gesto técnico que intenta aprender. Y la tercera parte que no siempre se da, se conoce como "juego" y está reservada a la realización de alguna actividad lúdica que tendría como objetivo entre otros muchos, evadir al niño de la tensión acumulada durante la sesión, aunque en la gran mayoría de los casos inconexa con el contexto de juego y con el medio en el que se desarrolla para que la actividad adquiriera un completo significado (Devís y Peiró, 1995) (figura 3).

Figura 3. Fases del enfoque tradicional de iniciación al atletismo.

c) Motivación externa.

La motivación está dirigida hacia factores externos, tales como premios, medallas, trofeos (Mawdsley, 1988; Gilbert, 1994), lo que provoca un gran abandono deportivo por parte de sus practicantes (Grey, 1992; McStravick, 1990; Rius, 1992; Gilbert, 1994), llevando a carecer de interés y provocando aburrimiento entre los niños que lo practican (Zanatta, 1984; Murrie, 1997).

3. PROPUESTAS METODOLÓGICAS ALTERNATIVAS.

Ante la situación y problemática descrita, investigadores del campo de la iniciación deportiva y especialistas en metodología para la formación de atletas, han aportado ideas y sugerencias con la intención de mejorar el actual enfoque de iniciación al atletismo que reina en las escuelas deportivas, y que es aplicado tal cual en los actuales sistemas educativos de los diferentes países.

Algunos de estos investigadores como Beaumont (1990), intentan dar un cambio pedagógico rompiendo con el atletismo tradicional proponiendo que el trabajo técnico básico se alíe a un conocimiento de los principios biomecánicos generales transferidos por medio de un rango de eventos adecuados en términos de contenido para la mayoría de los pupilos, que cualquier actividad educativa busque involucrar al máximo a todos los niños y que la competición sea justa y significativa para todos los participantes, potenciando la motivación y educando en términos de relaciones humanas.

Otros investigadores como O'Neill (1992), tras un estudio a base de entrevistas para conocer cuáles son las opiniones de los chicos después de haberles aplicado una unidad didáctica de atletismo mediante un enfoque tradicional, concluyen que sus principales intereses son las ganas de disfrutar, el deseo por estar activos y la necesidad de triunfar, abogando por el uso de la competición como medio para motivar a los chicos, aunque no con elementos idénticos a los de los Juegos Olímpicos. O'Neill (1993), propone una alternativa a la actual enseñanza del atletismo, en donde los niños han de trabajar en pequeños grupos elegidos por ellos mismos y donde cada grupo ha de dirigir su propio progreso mediante una hoja de trabajo. El papel del profesor, a menos que esté enseñando lanzamientos, será el de un facilitador y no el de un director del aprendizaje (figura 4).

Figura 4. El profesor dirige la clase ante el riesgo de accidentes durante los lanzamientos.

Por su parte, Launder (1994), incluye tres elementos que conseguirán introducir al atletismo dentro del currículum escolar, como son que; a) todos los chicos logren tener éxito al poner el énfasis en la competencia indirecta (mejorar sus propios rendimientos); b) comprueben cuán rápido pueden correr, cuán lejos saltar y lanzar y cuán alto llegar (y no centrarse tanto en la técnica) y c) los profesores preserven el elemento lúdico, eliminando la influencia de la competencia directa.

En esta línea, Gil (1998), comenta que la metodología en el aprendizaje de las técnicas atléticas, se hace partiendo del juego o de la prueba real simplificada para ir introduciendo elementos técnicos y de reglamento, practicando todas las pruebas del atletismo de forma alegre y divertida. En estas propuestas se le asigna una escasa atención a las cualidades físicas, mientras se desarrollan las destrezas y habilidades prácticas en un ambiente de diversión, mediante la experimentación y el descubrimiento, recomendando el entrenamiento en pruebas combinadas desde benjamines. En cada sesión se realizan dos o tres especialidades, comenzando con la ejecución generalizada, búsqueda de recursos técnicos y terminando con una pequeña competición.

En cuanto al aspecto socializador, Watts (1987), propone fomentar el espíritu de equipo mediante el trabajo por parejas en los saltos, por grupos de 6 en los lanzamientos y por equipos principalmente en las carreras de relevos. Su idea es la búsqueda de varias formas para involucrar a los más jóvenes en el deporte y aportar a los chicos actividades agradables.

Zanatta (1984), plantea que la iniciación al atletismo tiene que ser encarada por el alumnado a base de la asimilación de experiencias nuevas que sean capaces de resolverlas antes de llegar al objetivo final, no debiendo encasillar al atleta en una prueba. Los movimientos deben ser aprendidos con formas jugadas, al igual que el desarrollo de las cualidades, y las pequeñas competiciones y pruebas de control han de brindar experiencias positivas que afiancen los conceptos técnicos.

El enfoque que se emplee debe aumentar la autoestima de los atletas / niños, enfatizando las recompensas intrínsecas de la participación, más que la competición por el metal, récords, trofeos, etc. La competición ha de adaptarse a los chicos (Gambetta, 1986).

Centrando la atención en otro aspecto de gran importancia como es el abandono deportivo, Gilbert (1994), en Francia propone como claves para solucionar este problema las siguientes modificaciones en las competiciones que se celebran en estas categorías inferiores:

1. Gran cantidad de pruebas, para que cada atleta participe en más de una única disciplina (práctica variada).
2. Juego omnipresente, para que se diviertan.
3. Competición por equipos.
4. Simplificación de la reglamentación y adaptación a su edad.
5. Reducción del tiempo de duración de la competición, realizando varias competiciones con grupos más reducidos y con horarios adaptados.
6. Toma de responsabilidad tanto individual como colectiva.
7. Tablas de valoración individual y por equipos, para conocer cuánto ha mejorado con respecto a sí mismo y cuánto ha aportado al equipo.

En España, para mejorar la promoción e iniciación al atletismo y solventar este problema del abandono deportivo, también encontramos autores como Rius (1992) o González (1997), cuyas ideas van dirigidas a adaptar la competición atlética a la edad de los niños y ha que se haga por equipos respondiendo al encuentro de un mayor número de simpatizantes atléticos de corta edad para que sigan en este deporte hasta la edad adulta.

4. HACIA UNA NUEVA PROPUESTA METODOLÓGICA: EL ENFOQUE LUDOTÉCNICO.

Tras lo recogido hasta el momento, se considera que una propuesta metodológica de iniciación a la enseñanza del atletismo donde se reúnen muchas de las aportaciones de mejora de los enfoques de iniciación deportiva, es la denominada “Ludotécnica” (Valero y Conde, 2003); un enfoque que sin llegar a estar dentro del “Comprensivo” apuesta por integrar algunas de sus virtudes, ofreciendo una orientación lúdica que aumenta los niveles de diversión, sin olvidar ni relegar aspectos que tienen que ser considerados si lo que se pretende enseñar es la técnica atlética.

El enfoque Ludotécnico se basa en un cambio en la concepción del atletismo, adaptándolo a la realidad actual y a la edad de los principiantes por medio de las formas jugadas. Por ello se persigue utilizar el juego como elemento motivador y como hilo conductor del aprendizaje a través del cual se han de introducir los elementos

técnicos mediante una serie de reglas que impliquen gestos técnicos que provoquen la mejora de las disciplinas del atletismo.

Este enfoque utiliza la competición como elemento integrante en la formación de los atletas, potenciando la motivación y fomentando las relaciones humanas. Esta competición no se ha de entender como una copia del estereotipo de deporte adulto, debiendo ser simplificado el reglamento y modificado el material para adaptarlo a su edad, fomentando el trabajo por equipos y la participación de cada atleta en varias pruebas.

La técnica sigue siendo uno de los objetivos a perseguir en la iniciación al atletismo, pero no por ello se han de descuidar otros objetivos tan importantes como el desarrollo integral del niño y la motivación, que se centrará en factores internos tales como triunfos y logros personales de cada atleta, aportando medidas, tiempos y registros para que puedan valorar sus mejoras.

El papel del profesor debe ser guía del proceso de enseñanza - aprendizaje, utilizando gran variedad de estilos de enseñanza y actividades atléticas; empleando una estructura de sesión dividida en tres fases como la propuesta metodológica de Meinel y Schnabel (1984), y claramente desarrolladas en Valero y Conde (2003). Pero antes de pasar a dar unas breves pinceladas sobre estas fases, se ha considerado conveniente abrir un paréntesis y aclarar que esta nueva propuesta no es una más dentro del denominado Modelo Comprensivo (Thorpe, Bunker y Almond, 1986), si bien posee elementos en común.

Con la intención de resaltar los elementos que los diferencian, pero también con la de establecer un nexo de unión con aquellos otros que tienen en común entre el enfoque Ludotécnico y el Comprensivo, a continuación se analiza cada uno de los pasos del enfoque Comprensivo (ver figura 5); el juego, la apreciación del juego, la conciencia táctica, la toma de decisiones, la ejecución de las habilidades y el perfeccionamiento – rendimiento, comentando las semejanzas y divergencias que existen entre ambas propuestas.

Figura 5. Enfoque comprensivo para los deportes. Tomado de Bunker y Thorpe (1983, pg. 6).

1. El juego: es el elemento central del proceso de enseñanza para los dos enfoques; siempre presente y del que parte el aprendizaje, provocando que las prácticas sean alegres y divertidas. Con él, tratan de introducir

una rica variedad de formas jugadas de acuerdo con la edad y la experiencia de los niños, pudiendo iniciarlos en la práctica del atletismo a edades cada vez más tempranas.

2. Apreciación del juego deportivo: ambos enfoques coinciden al subrayar la importancia que desde el principio tiene que los niños entiendan las reglas, restándole importancia a la complejidad de los juegos, siempre y cuando los jugadores comprendan qué se intenta hacer.

3. Conciencia táctica: los principios del juego comunes a todas las actividades lúdicas deportivas forman la base para una aproximación táctica en el enfoque Comprensivo, introduciendo al niño en el vocabulario, los conceptos y tácticas de unos juegos simples que entienden, en lugar de verse envueltos en situaciones más complejas. En cambio, para el enfoque Ludotécnico concebido para deportes individuales como es el caso del atletismo, el componente táctico es escaso o nulo para la mayoría de sus disciplinas (especialmente saltos y lanzamientos), convirtiéndose la conciencia táctica en una cuestión de segundo orden y por tanto de la que difiere con el anterior enfoque.

4. Toma de decisiones: en el enfoque Comprensivo se anima a los niños a entender el porqué del juego y a formar sus propias decisiones sobre qué hacer, cómo hacerlo y cuándo hacerlo. Durante el desarrollo de los juegos el profesor plantea cuestiones para hacerles reflexionar y lanza preguntas con la intención de que sean ellos quienes seleccionen la respuesta adecuada. Este paso no es contemplado en el enfoque Ludotécnico, quedando a elección del profesor el plantear ante un determinado juego alguna cuestión que induzca al niño en la toma de decisiones sin que ello conlleve tener que repetirlo a lo largo de toda la sesión o se trate de una tarea determinada previamente por el propio enfoque.

5. Ejecución de la habilidad: entendiendo por habilidad la aplicación de técnicas a situaciones y contextos específicos, para ambos enfoques las habilidades técnicas poseen significado en el contexto del alumno y del juego. Los niños utilizan las habilidades que dominan y desarrollan otras nuevas. Tanto un enfoque como otro, describen la realización concreta del movimiento adecuado teniendo en cuenta las limitaciones del deportista.

6. Rendimiento – perfeccionamiento: la capacidad física de un niño no supone un obstáculo para que progrese en los aspectos tácticos y técnicos del juego. En el enfoque Comprensivo la conciencia táctica y la

toma de decisiones precede a factores de ejecución de habilidades y al resultado de la realización. En esta misma línea, el enfoque Ludotécnico persigue que se generen situaciones durante la práctica de los juegos que involucren a todos los niños en las actividades, manteniéndolos activos y donde las diferencias físicas y técnicas no sean elementos discriminatorios, mostrando escasa preocupación por el trabajo de las cualidades físicas.

Tras este análisis comparativo de los pasos del enfoque Comprensivo con el Ludotécnico en el que se han resaltado las diferencias que existen entre ellos así como sus elementos en común, retomamos el estudio descriptivo del enfoque Ludotécnico con la intención de desglosar sucintamente las fases de las que está compuesta la estructura de sesión y que son; 1) la presentación global seriada del gesto técnico a aprender, 2) la presentación analítica práctica con carácter lúdico de los diferentes elementos que componen el gesto técnico y 3) la presentación global integrada con carácter lúdico donde se integran los diferentes elementos practicados en la sesión (figura 6).

Figura 6. Fases de la propuesta Ludotécnica.

1. Primera fase: *Presentación global seriada del gesto técnico*. Se introduce al niño en el conocimiento del gesto técnico en su totalidad, buscando que la interiorización mental del gesto se haga sobretodo por el canal visual, para prescindir de extensas explicaciones de cómo se ha de ejecutar el movimiento. Una vez realizada la presentación, los niños pasan a ejecutar el gesto siendo informados acerca de cómo está siendo su actuación mediante el refuerzo continuo de feedbacks.

2. Segunda parte: *Presentación analítica práctica de los elementos que componen el gesto*. Dentro de esta fase se incluyen una o varias reglas técnicas que van a diferenciar estas propuestas lúdicas de simples juegos, ayudando a que el niño centre la atención en el elemento que quiere trabajar y no sólo en el juego (Conde y Valero, 1997).

3. Tercera parte: *Presentación global integrada con carácter lúdico* de todos los elementos técnicos que componen dicho gesto. Durante esta fase se continúa con propuestas lúdicas, pero no se dan una o varias reglas técnicas, sino que se tiene en cuenta todas y cada una de ellas, con objeto de ser integradas en el gesto global de la disciplina a aprender.

Las tres fases se han de dar siempre en todas las sesiones, si bien la “Presentación global seriada del gesto” (primera fase) adquiere una mayor importancia en la primera sesión. Con el aumento del número de sesiones impartidas, esta primera fase se convierte en un breve recordatorio a modo de resumen – síntesis del engrama del gesto técnico que tienen que asimilar. Por su parte, las “propuestas analíticas prácticas con carácter lúdico” presentadas a los niños (segunda fase) van introduciendo un mayor número de reglas técnicas y gran parte del tiempo es empleado en el desarrollo de esta fase.

La tercera fase donde se integran todos los elementos técnicos aprendidos, tiene al principio menos relevancia en cuanto a tiempo se refiere, mientras que en sesiones más avanzadas este tiempo va en aumento pudiendo llegar a ser el 50% del total dedicado a la sesión, ya que el número de reglas técnicas introducidas es más elevado. En la figura 7 se muestra como ejemplo orientativo una supuesta unidad didáctica compuesta por seis sesiones, en las que se adjudica un diferente nivel de importancia a cada una de las fases del enfoque Ludotécnico dependiendo de la sesión en la que nos encontremos.

Figura 7. Nivel de importancia de cada una de las fases del enfoque Ludotécnico a lo largo de una unidad didáctica de seis sesiones.

A modo de conclusión, resaltar por un lado, los resultados de una de las últimas investigaciones llevadas a cabo (Valero, 2003), en donde se obtiene que tanto el enfoque Ludotécnico como el tradicional alcanzan resultados similares en cuanto a rendimiento y habilidad técnica, pero sin embargo, este último enfoque genera comportamientos inadecuados y una falta de diversión que no se detectan en la propuesta Ludotécnica.

Y por otro lado, destacar la doble intención del enfoque Ludotécnico de iniciación deportiva al atletismo; por una parte es instrumento clave para la motivación del niño durante la adquisición de una disciplina deportiva, y por otra, es el medio a través del cual los diferentes tipos de juegos desarrollan las habilidades motrices para el aprendizaje y conocimiento del atletismo. Es a raíz de lo expuesto a lo largo del documento la propuesta de iniciación al atletismo que mejor se adapta a la metodología y objetivos que persigue el sistema educativo dentro de la etapa de la Educación Primaria, sin que esto signifique que se haya logrado alcanzar el enfoque ideal de iniciación deportiva al atletismo.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Almond, L. (1984). Athletics: a changing perspective. *The British Journal of Physical Education*. 15, 3, 102-103.
- Álvarez, C. (1994). *Atletismo Básico. Una orientación pedagógica*. Gymnos. Madrid.
- Beaumont, G. (1990). Athletics a suitable case for treatment. *The British Journal of Physical Education*. 21, 2, 295-296.
- Bunker, D. y Thorpe, R. (1983). A Model for the Teaching of Games in Secondary Schools. *Bulletin of Physical Education*. 19, 1, 5-8.
- Calzada, A. (1999). *Manuales para la enseñanza. Iniciación al atletismo*. Gymnos. Madrid.
- Conde, J.L. y Valero, A. (1997). Modelo Renovador de Iniciación Deportiva al Atletismo. *Ciencias de la Actividad Física*. 5, 10, 109-121.
- Devís, J. y Peiró, C. (1995). Enseñanza de los deportes de equipo: la comprensión en la iniciación de los juegos deportivos. En Blázquez, D. *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde. Barcelona.
- Durand, M. (1988). *El niño y el deporte*. Paidós. Barcelona.
- Fisher, R. (1990). Further thoughts on introducing athletics in schools.. *Bulletin of Physical Education*. 26, 2, 43-47.
- Gambetta, V. (1986). Back to Basics – Getting off to a good start. *New Studies in Athletics*. 1, 4, 11-15.
- Gil, F. (1998). Metodología en el aprendizaje de las técnicas atléticas. *ASKESIS*. 3. Madrid.
<http://www.askesis.arrakis.es>.
- Gilbert, J. (1994). L' Athlétisme et l'enfant. *Revue de L'AEFA*. 135, 59-60.
- González, F. (1997). Atletismo A – 4. La alternativa. *Atletismo Español*. Marzo, 39-41.
- Grey, G. (1992). Athletics for students requires moderations. *Modern Athlete and Coach*. 30, 3, 14-16.
- Grosser, M. y Neumaier, A. (1986). *Técnicas de entrenamiento*. Martínez Roca. Barcelona.
- Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños. Teoría, práctica, problemas específicos*. Martínez Roca. Barcelona.
- Hegedus, J. (1988). *Técnicas atléticas*. Stadium. Buenos Aires.
- Hubiche, J.L y Pradet, M. (1999). *Comprender el atletismo. Su práctica y su enseñanza*. Paidotribo. Barcelona.
- Jacoby, E. (1988). *Atletismo: técnicas y métodos de entrenamiento*. Lidiun. Buenos Aires.
- Lauder, A. (1994). A simple approach to teaching track and field. *Modern Athlete and Coach*. 32, 4, 23-26.
- Le Boulch, J. (1991). *El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor*. Paidós. Barcelona.
- Ley Orgánica 10/2002, de 23 de diciembre, de Calidad de la Educación. BOE, nº 307. 24 de diciembre de 2002. Madrid.

- Mawdsley, H. (1988). Understanding motivation. *Athletics Coach*. 22, 3, 16-17.
- McStravick, B. (1990). Athletics: From the School to the Club. *The British Journal of Physical Education*. 21, 2, 279-280.
- Meinel, K. y Schnabel, G. (1984). Las fases del proceso de aprendizaje. *Stadium*. 18, 103, 8-11.
- Murer, K. (1992). *1000 ejercicios y juegos de atletismo*. Hispano Europea. Barcelona.
- Murrie, D. (1997). Athletics activities in the Primary School. Walking, running and hurdling. *Primary PE focus*. Summer, 4-6.
- Murrie, D.W. (1988). Athletics for Understanding. *The bulletin of Physical Education* 24, 2, 24-26.
- O'Neill, J. (1989). Teaching athletics in schools. *The Bulletin of Physical Education*. 25, 1, 13-17.
- O'Neill, J. (1992). Athletics teaching in schools – change at last? An nterpretation of “athletic activities” in the P.E. National Curriculum. *The British Journal of Physical Education*. 23, 1, 12-17.
- O'Neill, J. (1993). National Curriculum Athletics – Teaching Children First! *The British Journal of Physical Education*. 24, 1, 15-17.
- O'Neill, J. (1998). Challenging Athletics at Key Stages 3 and 4. *The British Journal of Physical Education*, 29, 2, 13-17.
- Polischuk, V. (1996). *Atletismo. Iniciación y perfeccionamiento*. Paidotribo. Barcelona.
- Real Decreto 1006/1991, de 14 de junio, por el que se establece las enseñanzas mínimas correspondientes a Educación Primaria. BOE, nº 152 y suplemento 26 de junio de 1991. Madrid.
- Rius, J. (1989). *Metodología del atletismo*. Paidotribo. Barcelona.
- Rius, J. (1990). Didáctica general de la iniciación atlética: propuesta para una promoción más eficaz. *Apunts: Educació Física i Esports*. 20, 21-30.
- Rius, J. (1992). Atletismo y recreación. *Apunts: Educació Física i Esports*, 28, 53-58.
- Schmolinsky, G. (1981). *Atletismo*. Pila Teleña. Madrid.
- Tanner, G. (1993). A possible incentive in the teaching and learning of athletics skills. *Athletics Coach*. 27, 1, 10-11.
- Thorpe, R., Bunker, D. y Almond, L. (1986). *Rethinking Games Teaching*. University of Tecnology. Loughborough. UK.
- Valero, A. (2003). *Comparación de los efectos de dos modelos de iniciación para la enseñanza-aprendizaje de tres disciplinas en atletismo*. Universidad de Jaén.
- Valero, A. y Conde, J.L. (2003). *La iniciación al atletismo a través de los juegos: El enfoque Ludotécnico en el aprendizaje de las disciplinas atléticas*. Aljibe. Málaga.
- Vinuesa, M. y Coll, J. (1997). *Tratado de Atletismo*. Esteban Sanz. Madrid.

Watts, S. (1987). Children's perceptions of athletics. *Athletics Coach*. 21, 1, 4-6.

Watts, S. (1988). A profound influence (teaching primary age athletics). *The Bulletin of Physical Education*. 24, 3, 38-40.

Zanatta, A. (1984). Atletismo de iniciación. *Stadium*. 18,103, 27-29.