

INNOVACIÓN DOCENTE EN EL DEPORTE ESCOLAR. HACIA UNA ENSEÑANZA COMPRENSIVA

Pablo Camacho Lazarraga

Profesor Grado Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Centro Universitario San Isidoro

pcamacholazarraga@gmail.com

Israel Caraballo Vidal.

Profesor Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Universidad de Cádiz

israelcaraballo80@yahoo.es

Resumen

Siempre ha habido una enorme preocupación por transferir los aprendizajes producidos del el entrenamiento a la competición real. Para que el jugador organice su acción de juego en escenarios de aprendizaje significativos, el entrenador deberá identificar los principios e intenciones del juego que el jugador se pueda plantear en cada uno de los roles que asuma, fijar claramente un objetivo y las condiciones para alcanzarlo, y promover su implicación cognitiva en la consecución del mismo, haciéndolo consciente de la adecuación o no de los medios que emplea. Pero la enseñanza del deporte escolar se encuentra todavía condicionada por los métodos de enseñanza tradicionales que poco tienen que ver con este estilo de enseñanza. Es por ello por lo que el objetivo de este trabajo es analizar los principios fundamentales para una enseñanza eficaz en el deporte escolar.

Abstract

There has always been a huge concern to transfer the lessons learned from training to real competition. In order for the player to organize his play action in significant learning scenarios, the coach must identify the principles and intentions of the game that the player can pose in each of the roles he assumes, clearly set a goal and the conditions to achieve it, and to promote its cognitive implication in the achievement of it, making it aware of the adequacy or not of the means employed. But the teaching of school sports is still conditioned by traditional teaching methods that have little to do with this style of teaching. That is why the objective of this paper is to analyze the fundamental principles for effective teaching in school sports.

Palabras clave: Innovación docente – deporte escolar - metodología – enseñanza comprensiva.

Key words: Teaching innovation - school sports - methodology - comprehensive teaching.

1. Introducción

Siedentop (1981) y Pierón (1977), citado por Alarcón, Cárdenas y Piñar (2004), han tratado de identificar en sus trabajos los factores que un profesor eficaz debe tener en cuenta para obtener unos niveles óptimos de aprendizaje, llegando a la conclusión de que entre las competencias docentes más significativas destacan las siguientes (Figura 1).



Figura 1. Competencias docentes más significativas.

Partiendo de estos factores, los agruparemos en dos grandes áreas de trabajo que analizaremos más adelante, la comunicación durante la intervención didáctica del entrenador y la organización de la sesión.

Según Raab y Johnson (2008), la cantidad y la clase de instrucción, así como la organización de las situaciones de práctica, llevarán a presentaciones diferentes del conocimiento táctico y cantidad de la transferibilidad entre situaciones diferentes.

Además, como indican Castejón, Giménez, Jiménez y López (2003), para que el jugador organice su acción de juego en escenarios de aprendizaje significativos, el entrenador deberá identificar los principios e intenciones del juego que el jugador se pueda plantear en cada uno de los roles que asuma, fijar claramente un objetivo y las condiciones para alcanzarlo, y promover su implicación cognitiva en la consecución del mismo, haciéndolo consciente de la adecuación o no de los medios que emplea.

Iglesias, Cárdenas y Alarcón (2007) indican unos criterios de calidad que deben cumplir las tareas de enseñanza-aprendizaje:

- Deben estar adaptadas a las características de los jugadores.
- Deben promover la consecución de los objetivos propuestos.
- Deben garantizar un índice de participación elevado.
- Deben integrar el mayor número de contenidos de aprendizajes posibles.
- Deben asegurar una implicación cognoscitiva del jugador durante la práctica.
- Deben permitir la libre exploración y la resolución personal de las situaciones de juego que se generen.
- Deben garantizar la transferencia de los aprendizajes.
- Deben aprovechar al máximo los recursos humanos y materiales existentes.

A continuación se enumeran, además de los dos factores mencionados anteriormente (comunicación y organización), otros que desarrollaremos de igual manera, por considerarse favorecedores de un aprendizaje comprensivo del jugador de las situaciones-problema a las que se enfrenta. Estos son:

- La motivación (Contreras, De la Torre y Velázquez , 2001; Sáenz-López 2006).

- La organización de las prácticas (Alarcón et al. 2004; Raab y Johnson 2008; Ruíz y Sánchez, 1997).
- La comunicación entrenador-jugador (Iglesias, et al., 2007; Raab y Johnson 2008).
- La teoría escalonada de Roth (Antón, Chiroso, Ávila, Oliver y Sosa, 2000; Giménez, 1999).
- Aprendizaje significativo (Ortega y Sainz, 2009).
- La variabilidad de la práctica (Ruíz y Sánchez, 1997).
- Transferencia y generalización (Ruíz y Sánchez, 1997).

2. La motivación

Se asimila más y mejor si la tarea propuesta en el entrenamiento es de interés para los jugadores.

Para favorecer la motivación de los jugadores, las tareas deberán ser variadas, de participación elevada, competitivas, con objetivos bien definidos, con predominio de feedback positivos, de éxito inmediato, que favorezcan la interacción con el grupo, etc. En definitiva, nos estamos refiriendo a algunos de los factores que vamos a desarrollar que interactuarán influyendo positiva y directamente en la motivación de todos ellos.

Grosser & Neumaier (1986) indican que con el jugador en formación se deben diseñar las situaciones de aprendizaje de tal manera que predomine el éxito frente al fracaso.

3. La organización de las prácticas

Ruíz (1994) afirma que cuanto mayor sea el tiempo de compromiso motor, mejores serán los aprendizajes, pues el tiempo de participación de los jugadores en las sesiones determinará en suma la experiencia de éstos.

Empezaremos definiendo los distintos tiempos que se dan en la sesión de enseñanza. Según Piéron (1988), en una sesión se distinguen los siguientes tiempos:

- **TIEMPO ÚTIL:** Es el tiempo desde que el entrenador comienza la sesión hasta que la acaba.
- **TIEMPO DISPONIBLE PARA LA PRÁCTICA:** Es el tiempo real, disponible para poder practicar. Es el que queda después restante después de que el entrenador explique y organice el material.
- **TIEMPO DE COMPROMISO MOTOR:** Es aquel en el que el jugador se dedica a la práctica de las actividades físicas. No todo el tiempo que un jugador está realizando una tarea está practicando, puesto que puede estar esperando en una fila mientras que algunos compañeros practican. A este tiempo le vamos a llamar tiempo de participación.
- **TIEMPO EMPLEADO EN LA TAREA:** Es aquel tiempo de compromiso motor que está directamente relacionado con los objetivos o aprendizajes deseados en la sesión.

Tendremos por tanto como finalidad aumentar el tiempo disponible para la práctica, para de esta manera poder aumentar el tiempo de compromiso motor de nuestros jugadores. Es por ello por lo que debemos estudiar aquellos factores que influyen en el tiempo de compromiso motor. ¿Cuáles son las variables que afectan a los tiempos de práctica en las sesiones? Para Alarcón et al. (2004) son las siguientes (figura 2):



Figura 2. Variables que afectan a los tiempos de práctica en las sesiones.

Debemos disminuir los tiempos de agrupación, huir de las largas colas en las que los jugadores esperan su turno. Además, nuestras explicaciones y correcciones deberán ser breves, y únicamente cuando sean necesarias.

Las rotaciones deberán estar minuciosamente estudiadas, que no dificulten el desarrollo de la tarea, y que no rompan la transición entre las diferentes fases del juego.

Además, debemos potenciar las situaciones reducidas del juego (1c1+1, 2c2, 2c3...), pues con ellas, además de reducir la enorme complejidad de una situación global de 5c5 con todos sus elementos, fomentaremos la participación de los jugadores y evitaremos la inhibición.

4. La teoría escalonada de Roth

Las múltiples variables originadas por la interacción de los diferentes elementos que participan en el juego hacen muy difícil la comprensión, por parte de los jugadores, de las diferentes situaciones de juego. Es por ello por lo que se torna necesario simplificar estas situaciones en otras menos complejas, para poder presentárselas a los jugadores en orden de dificultad. Situaciones reducidas de juego como 1c1, 1c1+1, 2c1, 2c2,... se convierten en imprescindibles, pues facilita la adquisición gradual de los conceptos que queramos desarrollar en nuestras prácticas.

Es por ello por lo que la Teoría Escalonada de Roth es un método imprescindible en el proceso de enseñanza-aprendizaje táctico en los deportes colectivos, pues favorece una mayor transferencia del entrenamiento a la competición (Antón et al. 2000).

5. Aprendizaje significativo

Para facilitar que se produzca un verdadero aprendizaje significativo, los elementos estructurales y funcionales deberán estar siempre presentes.

Con frecuencia se comete un error en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y es que, con la preocupación de simplificar aparentemente el aprendizaje y asegurar una mínima base de gestos técnicos, el educador elimina algún/os elemento/s del juego, impidiendo por tanto la posibilidad de una toma de conciencia, por parte del alumno, del momento, lugar y razones de la utilidad de ese gesto técnico en el juego, lo que suprime la relación gesto-juego (figura 3).



Figura 3. Error en el proceso de E-A.

6. Transferencia, generalización y variabilidad de la práctica

Siempre ha habido una enorme preocupación por transferir los aprendizajes producidos del el entrenamiento a la competición real.

El psicólogo norteamericano Thorndike (1913), citado por Ruiz & Sánchez (1997), postuló que para que suceda el fenómeno de transferencia, deben existir *elementos idénticos* entre la tarea originalmente aprendida y la nueva tarea.

Para ello, consideramos fundamental una práctica variada de situaciones significativas, pues de esta manera el jugador abstraerá los elementos realmente importantes del concepto que pretendamos desarrollar, favoreciendo una producción comprensiva frente a una reproducción mecánica, pues el jugador accederá al conocimiento a través de la comprensión: ordenará, relacionará, comprenderá y aprenderá. Cuando el jugador transfiera el concepto aprendido a una situación nueva, se habrá producido el principio de generalización.

Debemos favorecer con nuestras prácticas que el jugador desarrolle conductas motrices adaptativas a estímulos genéricos. Los jugadores en nuestras prácticas deberán experimentar variadas situaciones concretas correspondientes a la misma estructura motriz, de manera que sólo se retengan los caracteres comunes.

¿Es más adecuado permitir que el jugador repita un número de veces la variación planteada antes de cambiar a otra variación, o es mejor provocar situaciones de cambio constante de estas variaciones?

Queremos que el jugador construya en cada ensayo la solución a la tarea que se le plantee, y no que se dedique exclusivamente a retener la solución. Construir frente a recordar.

Debemos desarrollar múltiples esquemas-reglas en los jugadores mediante entrenamientos en los que brille la variedad de acciones y situaciones, y no sólo ejercicios mecánicos, mejorando así su capacidad de adaptación y convirtiéndoles en individuos activos capaces de resolver adecuadamente las tareas de entrenamiento y al entrenador en un diseñador creativo de dichas tareas. Esto no quiere decir que no tengamos que repetir en nuestras prácticas, sino que se deberá repetir en la variedad (figura 4).

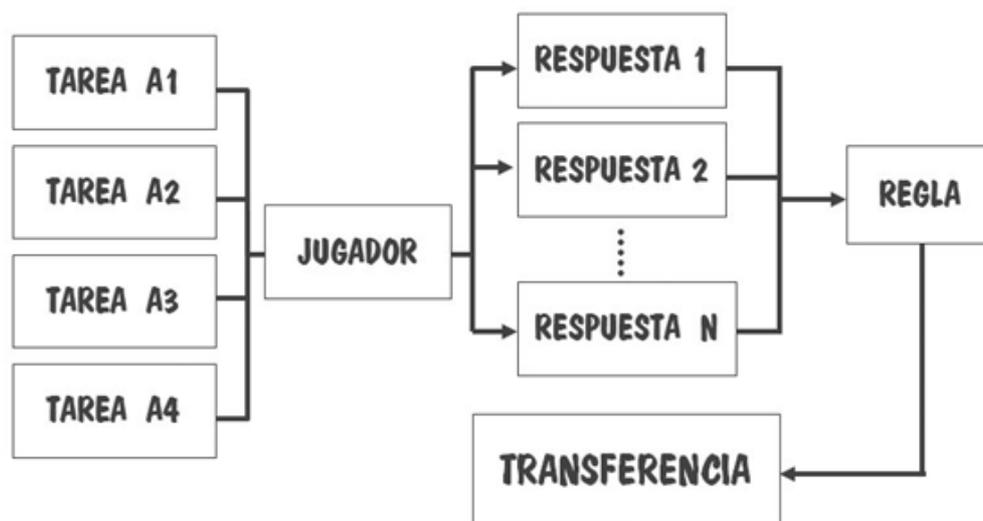


Figura 4. Pedagogía de la acción diversificada según Bonet (1983).

Tomado de Ruíz (1995).

Por todo ello proponemos variabilidad frente a repetición, producción comprensiva frente a reproducción mecánica, alternando sistemáticamente las tareas para favorecer el control de las condiciones iniciales preparatorias y de las condiciones finales de realización del gesto, y variando sistemáticamente las condiciones de realización de la habilidad deportiva. Estas variaciones podrán ser (Ripoll, 1982, citado por Ruíz, 1995):

- Velocidad de ejecución del gesto.
- Amplitud del gesto.
- Trayectorias precedentes.
- Condiciones iniciales.
- Condiciones de oposición.

7. Bibliografía

Alarcón, F., Cárdenas, D. y Piñar, M.I. (2004). Factores que influyen en la organización de las tareas para la mejora de los tiempos de práctica en baloncesto. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 10 (74).

Antón, J., Chiroso, J., Ávila, F.M., Oliver, J.F. y Sosa, P. (2000). *Baloncesto. Alternativas y factores para la mejora del aprendizaje*. Madrid: Gymnos.

Castejón, F.J., Giménez, F.J., Jiménez, F. y López, V. (2003). *Iniciación deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte*. Sevilla: Wanceulen.

Contreras, O., De la Torre, E. y Velázquez, R. (2001). *Iniciación deportiva*. Madrid: Síntesis.

Giménez, F.J. (1999). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Sevilla: Wanceulen.

Grosser M. y Neumayer, A. (1986). *Técnicas de entrenamiento*. Barcelona: Martínez Roca.

Iglesias, D., Cárdenas, D. y Alarcón, F. (2007). La comunicación durante la intervención didáctica del entrenador. Consideraciones para el desarrollo del conocimiento táctico y la mejora en la toma de decisiones en baloncesto. *Ciencia, Cultura y Deporte*, 3 (7), 43-50.

Ortega, E. y Sainz, P. (2009). *Manual práctico para el diseño de tareas en baloncesto en etapas de formación*. Murcia: Diego Marín.

Piéron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.

Raab, M. y Johnson, J. (2008). Implicit learning as a means to intuitive decision making in sports. En H. Plessner, C. Betsch y T. Betsch. *Intuition in judgment and decision making* (pp. 119-133). New York: Lawrence Erlbaum Associates.

Ruiz, L.M. (1994). Factores que influyen en el aprendizaje motor. *APUNTS*, 38, 34-40.

Ruiz, L.M. (1995). *Competencia motriz. Elementos para comprender el*

aprendizaje motor en educación física escolar. Madrid: Gymnos.

Ruiz, L.M. y Sánchez, F. (1997). Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes. Madrid: Gymnos.

Sáenz-López, P. (2006). La formación del jugador de baloncesto de alta competición. Sevilla: Wanceulen.