



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 27 FEBRERO 2010

“METODOS Y ESTRATEGIAS EN EDUCACIÓN FÍSICA, TENDENCIAS Y CLASIFICACIONES. UTILIZACIÓN SEGÚN EL ANÁLISIS DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE Y LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS”

AUTORÍA IGNACIO OSTOS TORRES
TEMÁTICA EDUCACIÓN FÍSICA
ETAPA ESO Y BACHILLERATO

Resumen

En el siguiente artículo presentamos los diferentes métodos de enseñanza que podemos aplicar como profesores de Educación Física. No existe un método que sea mas eficaz que los demás siempre, su eficacia dependerá del momento, alumnado, recursos, objetivo y tarea a realizar. Por ello es muy importante que el profesor sea conocedor de todos estos recursos, para aplicar el mas adecuado a cada situación.

Palabras clave

Método de enseñanza
Estilo de enseñanza
Técnica de enseñanza
Recurso didáctico
Estrategia de la práctica
Enseñanza individualizada
Enseñanza activa.
Emancipación del alumno.

1. METODOS Y ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA

En el presente tema nos vamos a ocupar del estudio de los metodos y estrategias de enseñanza de la educación física, que constituyen parte de los procedimientos para lograr un objetivo determinado.

No existe un método universal válido para cualquier momento y contexto, sino una serie de recursos que adecuadamente combinados definen un método de enseñanza válido para una situación determinada.

En este sentido el método de enseñanza que utilizaremos debe estar íntimamente relacionado con las características del alumnado y su entorno, los objetivos a alcanzar y la materia.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 FEBRERO 2010

La idea fundamental que pretendo transmitir es la importancia del conocimiento del profesor de toda esta serie de recursos para poder utilizarlos correctamente y lograr un gran rendimiento y eficacia en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Nos encontramos por tanto ante un tema clave dentro del área y materia de educación física pues los métodos de enseñanza tienen una influencia directa sobre el proyecto curricular junto a los objetivos, contenidos y la evaluación.

Para comenzar a delimitar conceptualmente el tema hemos de partir del concepto de método. A la hora de dar una definición del mismo hay que decir que no existe un claro acuerdo entre los expertos en materia, por lo que es frecuente que cuando hablemos de didáctica oigamos frases entre los docentes como:

- El método que he utilizado es la asignación de tareas
- La enseñanza de gestos técnicos las llevo a cabo a través del método global.
- El estilo de enseñanza que aplico es el de descubrimiento guiado

La confusión que generan todos estos términos hace necesaria una clarificación terminológica no solo de conceptos tales como método y estrategia de enseñanza sino también de conceptos como método y estrategia de enseñanza, estilo de enseñanza, procedimiento de enseñanza, recursos didácticos o estrategia de la práctica. Para ello me apoyaré en autores como Pieron, Muska Mosston, ureña, Sánchez y Delgado.

El término método es utilizado como sinónimo de todos aquellos términos que en didáctica conducen y dirigen el aprendizaje del mismo, en su aceptación mas amplia viene aceptándose como instrumento de guía según unos propósitos u objetivos de enseñanza. De hecho etimológicamente es una palabra de origen griego (meta, a lo largo y odos, del camino), siendo la ciencia que lo estudia la metodología, la cual es definida por Fetz como ciencia de los métodos de enseñanza de los ejercicios físicos de sus medidas y medios de ayuda que trata de conseguir caminos mejores y mas cortos y seguros para la correcta realización del ejercicio y la consecución de los objetivos de enseñanza.

Sería pues el método el camino que utiliza el profesor para favorecer el proceso de enseñanza y aprendizaje de cara a la consecución de unos objetivos esencialmente de aprendizaje que van a conducir a la formación integral del alumno y se concreta dicho camino según Delgado en:

- Un estilo de enseñanza
- Una técnica de enseñanza
- Una estrategia en la práctica
- Un recurso didáctico.

El término estilo de enseñanza hace referencia a la manera de enseñar, es decir el carácter especial que el profesor da a sus clases el modo de expresar su concepción de la enseñanza y de la educación que va a contribuir a la formación integral del alumno.

Se manifiesta en las decisiones preactivas interactivas y postactivas. Los estilos de enseñanza a raíz del estudio realizado por Mosston, se convirtieron en un proceso abierto a la investigación del profesor.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 FEBRERO 2010

El término técnica de enseñanza hace referencia a la forma como el profesor transmite lo que quiere enseñar, consiste por tanto en una interacción de tipo comunicativo. Su objetivo fundamental es seleccionar la forma más correcta de transmitir lo que pretendemos que realicen nuestros alumnos.

En definitiva se concreta en

- Información inicial
- Conocimiento de resultados

Los procedimientos que últimamente se ha demostrado que resultan ser mas útiles son la información verbal, es muy importante que sea clara y concisa así como la información visual, bien mediante demostración directa del profesor o bien mediante la exposición a modo de ejemplo de otro compañero..

El término estrategia en la práctica es la forma particular de abordar los diferentes ejercicios que componen la progresión de la enseñanza de una determinada habilidad motriz, todo ello dependerá de la complejidad de la misma. Tradicionalmente se han conocido en la didáctica como el método analítico y el método sintético o global.

La estrategia global es aquella que presenta la realización de un gesto técnico o de una acción motriz en su conjunto de manera global. Dentro de la estrategia global podemos encontrar tres tipos diferentes de estrategia.

Global pura: Ejecución de su totalidad de la tarea propuesta.

Global con polarización de la atención: La tarea se ejecuta en su totalidad pero prestando una especial importancia a algún aspecto en su ejecución.

Global con modificación de la situación real, de forma que la ejecución se vea facilitada o dificultada.

En cambio la estrategia analítica es aquella que descompone el movimiento o acción motriz en fases o partes, y se aprende cada una de ellas por separado e independientemente, atendiendo a los diferentes segmentos del cuerpo.

- Análisis puro: La tarea se descompone en acciones (A, B, C, D, E) La primera en aprender será la acción principal (por ejemplo la B) y a partir de ahí se aprenderán las demás.

- 1 Fase. B
- 2 Fase. A
- 3 Fase. C
- 4 Fase. D
- 5 Fase. E
- 6 Fase. ABCDE

- Análisis secuencial por ejemplo en el salto de altura primero se practica la aproximación (A) y a continuación la batida (B) y por último el paso de listón y aterrizaje (C)

- 1 Fase. A
- 2 Fase. B
- 3 Fase. C
- 4 Fase. ABC



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 FEBRERO 2010

- Análisis progresivo, paso a paso se le añade a la acción motriz el escalón o estadio superior, de manera que la acción motriz se forja progresivamente a medida que se consigue la ejecución motriz perfecta.

1 Fase, ejecución de A

2 Fase, ejecución de A+B

3 Fase, ejecución de A+B+C

4 Fase, ejecución de A+B+C+D

5 Fase, ejecución de ABCD

Ante la pregunta, ¿Qué estrategia utilizar? Es necesario responder que su mayor o menor efectividad viene a estar relacionada con el tipo de tarea motriz que se vaya a realizar.

Por último el término recurso de enseñanza, que hace referencia al conjunto de elementos disponibles para llevar a cabo un contenido de enseñanza. Término que se identifica según la actual reforma educativa con el material curricular, definido como cualquier tipo de instrumento u objeto que se utiliza para la actividad escolar. A día de hoy podemos diferenciar entre diferentes tipos de recursos.

Por recuperación (por ejemplo el balón de baloncesto pinchado, se llena de arena y sirve como medicinal)

Construidos.(construcción de mini porterías, o de picas)

Materiales sofisticados (por ejemplo tablas de surf, bicicletas, etc....)

Materiales nuevos (gomas auxotónicas, freezbee...)

1.1. Tendencias y clasificaciones.

Es evidente que la importancia de la educación viene dada por la búsqueda de una formación integral del alumno/a. En este sentido, el papel del profesor y profesora es el mediador entre la enseñanza y el aprendizaje, entre lo que se espera enseñar y el aprendizaje esperado. De nada sirve que el docente crea que enseña adecuadamente si por el contrario los alumnos no alcanzan los objetivos que se les plantean.

Esta consideración viene a plantear la necesidad de buscar modelos de enseñanza, estilos de enseñanza, que mejor promuevan el aprendizaje de los alumnos. Se conoce que no existe una metodología ad-hoc, eficaz, precisa. Pero en la actualidad se está apostando por una metodología activa que actúa participa que experimenta y en la que el alumno pasa a ser el principal protagonista..

- Teorías conexionistas y teorías cognitivistas.

Las tendencias que hoy se observan en los modelos de enseñanza, sobre todo en educación física, se encuadran en las tendencias generales de la educación y mas concretamente en las teorías del aprendizaje.

Teorías conexionistas: Representadas principalmente por el neoconductismo. Coinciden en considerar el aprendizaje como una asociación entre estímulos y respuestas. El proceso de aprendizaje y su objeto de estudio son las respuestas manifiestas de los estímulos que las motivan y su relación.

A través de las teorías nace un tipo de aprendizaje, el aprendizaje sin error, proponen una enseñanza en la que el niño no se pueda equivocar en ningún momento, de modo que todos los refuerzos que



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 27 FEBRERO 2010

recibe son positivos, y centra su especial atención en el resultado, y siendo el objetivo reducir al mínimo la posibilidad de equivocación. Esto unido a la tendencia y concepción del aprendizaje nace una técnica de enseñanza que es la instrucción directa, procedimiento basado en:

-Existencia de una solución probada y definida.

-Comunicación de esa solución por el profesor

(Hay muchos pasos con una dificultad muy pequeña)

Teorías cognitivas, fuertemente vinculadas al gestaltismo.

Esta relacionadas con la teoría genético cognitiva de Piaget, conciben el aprendizaje como un proceso de adaptación. Aquí se da una gran importancia a la experimentación que realiza el alumno, que aprende en su búsqueda de la respuesta correcta. Proponen una enseñanza mediante el ensayo-error y se valora más el proceso de enseñanza aprendizaje que el resultado, ya que consideran que el error también educa, y ofrece a los individuos mayores posibilidades de adaptación.

- De la enseñanza masiva a la enseñanza individualizada.

La enseñanza al grupo de clase como todo un procedimiento didáctico antiguo según el cual el nivel de enseñanza se establece de acuerdo a las posibilidades de un hipotético alumno medio o tipo. La enseñanza se plantea así en función de este hipotético alumno y a efectos operativos la clase se considera como un todo homogéneo y a cada componente se le atribuye una capacidad igual o similar a la de cualquier otro.

La expectativa es que los alumnos por debajo o por encima del nivel de enseñanza establecido participen con interés y entusiasmo, incluso si las tareas propuestas son excesivamente difíciles o excesivamente fáciles para el alumno. Esto se puede traducir en frustración para los menos dotados o aburrimiento para los mas hábiles.

Los objetivos, el nivel de dificultad y de evaluación son los mismos para todos, hay un único nivel de enseñanza sin tener en cuenta las diferencias individuales.

Frente a lo anterior se plantea aquí una diversificación de los niveles de enseñanza, podemos así diversificar el nivel de enseñanza en todo aquello que antes era único, actividad a realizar, objetivos, contenidos, programas, nivel de esfuerzo, ritmo de aprendizaje, así el máximo nivel de individualización se conseguirá obteniendo un nivel diferente para cada alumno de clase.

Entre no tener en cuenta en absoluto las diferencias individuales y tenerlas existe una gran disonancia y esta es la de tener voluntad de renovación pedagógica o no tenerla.

- Directividad frente a emancipación

Otra dimensión importante dentro de las tendencias metodológicas es la que se centra en el problema de la participación del alumno en su proceso de enseñanza. De una enseñanza tradicional centrada en exclusiva sobre el profesor a una enseñanza con unos niveles de participación del alumno significativos hay un largo camino a nivel metodológico.

El primer recurso con que cuenta el profesor en este sentido es transferir determinadas decisiones al alumno, esto entra plenamente dentro del principio de enseñanza emancipatoria.

A menudo se puede leer como a la metodología que intenta implementar algunos aspectos de este principio se la denomina como enseñanza no directiva, aunque si lo analizamos, podemos decir que este término resulta impreciso o incorrecto en todo el contexto de la enseñanza formal, puesto que mientras exista un profesor existirá siempre un mínimo de directividad, así pues habrá que llamarla



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 27 FEBRERO 2010

enseñanza con un mayor o menor grado de directividad, siendo en realidad los pretendidos métodos no directivos métodos de enseñanza menos directivos.

- De la instrucción directa a la resolución de problemas

Muska Mosston fue el primer autor que en el campo de la Educación Física expuso esta problemática que él define como barrera cognitiva.

Los métodos o estilos que no atraviesan esta barrera son aquellos en los que el alumno es instruido directamente acerca de lo que tiene que hacer, lo que implica la reproducción de un modelo de comportamiento motor.

Cuando la metodología de enseñanza fuerza al alumno a descubrir por sí mismo que comportamiento motor es el adecuado para el problema que se le plantea, se atraviesa la barrera cognitiva y el alumno pone en juego su capacidad cognitiva. Entre estos métodos destacamos la resolución de problemas y el descubrimiento guiado.

- Clasificaciones

Dentro del ámbito de la educación física en nuestro país podemos distinguir dos corrientes de opinión a la hora de plantear el tema.

La primera de influencia americana son los estilos de enseñanza propuestos por autores como Muska Mosston, Sánchez Bañuelos o Delgado Noguera

La segunda de influencia francesa son las estrategias pedagógicas defendidas por Famose, Domingo Blázquez o Emilio Ortega entre otros.

Como ya indicaba en la introducción del artículo, no existe un método de enseñanza universal válido para cualquier contexto, dependiendo de la utilización de uno u otro en función de las tareas de aprendizaje y las características de los alumnos.

Basándonos en la clasificación de Delgado Noguera (1991) la utilización de los métodos de enseñanza según las tareas de aprendizaje será:

1. Métodos tradicionales son especialmente útiles para deportes y actividades físicas individuales como el aeróbic y la gimnasia deportiva, así como para el aprendizaje técnico de algunos deportes.
2. Métodos que fomentan la individualización son adecuados para actividades relacionadas con el aprendizaje de determinadas habilidades motrices específicas, fundamentalmente en deportes individuales como el atletismo, utilizando programas individuales como el atletismo, utilizando programas individuales. También resulta interesante para establecer grupos de trabajo de acondicionamiento físico, donde cada alumno responderá en función a sus posibilidades.
3. Métodos que fomentan la participación útiles para las actividades cuyo grado de complejidad sea bajo (habilidades básicas y genéricas) y aquellas que contribuyen a desarrollar la capacidad de observación (actividades físicas en el medio natural)
4. Métodos que fomentan la socialización en actividades lúdicas y recreativas, en actividades extraescolares, en deportes de equipo, o trabajos como el acrosport o grandes juegos, como las gymkhanas por ejemplo.
5. Métodos que implican cognitivamente: actividades de táctica en los deportes de equipo. Además debemos destacar la importancia que adquieren en el actual sistema educativo los contenidos de tipo conceptual.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 27 FEBRERO 2010

6. Métodos para promover la creatividad: se utilizan para actividades relacionadas con la Expresión Corporal, planteamos los juegos recreativos, como el monopatín, patinaje, diablo, el trompo etc. Por otra parte se debe tener en cuenta de que cada alumno posee una características determinadas que le diferencian del resto, siendo éstas un punto referencia esencial para seleccionar la línea metodológica a emplear.

Estas características individuales se refieren al nivel de desarrollo de la condición física, aptitudes hacia las tareas, grado de motivación.

Respecto al grupo clase las principales características a tener en cuenta son:

Tamaño del grupo, puede marcar la idoneidad de un método o no. El ratio ideal será entre 20 y 24 alumnos.

Nivel de homogeneidad, viene determinado por el sexo, experiencias anteriores de educación física, nivel de desarrollo biológico, madurez deportiva etc. Un mayor grado de homogeneidad, facilitará la labor del profesor.

Por último apuntar algunas orientaciones metodológicas para la enseñanza (Sánchez Bañuelos, 1984)

- Debe existir una íntima relación entre la técnica de enseñanza y la tarea a enseñar
- Se le debe dar un tratamiento global a las habilidades y destrezas motrices dentro del área de Educación Física, no aislarla de otras capacidades.
- Adaptarlas por supuesto a las características físicas de nuestros alumnos(es complicado porque existe mucha heterogeneidad en estas edades)
- Las tareas a realizar deben ser favorecidas por el método para que exista transferencia hacia la práctica de manera autónoma.
- No deben supeditarse a la consecución del éxito, lo que mas importa es el proceso, no el resultado.
- Conviene expresar situaciones de carácter individual que permitan descubrir posibilidades
- Uso del material lo mas diversificado posible.
- Individualizar lo máximo posible

BIBLIOGRAFÍA.

- SANCHEZ BAÑUELOS (1984). Didáctica para la educación física y el deporte, Gumnos. Madrid.
- TRIGO, E (1994). Aplicación del juego tradicional en el currículum de educación física. Bases teóricas. Paidotribo, Barcelona.
- OLIVA, C. (2002). Cuaderno de teoría de la motricidad. Universidad de Playa Ancha, Chile.
- LE BOULCH, J. (1996). El movimiento en el desarrollo de la persona. Editorial Paidotribo. España.
- Diccionario Paidotribo de la Actividad Física y el Deporte. Volumen II. Editorial Paidotribo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 27 FEBRERO 2010

- MOLINA, D, (1997). La coordinación Visomotora y dinámica manual del niño infradotado. Edición Aumentada. Editorial losada S.A. Buenos Aires.
- ROMERO (1995). Diseño curricular en el área de educación física en secundaria andalucía. Wanceulen.Sevilla.
- RUIZ(1988) Fundamentos teóricos de aprendizaje desarrollo motor en : Castillo S, curso de especialización de educación física para la educación primaria, U.N.E.D.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Ignacio Ostos Torres
- Centro, localidad, provincia: Córdoba
- E-mail: Donignacio84@hotmail.com