

DEPORTE

ALMERÍA,
JUEGA
LIMPIO

EDUCACIÓN

SALUD

LIGA EDUCATIVA
DE PROMOCIÓN
MULTIDEPORТИVA

Cantera de Valores



GUÍA DIDÁCTICA

Liga Educativa de Promoción Multideportiva: Una experiencia al servicio del sistema deportivo provincial.

La Liga Educativa de Promoción Multideportiva ha sido una de las grandes apuestas de la Diputación de Almería en la presente legislatura para tratar de complementar y consolidar el trabajo realizado en los diferentes municipios de la provincia en cuanto a promoción deportiva se refiere. Desde el firme convencimiento de los beneficios que la iniciación deportiva de base, genérica y multilateral reporta a los deportistas en sus edades más tempranas, este contenido del programa "Juegos Deportivos Provinciales" ha sido diseñado a partir de las bases, perspectivas y tendencias metodológicas de aplicación que sustentan las creencias en esta materia de quienes ostentamos la responsabilidad técnica de su desarrollo.

Hasta la fecha, han sido dos ediciones de ilusionante y meticuloso trabajo que queremos compartir, a través de este documento que hemos denominado "Guía Didáctica" en el que exponemos tanto los referidos principios teóricos que le dan soporte (variabilidad, multilateralidad, diversidad, inclusividad, adaptabilidad, etc.) como todos y cada uno de los planteamientos y propuestas técnicas que han materializado su desarrollo.



Esta guía, por tanto, pretende ser una herramienta de sensibilización, apoyo y fundamentación para asesorar a técnicos-as y demás responsables deportivos municipales en la puesta en marcha de programas orientados a la educación física de base e iniciación multideportiva, desde un enfoque coherente y formativo.

Igualmente puede llegar a ser una herramienta para complementar desde el entorno del municipio aquellas actuaciones que en este sentido ya se realizan con los-as más pequeños-as, facilitando o ampliando el desarrollo de objetivos y contenidos que configuran una formación integral de niños y niñas, tanto desde el punto de vista físico como cognitivo.

Lógicamente los-as técnicos-as municipales, serán las personas responsables de llevar a cabo las adaptaciones necesarias en función de las necesidades formativas de sus deportistas, secuenciando y atendiendo a su propio criterio de temporalidad a través de los principios pedagógicos y didácticos de la iniciación física de base. Esta Guía no trata de sentar cátedra sino de aportar un pequeño grano de arena, en forma de experiencia, esperando contribuir al desarrollo satisfactorio y exitoso de iniciativas similares.

Recordar e insistir que el verdadero uso didáctico y formativo de esta guía dependerá, en gran medida, de la planificación previa que se realice para cada una de las actividades que puedan ser propuestas. En este sentido, sus sugerencias metodológicas tienen un carácter orientativo para hacer de este documento una herramienta viva que pueda ser ampliada y mejorada en todo momento.

Hemos pretendido plasmar, a través de sus diferentes apartados, los conceptos y metodologías que conforman una perspectiva educativa y de valores que, a nuestro entender, debería caracterizar el deporte en edad escolar y que es seña de identidad y origen de nuestros servicios. Una excelente vía para inculcar valores socialmente reconocidos, generando criterios propios ante el gran fenómeno social del espectáculo deportivo (forofismo, parcialidad acrítica, simplismo...)

En definitiva, una actividad generadora y favorecedora de hábitos saludables, ética y digna de ser fomentada entre los más jóvenes, quedando al alcance de todos-as.



Sebastián Rangel Piedra

**Jefe de Grupo - Negociado Actividades y Programas
Delegación Especial de Deporte y Juventud
Diputación de Almería**

Multideporte: Nuestro modelo de iniciación deportiva.

La Ley 6/1998, 14 de diciembre, del Deporte, presta una atención especial al deporte en edad escolar, otorgando a la promoción del mismo la calificación de principio rector de la política deportiva en Andalucía. Así, las entidades locales (*sigue diciendo la Ley*), ejercerán por sí o asociadas, las competencias y funciones relativas a la promoción del deporte, especialmente, para participantes en edad escolar.

Pero: ¿qué es el “Deporte”? . ¿Qué es exactamente lo que hay que promocionar? Según la Carta Europea, “Deporte” es cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene por objeto la expresión o mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competiciones a todos los niveles. Declara, a su vez, que el deporte es de gran importancia en el desarrollo de niños, niñas y jóvenes al considerarse, la iniciación en la práctica de la actividad física, primer eslabón para alcanzar una continua e idónea práctica en edades posteriores y, de otra parte, porque reporta beneficios para la salud de los-as más jóvenes, contribuyendo a su formación integral y desarrollo, pudiendo llegar a desempeñar una función preventiva e integradora de primera magnitud.

Siguiendo este postulado, en nuestro ámbito territorial el “Deporte en Edad Escolar” se identifica con toda actividad física-deportiva desarrollada en horario no lectivo y realizada por los niños y niñas en edad escolar, orientada hacia su educación integral, así como al desarrollo armónico de su personalidad, procurando que la práctica deportiva no sea exclusivamente concebida como competición, sino que promueva objetivos formativos y de mejora de la convivencia, fomentando el espíritu deportivo de participación, limpio y noble, el respeto a la norma y a compañeros-as de juego, unido al lícito deseo de mejorar técnicamente (*Decreto 6/2008, de 15 de enero, por el que se regula el deporte en edad escolar en Andalucía*).

De todo ello podemos entender que el deporte y la actividad física, dirigido a niños, niñas y jóvenes no son, única y exclusivamente, la práctica de aquellas modalidades regladas, ni el resultado conseguido (*victoria o derrota*).

Sin embargo, la sociedad moderna, a través de su tradición, no diferencia los gustos de niños-as de los de los adultos (*Neil Postman. La desaparición de la infancia*). Niños-as y adultos comen las mismas cosas, ven diariamente los mismos programas de televisión, reproducen hábitos que el mundo adulto introduce en nuestra sociedad, practican ese deporte que los medios de comunicación nos hacen ver como único y terminan por querer parecerse al ídolo de turno (Cristiano Ronaldo, Messi, etc.) en su forma de peinarse, vestir, gesticular, etc.

Siguiendo esta globalizadora tradición, la práctica deportiva se ajusta a la hipótesis de la especificidad desde edades tempranas y se concibe de forma que niños-as deben adaptarse a las reglas, en lugar de que las reglas se adapten a ellos-as sin tener en cuenta el desarrollo psicomotor, sin tener en cuenta el tamaño del campo o lo pesado que resulta el material a manejar (Ej. Balón, raqueta, etc.) y, mucho menos, sin tener en cuenta la educación o formación integral de niños-as y el fomento de un espíritu de participación limpia y noble.

Atendiendo a la perspectiva teórica planteada inicialmente, la Delegación Especial de Deporte y Juventud de la Diputación de Almería comparte la hipótesis (Schmidt, 1988, pág. 394), en la que, la “Práctica Variable” de actividad física representa un poderoso factor de aprendizaje y desarrollo motor infantil, ya que desarrolla una estructura de soporte de características genéricas que permiten que el niño o niña se adapte mejor a situaciones motrices nuevas.

Por esta razón “nació” la Liga Educativa de Promoción Multideportiva, dirigida a niños y niñas de categoría prebenjamín y benjamín, considerando estas edades como las más sensibles y receptivas al aprendizaje (flexibilidad y adaptabilidad), para favorecer sus recursos cognitivos y motrices e incrementar su nivel de transferencia motriz; igual que en los dominios intelectuales en primer lugar, se favorece una cultura general que facilite todas las adaptaciones y permita la libre elección de una buena especialización (Seurin, 1960:32).



En este modelo cobra especial valor el papel del técnico-a / educador-a, en su estilo de concebir la enseñanza deportiva, de orientar y fomentar los valores o contravalores que reinan y existen en el ámbito deportivo, de transferir una dimensión educativa-formativa-multilateral que responda a expectativas de salud, relación social, satisfacción personal y adquisición de habilidades perceptivo-motrices globales con las adaptaciones necesarias a la edad y su consecuente desarrollo.

Conceptos básicos de la iniciación multideportiva.

La práctica multideportiva se basa en la integración de consideraciones metodológicas, biológicas-evolutivas y de orden pedagógico, es decir, en los beneficios de una práctica variada y amena, que concede una especial atención a las tareas generales y la utilización de diferentes medios o actividades tendentes a la formación global y no a la adquisición de secuencias técnicas especiales. A nivel de evolución biológica, la formación multilateral o variabilidad favorece los procesos de maduración y desarrollo de acuerdo a los períodos sensibles de niños y niñas.

Pedagógicamente los niños y niñas no son especialistas. Debemos tener en cuenta que la edad infantil tiene una función de preparación para la vida futura y, por tanto, ellos-as carecen de especialidad por lo que resulta importantísimo utilizar formas variadas de movimiento y juego.



Nuestro modelo se decanta por la iniciación deportiva multifacética (en la que prime el concepto de **Multilateralidad o Variabilidad** de sus propuestas) donde los objetivos de experiencia y conocimiento estén por encima de las mejoras motrices y, aún existiendo, esta práctica presentará un carácter lúdico y formativo a través del conocimiento y familiarización del niño-a con una gran diversidad de modalidades deportivas. Propiciará la mejora de capacidades perceptivo-motrices, habilidades básicas y genéricas, desarrollo paulatino de su pensamiento táctico, iniciación al conocimiento y reflexión sobre sus acciones; contribuyendo a su desarrollo y equilibrio personal, al aumento de su capacidad de actuación e inserción social. Asimismo, minimizará la importancia del rendimiento y el resultado en el enfrentamiento o competición.

Además, el valor de la multilateralidad o variabilidad debe de estar unido a otros dos conceptos básicos para este modelo: la integralidad y la diversidad.

Mediante la **integralidad**, tratamos de unificar los procesos cognitivo-afectivo, motriz y de actitud que se puedan producir en cada una de las sesiones de

actividad, a través de cada una de las propuestas en la formación, organización y funcionamiento de estas; centrándonos en el niño y niña que, a partir de una acción motriz, actúa y se compromete en la actividad física a la vez que se recrea y desarrolla mediante una relación de convivencia con sus compañeros y compañeras. Utilizando palabras de Blázquez (1988), *“cada niño o niña es una realidad en desarrollo, cambiante en razón de sus circunstancias personales y sociales”*; por ello, lograr materializar a través de vías concretas la integralidad del proceso en una diversidad donde están presentes las diferencias individuales y sociales de niños y niñas, así como la diversidad de contextos dónde este proceso se desarrolla, sería el problema a resolver ¿Cómo resolverlo? Entendiendo la relación existente entre aprendizaje y desarrollo, reconociendo el carácter rector del proceso y no del resultado en el desarrollo físico y cognitivo de niños y niñas.

Por medio de la **diversidad** se refunde en cada una de las sesiones los aspectos diferenciales o no semejantes, estableciendo como punto central del proceso el tipo de actividad y el sistema de relaciones a desarrollar para conseguir mediante la colaboración y la actividad conjunta los objetivos deseados, partiendo de lo que niños y niñas, aun no pueden hacer solos-as e intentando que logren en el futuro un dominio independiente de sus funciones. Desde el punto de vista práctico, significa colocar al niño y niña como centro del proceso, utilizando todos los recursos o posibilidades que ofrece el entorno para que niños y niñas se relacionen de forma cercana, propiciando su interés y un mayor grado de participación e implicación en las propuestas o actividades que se le presentan, mediante un ambiente de cooperación y colaboración ¿Por qué todo ello? Dentro del grupo, no todos tienen el mismo ritmo en la ejecución de la tarea, ni el mismo nivel de desarrollo físico (*Talla, peso, fuerza, coordinación, motivación, condiciones socio-culturales, etc.*).

Por tanto, estos tres conceptos básicos: multilateralidad o variabilidad, integralidad y diversidad en la práctica física constituyen los pilares esenciales en la mejora y desarrollo motor de niños y niñas, provocando nuevos parámetros de respuesta, consiguiendo que tengan que adaptar su respuesta al tipo de tarea presentada, empleando sus recursos de procesamiento de la información para:

- Reconocer las diferentes variaciones de la tarea en términos de semejanza o diferencia a lo practicado en ocasiones anteriores.
- Recuperar de su memoria patrones o ejemplos de experiencias pasadas con sus correspondientes consecuencias sensoriales.
- Decidir sobre el plan motor que debe llevar a cabo, especificando sus parámetros concretos en cada actuación.
- Evaluar las consecuencias y efectos de su acción, corregir el movimiento mientras lo está llevando a cabo y actualizar su plan motor.

Liga Educativa de Promoción Multideportiva: Cantera de Valores.

En nuestra opinión, resulta preocupante observar el desarrollo del deporte o actividades físicas dirigidas a niños y niñas a través de la programación de competiciones con características organizativas, estructurales y de premiación, idénticas a lo mostrado en eventos de carácter profesional. Se exigen normas y se transmiten valores propios del mundo adulto, rehuyendo el punto de vista lúdico y educativo que aconsejan la inmensa mayoría de los expertos *“La progresiva relevancia y difusión del deporte ha contribuido al deterioro en el modo de practicarlo, sufriendo las relaciones de convivencia y primando el éxito y el triunfo a toda costa (González, 1993)”*.

En toda actividad de intervención con niños-as, técnicos-as, padres, madres u organizadores-as, aprender un valor significa que se es capaz de regular el propio comportamiento de acuerdo con el principio normativo que dicho valor tiene. Así pues, deberíamos llevar a cabo una reflexión crítica, ya que ciertos valores de determinadas prácticas deportivas han entrado en crisis en su intento de emulación con la competición profesional de máximo nivel. Debemos tener presente que los valores no se enseñan, se aprenden a través de la propia vivencia y reflexión, bajo las propuestas educativas y/o formativas que realicen las entidades promotoras de programas y contenidos y, por supuesto, a través de los técnicos-as / educadores-as responsables de la intervención directa. Se trata de transmitir actitudes a niños y niñas a través de las actividades deportivas que desarrollan.

Son muchos los valores que pueden trabajarse mediante la práctica deportiva. Por ejemplo, valores utilitarios (esfuerzo, dedicación, entrega, etc.), valores relacionados con la salud (cuidado del cuerpo, consolidación de hábitos alimentarios o higiénicos, etc.), valores morales (cooperación, igualdad, tolerancia, respeto a compañeros-as y normas, etc.). Ahora bien, para educar en valores, el deporte debe plantearse de forma que permita (Amat y Batalla, 2000):

1. Fomentar el autoconocimiento y mejorar el autoconcepto.
2. Potenciar el diálogo como mejor forma de resolución de conflictos.
3. La participación de todos y todas.
4. Aprovechar el fracaso como elemento educativo.
5. Promover el respeto y la aceptación de las diferencias individuales.
6. Aprovechar las situaciones de juego, entrenamiento y competición para trabajar las habilidades sociales encaminadas a favorecer la convivencia.

Se trata de ser plural y coherente con las ideas que desarrollan nuestros programas y el respeto a niños y niñas que participan en ellos, escogiendo libremente los valores, comportamientos o actitudes para definirlos públicamente ¿Para qué? Con el fin de crear

normas y actitudes en beneficio de una sociedad más humana, favoreciendo el crecimiento y la maduración integral del joven.



En este sentido, el programa “Juegos Deportivos Provinciales” de la Diputación de Almería tiene como referencias fundamentales el deporte, la educación en valores, la salud y la diversión. Estos cuatro pilares son, a su vez, las señas de identidad esenciales de la “Liga Educativa de Multideporte” a través del contenido complementario “Almería Juega Limpio”, cuyo objeto es el fomento de la vida activa, la adquisición de hábitos saludables y el desarrollo de buenas prácticas en su sentido más amplio. “Almería Juega Limpio”, pretende significar mucho más que la adecuación de comportamientos a las reglas de juego; abarcando conceptos de inclusión, atención a la diversidad, placer por el juego y la diversión, igualdad de oportunidades, formación general y deportiva, respeto a las normas, compromiso de colaboración, reconocimiento del esfuerzo, deportividad, corrección en el trato, tolerancia, cuidado del entorno y sostenibilidad.

Así, la Liga Educativa de Promoción Multideportiva se hace eco de este planteamiento y trata de plasmar la orientación de sus propuestas de actividad hacia la vivencia de situaciones en la que los valores citados se puedan fácilmente identificar. Para ello es necesario, en este u otros proyectos similares, realizar un meticuloso trabajo de planificación de propuestas que huyan de los patrones y estándares tradicionales de actividades deportivas al uso, adaptando las tareas propuestas a los objetivos a conseguir.

Tal y como hacíamos referencia en apartados anteriores, es en las edades más tempranas donde podemos encontrar una mayor permeabilidad a la adquisición de hábitos y actitudes, por tanto el diseño de actividades que equilibren la puesta en práctica de tareas motrices con las habilidades sociales y el incremento de conocimiento de valores positivos a través de la práctica deportiva se convierte en tarea fundamental para hacer de nuestro proyecto una experiencia exitosa de iniciación deportiva y cantera de valores.

Liga Educativa de Promoción Multideportiva: Nuestra propuesta

La Liga Educativa de Promoción Multideportiva de los JDP ha seguido el planteamiento multicomponente expresado en los puntos anteriores (*Práctica deportiva, formación, educación en valores, actividad lúdica, convivencia y vivencia, etc.*). Estando orientada a la divulgación de la iniciación deportiva genérica y multilateral como primera etapa de aprendizaje deportivo, para tratar de complementar y fomentar los programas de iniciación multideportiva que los ayuntamientos y los centros educativos estén desarrollando o pretendan poner en funcionamiento.

Este contenido ha sido dirigido a niños y niñas de categoría prebenjamín y benjamín, tratando de fomentar la participación mixta, erradicando así cualquier estereotipo de género o posible carácter androcéntrico y potenciando el valor de la inclusión y la igualdad de oportunidades. Se introduce así la potencialidad coeducativa en la forma de compartir actividad, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolución mediante el diálogo de conflictos que pudieran surgir y eliminando discriminaciones de género.

Sus objetivos específicos se han tratado de vincular con los objetivos generales del área de la educación física en la educación primaria, quedando de la siguiente forma:

- ✓ Conocer, valorar y participar en diferentes tipos de actividades físicas, lúdicas y deportivas.
- ✓ Participar en estas actividades compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación, evitando todo tipo de discriminación y comportamiento agresivo.
- ✓ Valorar las actividades físicas como medio de integración y relación con los demás.
- ✓ Evitar actos discriminatorios por motivos sociales e intentar colaborar e integrar a los compañeros/as que presentan mayores dificultades.
- ✓ Utilizar las habilidades motrices básicas en la resolución de problemas que impliquen una adecuada percepción espacio-temporal.
- ✓ Participar de forma habitual en los juegos y fomentar la búsqueda de estrategias y soluciones a los juegos planteados con ese fin.
- ✓ Conocer las normas y estrategias básicas del juego (cooperación, oposición...) participando activamente en su elaboración.
- ✓ Conocer y practicar los juegos populares y tradicionales de la zona.
- ✓ Responsabilizarse del buen uso del material y de las instalaciones en las que se desarrolla la actividad física.
- ✓ Relativizar la victoria y la derrota aceptando la competición como parte del juego, dando más importancia a la superación de los retos personales y de grupo.
- ✓ Conocer y utilizar los distintos recursos de los municipios, Comarcas, Zonas y Mancomunidades de la Provincia que puedan servirnos para el desarrollo de las actividades físicas preferidas.
- ✓ Crear hábitos de práctica de actividades físicas y deportivas.
- ✓ Interiorizar la importancia de la práctica de juegos y deportes como beneficio para la propia salud.



Para su desarrollo se plantearon dos tipos de actividades:

- Jornadas “Sube a la Red”
- Jornadas “Descubre tu Deporte”

Las Jornadas “**Sube a la Red**” constituyeron el bloque de actividades complementarias. Aprovechando el potencial de internet se confeccionaron diferentes cuestionarios con el objetivo de favorecer el conocimiento de los valores positivos de la práctica deportiva, el cuidado de la salud y el decálogo “Almería, Juega Limpio” que cada técnico-a / educador-a, niño y niña podía tratar de cumplimentar a través de su usuario y clave de acceso al entorno www.dipalme.org/deporte/Almería Juega Limpio.

La participación en estas jornadas se valoró para la designación del equipo “Exclente en Juego Limpio” de la Liga Educativa de Promoción Multideportiva.



Las Jornadas “**Descubre tu Deporte**” formaron el bloque de jornadas de práctica básica configuradas por actividades formato parido, formato circuito de habilidades o talleres de conocimiento, programándose las diferentes propuestas de actuación en torno a los siguientes contenidos:

1.- Actividades sobre juegos populares y tradicionales

Objetivos

- Participar y conocer las normas de algunos juegos populares de la zona.
- Interaccionar con personas de otras zonas de la provincia a través del juego.
- Conocer el uso de materiales a utilizar en alguno de estos juegos populares.

Actividades

- Diferentes juegos de persecución.
- Juego de coordinaciones, malabares, etc.
- Juegos de pelota mano, de cesta punta, etc.
- Otros a proponer.

Características

- Se incentiva la interacción del grupo.
- Se trabaja las habilidades motrices de forma lúdica.
- Se reduce el riesgo y se evita el contacto-agresión.
- Se incentiva la dimensión de la cooperación frente la competición
- Se incentiva la participación mixta de géneros.
- La estructura funcional de juego permite la igualdad de posibilidades en la participación en la actividad, potenciando las relaciones interpersonales.

Actividades

- Ajedrez, damas, parchís, oca.
- Tres en raya, dominó, etc.
- Otros a proponer.

Características

- Reducción del riesgo y se evita el contacto-agresión.
- Se incentiva la participación mixta de géneros.
- La estructura funcional de juego permite la igualdad de posibilidades en la participación en la actividad, potenciando las relaciones interpersonales.
- Posibilita la práctica de un mayor número de juegos en los espacios cerrados.



2.- Actividades sobre juegos de mesa

Objetivos

- Identificar y reconocer los juegos, las reglas, sus tableros y fichas.
- Conocer los nombres y movimientos básicos de los principales juegos de mesa.
- Comprender la lógica interna de los juegos de mesa más conocidos.
- Ser capaz de elaborar estrategias propias para conseguir el objetivo, teniendo en cuenta la intencionalidad de las acciones del oponente.
- Demostrar actitud reflexiva y valoración de alternativas durante el juego.

3.- Actividades sobre deportes individuales

Objetivos

- Desarrollar las distintas habilidades motrices básicas en un contexto de multiactividad.
- Aplicar las diferentes habilidades de manera adecuada para conseguir el objetivo de la actividad.
- Valorar la importancia del esfuerzo y la superación de retos en actividades y juegos que dependen de uno mismo.
- Aceptar las limitaciones propias y reconocer los méritos de los demás.

Actividades

- Atletismo
- Natación
- Esgrima.
- Tenis de mesa.
- Gimnasia rítmica.
- Otras a proponer.

Características

- Reducción del riesgo y se evita el contacto-agresión.
- Se incentiva la dimensión meramente recreativa.
- Se incentiva la autoestima, la autonomía y el esfuerzo personal.
- Se incentiva el juego limpio y la iniciativa personal.

4.- Actividades sobre deportes de equipo

Objetivos

- Conocer las normas básicas de los diferentes juegos y deportes por equipos.
- Aplicar fundamentos tácticos básicos de los juegos por equipos que faciliten conseguir el objetivo del equipo.
- Elaborar estrategias básicas de equipo para conseguir el éxito común en el juego.
- Adecuar los movimientos en el espacio a los compañeros-as, a los adversarios-as y a la pelota.

Actividades (Adaptaciones en versión mini)

- Fútbol Sala.
- Fútbol 7.
- Balonmano
- Baloncesto
- Voleibol
- Rugby.

Características

- Fácil aplicación en un pabellón.
- Se potencia la estructura de los deportes convencionales.
- Facilita la iniciación deportiva potenciando la transferencia positiva para el aprendizaje de otros juegos deportivos.
- Normas y reglamentos adaptados a la edad y desarrollo motor de los-as participantes.
- Incremento del riesgo y el contacto-agresión.
- Minimizar la dimensión de la competición.



5.- Actividades sobre deportes y juegos alternativos

Objetivos

- Conocer las normas de los diferentes juegos y deportes alternativos.
- Aprovechar transferencias positivas que tienen estos nuevos deportes para el aprendizaje de otros juegos deportivos.
- Favorecer las distintas habilidades motrices básicas en un contexto de multiactividad.
- Incentivar la participación mixta de géneros, la cooperación frente a la competición y el disfrute por el disfrute.

Actividades

- Indiacas
- Discos voladores
- Bolos, etc.
- Tenis turbo
- Palas pop, palas de playa, etc...
- Touch-ball, kin-ball.
- Hockey, mazaball, beisbol, takka, lacrosse.
- Otras a proponer.

Características

- Fácil aplicación en un pabellón deportivo.
- Guardan una cierta relación con la estructura de los deportes convencionales.
- Facilita la iniciación deportiva potenciando la transferencia positiva para el aprendizaje de otros juegos deportivos.
- Las estrategias de continuidad del juego potencia el tiempo de compromiso motor dando como resultado la motivación de la actividad.
- Nuevas opciones de práctica deportiva rompiendo esquemas de los deportes convencionales.
- Normas y reglamentos adaptados a la edad de los participantes, incentivando el auto arbitraje.
- Reducido riesgo al existir poco o nulo contacto-agresión.
- Se incentiva la dimensión de la cooperación frente la competición
- Se incentiva la participación mixta de géneros.
- La estructura funcional de juego permite la igualdad de posibilidades en la participación en la actividad, potenciando las relaciones interpersonales.

6.- Actividades en el medio natural

Objetivos

- Identificar lugares conocidos en un plano.
- Conocer y participar en diferentes actividades y deportes que se pueden realizar en el medio natural.
- Disfrutar, conocer y practicar otras actividades deportivas en entornos no habituales.
- Conocer y respetar la naturaleza, sin degradarla.

Actividades

- Juegos de orientación.
- Senderismo
- Bicicleta de montaña
- Piragüismo.

Características

- Se contemplará cada año, diferentes entornos o medio naturales.
- Se otorgará un carácter interdisciplinar a la jornada.
- Concienciación y sensibilización por el medio natural.
- Se incentiva la cooperación, el compañerismo, la igualdad.



7.- Actividades físicas artísticas - expresivas

Objetivos

- Favorecer la creatividad utilizando el cuerpo como vehículo de expresión, mediante respuestas imaginativas y creativas.
- Fomentar la capacidad de comunicación.
- Acrecentar el sentido del ritmo mediante esquemas sencillos, ajustando sus movimientos a la música.
- Reproducir movimientos propios de bailes actuales.
- Representar pequeñas coreografías coordinando los pasos con los compañeros/as.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo (gestos y movimientos) para imitar o escenificar.
- Experimentar las calidades del movimiento corporal.
- Improvisar escenas sobre propuestas de personajes y situaciones, relacionadas con el juego limpio.

Actividades

- Danzas del Mundo para niños
- Baile
- Hip hop

Características

- Valoración y disfrute de la relación y comunicación con los otros de manera activa y sensible.
- Elaboración de mensajes mediante la simbolización y codificación del movimiento.
- Superación de miedos para desinhibirse en el trabajo corporal, valoración de la espontaneidad.
- Valoración de la expresión corporal propia y de la de los demás.
- Integración de contenidos no andróginos.

8.- Actividades físicas de sensibilización social

Objetivos

- Aproximar a los-as usuarios-as, el mundo deportivo de las personas con discapacidad.
- Favorecer la toma de conciencia sobre las dificultades en el deporte y vida cotidiana.
- Explorar, vivenciar, improvisar, crear.
- Establecer relaciones espacio temporales de movimiento y sensitividad.
- Aumentar el conocimiento corporal y las capacidades del mismo, sin alguno de los sentidos básicos.
- Experimentar las calidades del movimiento corporal.

Actividades

- Circuito de obstáculos.
- Baloncesto en silla de ruedas.
- Goal ball.
- Circuito en eco-car.
- Fútbol para discapacitados visuales.
- El juego de los sentidos.

Características

- Valoración de una nueva forma de relación y comunicación con otras personas y con el espacio de manera activa y sensible.
- Adaptar y ejecutar respuestas corporales a través de otro tipo de estímulos o mensajes.
- Apreciación de las dificultades que cualquier discapacidad puede representar para el trabajo corporal.
- Vivenciar diferentes discapacidades (visual, motora, auditiva, etc.).



Programación y Desarrollo de la edición 2012/13

1ª Jornada

Fase de Apertura

En el convencimiento de que el éxito de participación en este segundo año de vida de la “Liga Deportiva de Multideporte”, dependería en gran medida de las actividades de comunicación y difusión, la jornada de apertura formó parte de las estrategias por las que hacer llegar a un mayor número de rincones de la provincia de Almería las características de este contenido o modalidad de las “Ligas Educativas de Promoción Deportiva”.

Con este objetivo se eligió la Ciudad Deportiva de Viator, utilizando diferentes espacios, debido a las necesidades que entrañaba el desarrollo de contenidos, relacionados con deportes de equipo (Fútbol Sala y Fútbol Siete), deportes individuales (Tenis de Mesa y Pádel) y concurso de habilidades y destrezas (Gymkana).



Actividad Formato Partido

Este momento de la jornada tuvo una duración de tres horas, en la cuales, los-as niños-as participantes desarrollaron diferentes propuestas, relacionadas con las modalidades de Fútbol Sala, Fútbol 7, Tenis de Mesa y Pádel.

El sistema presentado, ofreció a cada niño-a de los diferentes grupos de participación, la posibilidad de conocer y practicar, diferentes propuestas jugadas y adaptadas, relacionadas con las modalidades deportivas indicadas. Cada propuesta o partido, tuvo una duración de 12 minutos, divididos estos, en dos tiempos de 6 minutos.

<u>FASE DE APERTURA</u>	
Fecha:	Sábado, 1 de diciembre
Lugar:	Ciudad Deportiva de Viator
Horario:	De 10:00 a 14:00 horas
Actividades:	Deportes de Equipo (Fútbol 7 y Fútbol Sala) Deportes individuales (Pádel y Tenis de Mesa) Gymkana

Para su desarrollo la jornada quedaba dividida en dos momentos diferenciados (Formato partido – Formato circuito) y el grupo de participación, también quedaba dividido en diferentes grupos que iban circulando por las diferentes propuestas, cuyo medio de presentación y práctica era el juego, exagerando los aspectos tácticos y reduciendo las exigencias técnicas, dando una mayor importancia a la lógica interna para que el/la niño-a vivencie y capte los elementos esenciales de la modalidad o disciplina.

En esta metodología la atención esta centrada en el/la niño-a, siendo las dificultades surgidas en el juego las que marquen la reflexión para el aprendizaje y desarrollo (*el conocimiento no se debe de transmitir elaborado, sino que debe ser construido por los propios niños-as* - Piaget, Vyigostky, Norman, Ausubel); por lo tanto, una metodología basada en el descubrimiento guiado y la resolución de problemas frente a la reproducción de modelos donde el/la niño-a se convierten en autómatas.

Actividad Formato Circuito

La duración de este momento de la jornada fue de una hora. Los participantes realizaron una Gymkhana con diversas pruebas o estaciones, donde la cohesión y cooperación de las personas componentes de cada equipo será imprescindible.

Durante este tiempo, la actividad queda dividida en grupos de participación más reducidos en su composición, siendo el objetivo de cada grupo, la consecución o resolución de una serie de propósitos comunes a los componentes de cada equipo (Habilidades y destrezas).



Programación y Desarrollo de la edición 2012/13

2a Jornada Fase Provincial

Con las modalidades deportivas que los equipos participantes en la fase de apertura, pudieron disfrutar (Fútbol Sala - Fútbol Siete) y las modalidades deportivas de la primera jornada de la fase provincial (Baloncesto - Balonmano - Voleibol), se completó el contenido de deportes de equipo.

Entendiendo como tales, aquellos caracterizados por la existencia de cooperación entre compañeros-as y oposición con los-as deportistas del equipo contrario, todo ello de una forma simultánea en un espacio y objeto móvil común.

La diferencia presentada entre los deportes de equipo de la fase de apertura y los presentados en la primera jornada de la fase provincial, se encontraron en aspectos motrices vinculados a la coordinación: óculo-pédica (fase de apertura) y óculo-manual (primera jornada de la fase provincial).

Por lo demás, como en cada una de las jornadas de la liga educativa de promoción multideportiva, la intención sigue puesta en abordar una experiencia global e integral, relacionada con aspectos conceptuales (aspectos técnicos y tácticos del deporte presentado); aspectos procedimentales (práctica y vivencia de cada una de las actividades presentadas); aspectos actitudinales (manera, forma, condición, valores, creencias, comportamiento...) de la actividad o contenido presentado.

Ya que la transferencia de valores educativos comprendidos en el contenido "Almería, Juega Limpio" no se produce de forma espontánea, no es suficiente con poner a niños y niñas a practicar actividad física, si no que la metodología, la didáctica utilizada y la colaboración de todos-as, resulta absolutamente decisoria.

La jornada se desarrolló en el Pabellón Moisés Ruiz (Almería), comenzando a las 10:00 horas y finalizando a las 14:00 horas. Durante la jornada, mantuvimos el esquema de una primera parte de actividades formato circuito en la que se realizaron siete talleres de juegos populares, tradicionales, alternativos, etc.

Y una segunda parte de actividades formato partido en las modalidades de mini baloncesto, mini balonmano y mini voleibol.



Actividad Formato Circuito (De 10:00 a 11:45 horas)

Alejándonos y no reduciendo la jornada, a la realización de un conjunto de tareas o habilidades motrices aisladas, cuyo único objetivo pueda ir encaminado a la consecución de gestos técnicos deportivos y orientados al rendimiento motriz, exigidos por los patrones del deporte competición y una formación deportiva específica.

Este momento de la jornada tenía como objetivo aportar, a través de siete talleres de juegos tradicionales y/o populares, situaciones motrices novedosas y actividades lúdicas (educativas, enriquecedoras, etc.) que llevaran la práctica física de los niños y niñas participantes a un enfoque más vivencial y cercano de los intereses que priman o deberían primar en estas edades (Nacidos en 2003, 2004, 2005 y 2006).

<u>SEGUNDA JORNADA</u>	
Fecha:	Sábado, 9 de febrero
Lugar:	Pabellón Moisés Ruiz
Horario:	De 10:00 a 14:00 horas
Actividades:	Deportes de Equipo (Voleibol, Balonmano y Baloncesto) Juegos Populares, Tradicionales y Alternativos

Los-as participantes pasaron por cada una de las siete estaciones, empleando un tiempo aproximado de 15 minutos por estación. Disfrutando de una propuesta divertida, dinámica, capaz de romper la monotonía y aspectos rutinarios que ayuden a potenciar la unidad psico-biológica de los niños y niñas participantes, mediante un tratamiento globalizador e integrador, canalizado por medio de la motricidad, expresividad, alegría, etc.

Actividad Formato Partido (De 12:15 a 14:00 horas)

Con el propósito de ofrecer una experiencia en tres modalidades (BC – VB – BM) donde las destrezas y habilidades instrumentales se centraran en la coordinación óculo-manual.

Se establecieron siete estaciones, de las cuales, seis de ellas estaban orientadas a la práctica de cada una de las modalidades, ofreciendo una vivencia introductoria y de partido.

De forma que, por cada una de las tres modalidades, el niño o la niña pudieran practicar una estación de aproximación al conocimiento de la modalidad y otra estación diferente de puesta en juego real de la modalidad en cuestión.

La séptima estación fue un taller de animación que a modo de transición en el ámbito físico, ofreció una visión pedagógica al niño-a, sobre los diferentes valores que engloba el decálogo “Almería Juega Limpio”

La progresión establecida en la metodología, favorecería la transferencia positiva para el aprendizaje, las relaciones interpersonales, la comunicación, el disfrute y la diversión, el conocimiento de reglas o normas, el afán de superación, la autoestima, el autoconcepto, el compañerismo, la valoración de actitudes éticas como la colaboración, ayuda a los demás, participación sin tener en cuenta el resultado, la salud, etc.

Es por todo ello que la participación en la modalidad de Multideporte no está unida o vinculada al resultado o clasificación.

No concediendo ningún tipo de trascendencia al resultado ofrecido en los encuentros que se disputan, si no el desarrollo integral y global del niño o niña participante, prestando mayor atención al proceso que al producto y poniendo un mayor énfasis en una didáctica procesual con unos contenidos abiertos y variados.



Programación y Desarrollo de la edición 2012/13

3a Jornada Fase Provincial

Con las modalidades deportivas que los equipos participantes en la fase de apertura, pudieron disfrutar (Tenis de Mesa y Pádel) y las modalidades deportivas presentadas en la segunda jornada de la fase provincial (Atletismo y Natación), se completó el contenido de deportes individuales.

Según García (1990), cuando hablamos de deporte individual nos referimos al “Juego Individual”, materializado en una actividad físico intelectual, de carácter lúdico competitiva (en el caso de multideporte, lúdico-formativa), previamente concretada por un reglamento oficial. También podríamos definirlo como la actividad física con carácter psicomotriz en la que la incertidumbre en su práctica solo puede provenir del adversario directo o del medio en que se desarrolla.

Desde un punto de vista pedagógico es aceptada la validez que posee el deporte individual como elemento formador, vinculándolo con el desarrollo de las capacidades creativas, aprendizajes sociales (conocimiento y afectivos).

Por tanto, favorece la formación y conocimiento de uno mismo, por un lado, ante el control al que se tiene que someter el/la niño-a, al respetar unas reglas y, por otro lado, al conocimiento de sus capacidades; de esta forma, se produce un desarrollo de la identidad personal, al tener que tomar decisiones por sí mismo y asumir las responsabilidades individuales que tome. Resultando, un contenido vehiculizante en la consecución de objetivos que no pueden ser logrados de otra forma:

1. Conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones.
2. Mejora del autocontrol.
3. Aceptación del propio cuerpo.
4. Autovaloración y autoestima.
5. Desarrollo del acondicionamiento físico.
6. Adecua la carga de trabajo a las posibilidades individuales (Muy importante en esta edad o etapa de crecimiento).
7. Amplia la oferta tradicional de contenidos hacia actividades menos conocidas, menos practicadas e interesantes.

La jornada se desarrolló en el Centro Deportivo Municipal de Campoverde (Níjar), comenzando a las 10:00 horas y finalizando a las 14:00 horas.

Durante la jornada, se mantuvo el esquema de una primera parte de actividades formato circuito en la que se realizaron tres talleres de expresión corporal.

Y una segunda parte de actividades formato partido o encuentro en las modalidades de Atletismo (Ocho talleres) y Natación (Cuatro talleres).

TERCERA JORNADA	
Fecha:	Sábado, 9 de marzo
Lugar:	Piscina climatizada y Campo de Fútbol de Campoverde (Níjar)
Horario:	De 10:00 a 14:00 horas
Actividades:	Deportes Individuales (Natación - Jugando con el Atletismo) Actividades de expresión corporal

Actividad Formato Circuito (De 10:00 a 11:45 horas)

La actividad física orientada a favorecer conocimiento y educación a través del cuerpo y el movimiento no se reducen a aspectos perceptivos y motrices, si no que implican otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo.

La correcta asimilación de la imagen y esquema corporal es esencial para una adecuada interacción social. Los-as niños-as a través de los tres talleres que configuró este momento de la jornada, exploraron diferentes posibilidades y recursos expresivos del propio cuerpo, utilizándolos en danza, mimos, representación, etc.

Aprendiendo y valorando la calidad del movimiento y los diferentes componentes, ya que la expresión corporal toma como instrumento al propio cuerpo y, a partir de él, favorece el desarrollo armónico del niño-a en su totalidad psicofísica.



Fue, por tanto, una forma de mostrar al niño-a, la relación existente entre lenguaje expresivo y oral, utilizando el movimiento y el gesto como medio de comunicación, destacando aspectos cualitativos del movimiento en su relación con sensaciones y sentimientos, aplicando los movimientos corporales a diferentes ritmos, valorando y sondeando la riqueza expresiva del cuerpo a través de vías que pudieran favorecer la espontaneidad, creatividad, imaginación y participación.

Los talleres puestos en práctica fueron:

- **Taller 1º:** Psicomotricidad - Equilibrio.
- **Taller 2º:** Todo el mundo a bailar.
- **Taller 3º:** Juegos expresivos - Hacemos teatro - Cuentos motores.



Actividad Formato Partido (De 12:15 a 14:00 horas)

El grupo de participación quedó dividido en dos subgrupos, realizando las siguientes propuestas.

a) Jugando al Atletismo

Los participantes realizaron las actividades propuestas en las ocho estaciones incluidas en este momento de la jornada, según rotaciones.

La duración de esta parte de la actividad fue de una hora.

1.- Lanzamiento dorsal por encima de la cabeza de balón medicinal

Cada niño-a realizará dos lanzamientos con un balón de 1 Kg. con los dos brazos hacia atrás (Dorsal) por encima de la cabeza. Cada participante realizará dos intentos. Los-as niños-as realizarán el primer lanzamiento de uno en uno, sucesivamente, hasta finalizar la ronda, comenzando entonces la segunda.

2.- Salto lateral de obstáculo bajo

Al dar la señal de comienzo el/la niño-a participante realizará saltos continuos a pies juntos a un lado y otro de un obstáculo de goma-espuma o cartón (20 cm. de altura, aproximadamente), en un tiempo de 20 segundos. Se anotará el número de saltos realizados. Cada participante realizará dos intentos.

3.- Lanzamiento de Jabalina blanda

Lanzamiento de una jabalina blanda, desde parado, sin carrera previa. Los participantes de un grupo en esta prueba realizarán el primer lanzamiento de uno en uno, sucesivamente, hasta finalizar una ronda, comenzando entonces la segunda. Se anotará el lanzamiento de mayor distancia.

4.- Salto de longitud desde parado

En esta prueba el participante realizará un salto de parado y con los pies paralelos desde la línea de salida. Se mide la huella más cercana a la línea de salida. Cada participante realizará dos intentos. Los participantes de un grupo en esta prueba realizarán los saltos de uno en uno, sucesivamente, hasta finalizar una ronda, comenzando entonces la segunda.

5.- Carrera de 10 x 10 metros

Carrera cronometrada sobre una distancia de diez metros que habrá que recorrer diez veces en ida y vuelta. Habrá que dar la vuelta en un cono. Se anotará el tiempo invertido por cada participante. Sólo se realizará un intento.

6.- Tres saltos seguidos a pies juntos

El/la niño-a se situará en una línea de salida, con los pies juntos o paralelos y ayudándose con el movimiento de brazos y tronco, dará tres saltos seguidos con los pies juntos. Se mide la huella más cercana a la línea de salida. Los participantes realizarán esta estación de uno en uno, sucesivamente, hasta finalizar una ronda.

7.- Relevos 5 x 1 Vuelta con obstáculos

La salida de cada participante se hace desde la mitad del tramo, sentado sobre una colchoneta. La vuelta, dependiendo de las dimensiones o espacio, se hará rodeando un cono situado en cada uno de los extremos del tramo. Cada niño-a sale y recorre la mitad del tramo, da la vuelta al final del tramo para realizar en sentido contrario todo el tramo donde estará colocado el otro cono.

8.- Lanzamiento de aro

Lanzamiento de un aro, desde parado, sin carrera previa. Los participantes de un grupo en esta prueba realizarán el primer lanzamiento de uno en uno, sucesivamente hasta finalizar una ronda, comenzando entonces la segunda. Se anotará el lanzamiento de mayor distancia.

b) Jugando en el Agua

Las actividades acuáticas tienen una riqueza extraordinaria que supera los limitados objetivos del planteamiento utilitario tradicional.



El objetivo fue transmitir al niño-a, una experiencia que pudiera favorecer su conocimiento, destrezas y capacidades físicas en este medio tan diferente al habitual, proyectando en ellos-as, las posibilidades para una práctica físico-deportiva en el medio acuático, que incida directa y continuadamente en la mejora de su calidad de vida y visión pluralista de su entorno.

Se trató de aunar las características de la natación utilitaria, educativa y alternativa, no ofreciendo una experiencia de esta modalidad desde el punto de vista técnico y/o competitivo, sino planteando la gran diversidad de actividades lúdicas, recreativas, utilitario y fijándonos en las características socio-psico-evolutivas, a través de un desarrollo integral y acorde a sus capacidades.



Por tanto, los contenidos se centraron en favorecer capacidades que beneficiaran la libertad de expresión del niño-a, considerando válida la ejecución de la tarea y no discriminando con la perfección en la ejecución con el fin de estimular al niño-a en su ejecución y elevar su nivel de autoestima.

Todo ello, a través de un método global que pretende contribuir al trabajo de:

- a. Capacidades físicas - motrices.
- b. Habilidades natatorias (Inmersión, flotación, desplazamiento, respiración, etc.).
- c. Equilibrio personal al realizar tareas en igualdad.
- d. Estimulación intelectual y cognitiva a través de la imitación y la creatividad.
- e. Interrelación personal, a través de la toma de decisiones y comunicación entre iguales.
- f. Valoración de libertad que les de la colaboración.

Durante la hora en la que se desarrolló la actividad, se realizó un trabajo por estaciones: Tres talleres orientados en un primer momento al objetivo utilitario de la natación (flotación, propulsión, respiración, familiarización e inmersiones); finalizado este primer momento, se inició la práctica de actividades reales natatorias; concluyendo con actividades lúdicas vinculadas a modalidades acuáticas como el waterpolo, watervoley, waterbasket, etc.



El espíritu de las diferentes actividades propuestas fue posibilitar la transferencia de lo aprendido como patrón motriz a otros entornos o actividades, a través de un trabajo de expresión corporal, intelectual y emocional en el que pueda participar todas las partes implicadas (monitores-as educadores-as, monitores-as de actividad, niños-as usuarios de la actividad).

La temática transversal estuvo centrada en el decálogo "Almería Juega Limpio", a través del respeto hacia los-as compañeros-as y uno mismo, educación para la igualdad de género mediante un entorno coeducativo, la cooperación y la convivencia, educando para la salud y hábitos higiénicos saludables.

Programación y Desarrollo de la edición 2012/13

4ª Jornada Fase Provincial

La ley educativa en el ámbito escolar, promueve los principios de normalización e inclusión, en un intento por garantizar la no discriminación e igualdad efectiva de las personas con discapacidad.

Entre las diferentes variables que podamos contemplar, la actitud, comprensión y sensibilidad de compañeros-as (niños-as), se podría considerar, entre las más importante a tener en cuenta para favorecer la normalización, no discriminación e igualdad en las diferentes prácticas convivenciales.

La necesidad de favorecer un cambio de actitud entre los-as niños-as participantes en "Multideporte" en relación a la comprensión y dificultad de las actividades deportivas realizadas por personas discapacitadas, así como, el respeto a este colectivo por su esfuerzo y superación, resulta un contenido esencial y revelador en estas edades tempranas, con el fin de favorecer y contribuir al desarrollo de hábitos y actitudes de respeto, tolerancia, colaboración, etc.

Es por esta razón que se planteó en esta tercera jornada de la liga educativa de promoción deportiva (Multideporte), la experimentación en primera persona de las limitaciones y desventajas que pueden sufrir las personas discapacitadas en su vida diaria y al practicar una actividad deportiva, a través de la cual, poder favorecer una interiorización y un aprendizaje significativo, al ser una experiencia que se plantea y vive de una forma lúdica.

Volvemos, por tanto, a orientar la actividad física como elemento formador, vinculado con el desarrollo de valores:

- Incluimos a todos-as los-as que deseen practicar deporte y atendemos sus diferencias y necesidades.
- Favorecemos la participación con igualdad de oportunidades de todos-as
- Nos relacionamos con corrección y tolerancia, sin violencia y sin insultos.
- Compartimos las actividades con los demás, no jugamos en su contra.

Transmitiendo el punto de vista de que "Todos somos diferentes", a través de una didáctica basada en la experimentación y vivencia de algunas discapacidades y valoración de las dificultades que encuentran estas personas en su vida.

CUARTA JORNADA	
Fecha:	Sábado, 20 de abril
Lugar:	Pabellón Moisés Ruiz
Horario:	De 10:00 a 14:00 horas
Actividades:	Actividades de sensibilización. Juegos de Mesa

Actividad Formato Circuito (De 10:00 a 11:45 horas)

La actividad física orientada a favorecer formación y/o educación, a través del cuerpo y el movimiento, no se reducen a aspectos perceptivos y motrices, si no que implican otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo.

La idea principal, a través de los seis talleres planteados fue la búsqueda creativa de soluciones a problemas motrices y expresivos mediante el disfrute del grupo o equipo; para ello, se adaptaron juegos cooperativos y tradicionales de mesa.

La idea es presentar a los-as niños-as, una relación global y total entre los diferentes contenidos que han configurado, hasta la fecha, la Liga Educativa de Promoción Deportiva (Multideporte) para que el/la niño-a tenga que hacer y resolver diferentes competencias básicas:

- Competencia en el conocimiento e interacción con el mundo físico.
- Competencia descriptiva (lingüística, gestual, artística).
- Competencia social y ciudadana.
- Competencia en autonomía e iniciativa personal.



1) TRIVIAL

Es un popular juego de mesa en el que a través de una adaptación, cada uno de los equipos cooperará entre sí para acertar la pregunta que se plantea. Si el equipo que está jugando, no acierta la pregunta, entrará en juego el otro equipo. En el supuesto que la pregunta sea acertada, el equipo ganará el color por el que estaba jugando y seguirá con una nueva pregunta.



2) OCA

Este popular juego se presentó adaptado a modo de recorrido de orientación, en dónde cada equipo debía realizar un recorrido, con la dificultad añadida de que la mitad del equipo disponían de una discapacidad visual "CIEGOS", y la otra mitad, asumirán el papel de guías "LAZARILLOS", pudiendo cambiar los roles según evoluciones el juego.

3) PICTIONARY

Es un celebre juego de mesa que consiste en adivinar una palabra a través de un dibujo. Para ello, se configuran dos equipos, cada equipo deberá cooperar para adivinar el mayor número de palabras. El/la niño-a que dibuja la palabra, transmitiendo la información a sus compañeros-as, asume el papel de "MUDO-A". Este rol, será itinerante entre los diferentes niños-as de cada equipo a cada pregunta en que el juego vaya evolucionando. La temática del juego, estará relacionada con los contenidos del programa, a través de colores. Ejemplo: (Naranja - Alimentación saludable) (Amarilla - Almería, Juega Limpio) (Verde - Deportes de equipo) (Azul - Deportes individuales) (Rojo - Salud).



4) GUESSTURES

Es un celebre juego de mesa que consiste en adivinar una palabra a través de gestos y caras. Para ello, se configuran dos equipos, cada equipo deberá cooperar para adivinar el mayor número de palabras. El/la niño-a que dibuja la palabra, transmitiendo la información a sus compañeros-as, asume el papel de "MUDO-A". Este rol, será itinerante entre los diferentes niños-as de cada equipo a cada pregunta en que el juego vaya evolucionando. La temática del juego, estará relacionada con los contenidos del programa, a través de colores.

Ejemplo: (Naranja - Alimentación saludable) (Amarilla - Almería, Juega Limpio) (Verde - Deportes de equipo) (Azul - Deportes individuales) (Rojo - Salud).

5) TABOO

Es un celebre juego de mesa que consiste en adivinar una palabra a través de una descripción verbal, en esta descripción habrá una serie de palabras que no podrán decirse. Para ello, se configuran dos equipos, cada equipo deberá cooperar para adivinar el mayor número de palabras.

El/la niño-a que describe la palabra, transmitiendo la información a sus compañeros-as, no podrá incluir en su descripción las palabras denominadas "Taboo". Los-as niños-as que realicen la descripción irán cambiando a cada pregunta del juego. La temática del juego, estará relacionada con los contenidos del programa, a través de colores.

Ejemplo: (Naranja - Alimentación saludable) (Amarilla - Almería, Juega Limpio) (Verde - Deportes de equipo) (Azul - Deportes individuales) (Rojo - Salud).



6) MÉMORY

Se trata del conocido juego de las parejas en el que un equipo deberá cooperar entre sí para intentar asociar las parejas de cartas que configuran cada uno de los niños-as del equipo contrario. La temática del juego, estará relacionada con los contenidos del programa, a través de colores.

Ejemplo: (Naranja - Alimentación saludable) (Amarilla - Almería, Juega Limpio) (Verde - Deportes de equipo) (Azul - Deportes individuales) (Rojo - Salud).

Actividad Formato Partido (De 12:15 a 14:00 horas)

El movimiento, unido a la capacidad de percibir señales externas (nuestros sentidos), configura un sistema complejo de elementos que mantiene una relación estrecha entre sí; este sistema capta las señales externas, generando y transformando la energía interna (potencial) en externa (cinética).

La limitación de percibir estas señales externas, junto a las posibles restricciones motrices de nuestra cadena cinética, llevan consigo que nuestros proyectos, patrones y actos motores deban reajustarse a una nueva realidad. Por tanto, la complejidad motriz y perceptiva de nuestro cuerpo como sistema, está sujeto a la sobreabundancia de relaciones y posibilidades de conexión, a través de la diferenciación de múltiples subsistemas con diferentes niveles de complejidad, que a su vez, deben guardar una correlación lineal.



En esta perspectiva de importante complejidad, la única forma de aproximación y sensibilización a este terreno de las discapacidades sensoriales y motoras, sería a través de la recreación, reconstrucción y vivencia progresiva.

De ahí, los talleres planteados:

1) GOALBALL

a) Que no salga el balón del círculo: Todos sentados en círculo con las piernas abiertas pero separados unos de otros. El objetivo es pasar el balón rodándolo por el suelo y que éste no salga del círculo.

b) Lanzamientos: Uno del grupo con visión, lanza a los compañeros sin visión dando una serie de consignas: a) el nombre de a quien va y derecha/izq.; b) el nombre de a quien va dirigido; y c) cuando lanza el balón pero no donde va dirigido.

c) Frenar el lanzamiento en potencia: uno con visión enfrente de una fila, sin visión. Lanzará el balón sonoro a un lado u otro de la fila y los que componen la misma han de intentar frenarlo una vez vista la técnica de parada (piernas ligeramente en tijeras y manos protegiendo la cara).

d) Partido de goalball 4 x 4.



2) BOCCIA

a) Juego de los diez pasos: con balón de goalball y con dos limitaciones posibles: pies atados o con los brazos atados al tronco (sólo se permite la flexo-extensión a nivel de codo y muñeca, pero no de hombro).

b) Ajustarse a la raya: cada uno con una bola han de intentar tirar para ajustarla lo más cerca posible a ésta sin pasarse.

c) Desplazar objeto al campo contrario: se enfrentan dos equipos de 6 miembros cada uno. En medio de ambos hay un cono, que deben intentar desplazar cada uno al campo de su contrario. Las bolas se irán tirando de una en una por orden.

d) El semáforo: Dos equipos enfrentados, en medio de ambos hay tres aros. El aro que más cerca esté de cada equipo puntúa uno, el más lejano tres, y el intermedio 2. Se irán tirando las bolas de una en una y se irán sumando los puntos.

e) Partido de boccia por equipos.



3) FÚTBOL SALA

Esta modalidad deportiva se adaptó para que los-as niños-as participantes presenten una limitación en el movimiento a modo de discapacidad motriz. Los componentes de un mismo equipo, quedaron asociados de dos en dos, estando unidos por una de sus piernas y debiendo coordinar cualidades física y técnicas, habilidades básicas y destrezas, etc., a través de sus movimientos.



4) SLALOM EN SILLA DE RUEDAS

Es una modalidad deportiva específica de personas en silla de ruedas (SR). Se trata de recorrer en el menor tiempo posible un circuito previamente establecido, sorteando de forma reglamentaria los distintos obstáculos.

Elementos del Circuito:

3 obstáculos de $\frac{1}{2}$ giro. 2 pivotes blancos a la entrada y 2 rojos a la salida. Obligatorio entrar de frente y salir de espaldas menos en la clase 3 que pueden elegir.

- ✓ 1 obstáculo de giro completo. Limitado por 4 pivotes blancos con banderola.
- ✓ 1 pivote de vuelta completa.
- ✓ 3 pivotes de paso en forma de ocho. Se puede entrar por derecha o izquierda y hay que salir por el mismo lado por el que se entró.
- ✓ Una plataforma con rampa. Si en el segundo intento no se puede pasar, se bordea.
- ✓ Puerta de inversión: Dos pivotes rojos separados 1 m. entre los cuales el participante debe pasar en sentido contrario al de su marcha (de espaldas).



5) VOLEIBOL SENTADOS

En esta modalidad todos-as jugarán sentados-as en el suelo. Como en cualquier deporte hay que tener en cuenta aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios. Con las modificaciones oportunas el juego se desarrolla de forma similar al practicado de pie, con los mismos gestos técnicos (adaptados) y elementos tácticos.

Durante el juego, para que el golpe sea reglamentario, la parte que se encuentra en contacto con el suelo debe permanecer en contacto con el suelo. Y es esta parte del cuerpo (no brazos ni piernas), la que fija la posición del jugador en el campo.

El resto de las reglas, sustituciones, nº de toques por equipo, rotaciones, saques, bloqueos, etc. son las del voleibol de pie.

Para facilitar la continuidad en el juego y una mayor transferencia, adaptada al desarrollo motor en estas edades, utilizaremos como objeto de juego un globo y una pelota de foam (Espuma de alta densidad).



Programación y Desarrollo de la edición 2012/13

5a Jornada

Fase de Clausura

Las actividades físicas en el medio natural poseen un gran potencial educativo y esto es debido, tanto a la variedad de habilidades motrices que se desarrollan, como a las relaciones que se establecen con el medio natural.

Su carácter novedoso, su motivación intrínseca, su contribución al desarrollo de aptitudes cognitivas, motrices, sociales y afectivas, así como su fuerte impulso y difusión social hizo que nos planteáramos la necesidad de incluir una jornada monográfica, dedicada a este tipo de práctica física. Para ello, se presento una propuesta bajo un planteamiento metodológico basado en el descubrimiento, donde se utilizan propuestas creativas e imaginativas con el objetivo de acercar al máximo a los-as niños-as, las sensaciones propias de las actividades en el medio natural. En este sentido, los contenidos y aprendizajes específicos, agrupados por bloques, serían los siguientes:

1. Imagen corporal y habilidades perceptivo-motrices: Exploración de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento, refuerzo de la lateralidad y su proyección en el espacio natural; organización espacial con la apreciación de distancias, trayectorias, longitudes, etc., fortalecimiento del nivel de autoestima en la valoración de uno-a mismo-a.
2. Habilidades motrices: Favoreciendo la adaptación de las habilidades básicas a situaciones y entornos desconocidos, incidiendo en los mecanismos de decisión.
3. Actividad física, salud y educación en valores: Favoreciendo la mejora de la salud en función del desarrollo psico-biológico; manifestación de comportamientos responsables y respetuosos, independientemente, del nivel de habilidad, destreza y desarrollo.
4. Juegos y deportes: Como elementos de realidad social y ocupación saludable del tiempo de ocio; comprensión, aceptación y cumplimiento de las normas; valoración del esfuerzo dejando patente el espíritu de superación personal.

La práctica de actividad física, correctamente canalizada, nos ayuda a gozar de un buen estado de salud pero existen otros factores en nuestra vida cotidiana, como la alimentación que también influyen y pueden afectar a nuestra salud, práctica física y deportiva. De ahí la importancia de este contenido para los-as niños-as de esta edad, momento en el que se consolidan hábitos y, por tanto, momento para ser trabajados.

La jornada se desarrolló en el entorno del Parque Natural Cabo de Gata - Níjar, concretamente en el Camping Los Escullos y su espacio inmediato, comenzando a las 10:00 horas y finalizando a las 18:00 horas, haciendo de esta jornada para los-as más pequeños-as, un "Campus de Día".

Durante la jornada, se mantuvo el esquema de actividades formato circuito en el que se realizaban diferentes talleres, relacionados con la alimentación saludable, higiene postural, etc. Y actividades formato partido en el que se realizaron diferentes talleres, orientados a la práctica del deporte en el medio natural.

FASE DE CLAUSURA	
Fecha:	Sábado, 11 de mayo
Lugar:	Camping Los Escullos (Los Escullos - Níjar - Almería)
Horario:	De 10:00 a 18:00 horas
Actividades:	Alimentación saludable, higiene postural, autoconcepto, respeto al entorno, etc. Actividades físicas en el Medio Natural

Actividad Formato Circuito (De 13:00 a 14:00 horas / De 15:00 a 16:00 horas)

Considerando el espacio natural como un verdadero escenario educativo, aprovechándolo para seleccionar y trabajar acciones motrices concretas, involucrando al niño-a en aquello que hace, siente, quiere, comunica y sabe, a través de un escenario singular.

Este tipo de propuestas físicas, podrían ser consideradas como aquellas que tienen una finalidad educativa, ya que posibilitan: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser (Delors, 1996).

De esta forma, el trabajo a realizar se caracteriza, según la praxiología motriz, en las posibles deficiencias o patologías derivadas de una alimentación inadecuada; el desarrollo perceptivo (interoceptivas, exteroceptivo y propioceptivo), desde el propio esquema corporal o tomando como referencia otros-as; integración espacio temporal e interpretación del movimiento y la velocidad; interés por la realización de actividades en la naturaleza ya que existe una necesidad primitiva de salir, explorar y descubrir el entorno natural; refuerzo de las habilidades motoras básicas (correr, saltar, lanzar, girar, equilibrio, coordinación, etc.

Desde una perspectiva cognoscitiva (Según Piaget y Kohlberg), introducir la capacidad de seriar y clasificar con criterios múltiples; implementar el principio de transitividad y multilateralidad en las acciones sociomotoras, incluyendo la capacidad de resolver problemas concretos de forma lógica, potenciando así la creatividad; motivación para realizar actividades en un entorno no convencional.

Desde una perspectiva del desarrollo moral (Según Erickson), refuerzo de la moral heterónoma, la cual se construye a través de la observación y práctica directa; progresar hacia una moral de cooperación, reflexión, flexibilidad en la elaboración y resolución que debe de ser construida de manera activa y consciente; respetar las normas y a compañeros-as u oponentes en la consecución del éxito.

Desde una perspectiva para el desarrollo personal y social (Según Vygostky), proporcionar el aprendizaje humano a través de procesos sociales, permitiendo al niño-a, el acceso a la práctica y la vivencia; importancia del grupo en el desarrollo de capacidades, autoconcepto y afectividad por ser una edad donde la interacción es fundamental y el momento o edad, resulta sensible para que la educación y formación sean el mecanismo evolutivo responsable de los procesos cognitivos.

Los contenidos en este momento de la jornada, estarán fijados en la interiorización de los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y las consecuencias que para la calidad de vida individual y colectiva tienen los hábitos de ejercicio físico, higiene, descanso, alimentación equilibrada, autoprotección, respeto al entorno o medio ambiente, etc.

1.- TALLER DE RECICLAJE

- Conocer la clasificación de residuos.
- Posibilidades de uso en el entorno.
- Ejemplo: Disposición de seis conos y doce pelotas, la pareja o equipo que consiga colocar los colores correspondientes en menos tiempo...



2.- TALLER DE HIGIENE - AUTOPROTECCIÓN - DESCANSO

- Dar a conocer de una forma práctica, tiempos de reposo o descanso según momentos de esfuerzo y duración de los mismos.
- Vestimenta y utensilios apropiados y de seguridad para según que actividad deportiva practiquemos.

3.- TALLER MEDIO AMBIENTAL

- Conocer el patrimonio natural, histórico y cultural, respeto e interés por su diversidad
- Identificar actitudes de respeto, valoración y disfrute hacia el entorno.
- Utilizar las capacidades físicas básicas y destrezas motrices para la resolución de problemas (Ejemplo: Juego relacionado con la escasez de aguas)
- Juego de la contaminación (Por equipos unos harán de contaminación y otros tratarán de evitar que la contaminación llegue a un determinado lugar).

4.- TALLER ALIMENTACIÓN Y SALUD

- Conocer y diferenciar los alimentos y grupos en que están divididos (Carrera de relevos para ordenar alimentos según grupos).
- Obesidad: Dar a conocer a través del juego como el sobrepeso nos limita y afecta (Niños-as cargando a otros-as en una prueba de habilidad).
- Construir la pirámide de la alimentación (Ejercicio de relevos / Juego cooperativo)
- Degustación y ordenación de alimentos de fácil manejo. Percibiendo, sintiendo y descubriendo su sabor, olor, textura, etc. (Ejemplo: Amargo, Ácido, Dulce, Salado, etc.)

Actividad Formato Partido (De 12:15 a 14:00 horas)

La función que adquiere el medio natural es la de servir de guía para proponer el trabajo motriz, es decir, ser eje temático, a la vez que orienta y define la propuesta de trabajo, aproximándonos a las acciones técnicas y tácticas de las actividades físicas a realizar.

Ofreciéndole al niño-a, nuevos patrones de movimiento que enriquecerán su cultura motriz, al tiempo que consolidamos una amplia base de experiencias en torno a la motricidad, orientadas al desarrollo globalizado y armónico de niños-as, y no a una especialización.

- Carrera de orientación
- Escalada
- Piragüismo
- Tiro con arco
- Etc.

Gimkana de Orientación “Somos Exploradores”

Los-as niños-as, junto a sus monitores-as educadores-as, se desplazaron en el menor tiempo posible por el terreno natural del Parque Natural Cabo de Gata-Níjar, con la ayuda de un mapa del lugar y una brújula. Durante el recorrido cada grupo pasó por los controles, señalados en el mapa con absoluta exactitud y materializados en el terreno con balizas.

En cada uno de estos controles los grupos debieron resolver, realizar o superar una prueba motora, basada cada una de ella, en las habilidades básicas practicadas a lo largo de las diferentes jornadas de la “Liga Educativa de Promoción Multideportiva”.

Una vez realizada dicha prueba motora, el grupo recibió una nueva pista con el lugar a localizar y alcanzar; de esta forma, cada grupo pasó por una serie de controles y superó una serie de pruebas que podrían penalizar o favorecer su evolución a lo largo de la exploración.

La actividad “Somos Exploradores” provocaría conductas motrices condicionadas por las características de incertidumbre que presenta el medio natural en el que va a ser desarrollada, debiendo ser resueltas por los niños-as participantes.

Además, se emplearon y reconocieron distintos lenguajes expresivos (Corporal, plástico, musical, verbal, etc.), favoreciendo la comprensión lectora y la expresión verbal como medio de búsqueda e intercambio de información en relación a la actividad física, propiciando la comunicación de emociones y sentimientos que la práctica motriz suscita.

Fue, por tanto, objetivos a resolver: el reconocimiento del plano en relación a la realidad que ofrece el entorno, la localización de los puntos de interés a los que se debe llegar pues las balizas serán el objetivo inmediato en cada tramo a realizar, la resolución de pruebas motoras mediante la cooperación y participación del grupo.

En este proceso, los-as monitores-as educadores-as como personas más cercanas y conocedoras del grupo, tuvieron una labor esencial, al transmitir confianza y pistas a los-as niños-as que integran su grupo para la consecución de objetivos, promoviendo situaciones de interacción y participación que favorezca el trabajo en equipo, el respeto a las normas, el respeto al resto de compañeros-as integrantes de otros grupos y el respeto al entorno.

Esta vivencia de múltiples tareas en múltiples situaciones y contextos, multiplicaran las experiencias de niños-as de cara a aumentar sus capacidades adaptativas y la funcionalidad de los nuevos aprendizajes, a su vez transferibles o utilizables en otras situaciones y contextos.

Como viene siendo habitual en la Liga Educativa de Promoción Multideportiva las situaciones de aprendizaje quedan divididas en cuatro situaciones pedagógicas diferentes: Contacto con la actividad, conocimiento del nivel de partida, aprender-progresar y, finalmente, valorar los progresos.

BALIZA 1º: LA OSCURIDAD DEL CASTILLO

La oscuridad del castillo nos impide ver y avanzar. El grupo debe demostrar que la oscuridad no es impedimento para superar este reto. Dos componentes del equipo, deberán realizar un recorrido, guiados por las voces de sus compañeros-as y sin chocar con ninguno de los obstáculos dispuestos. Una vez en su interior, deberán localizar la pieza de un rompecabezas.

BALIZA 2º: EL REMOLINO

El grupo se sitúa en fila, resulta que hace un viento infernal y el equipo debe de pasar esa tormenta sin poderla sortear. Al grupo se le entregará un paso de unos 15 cm que deberá ir pasando a sus compañeros-as según cubra su trayecto. A la señal del monitor-a el primer niño-a correrá hasta el lugar que el monitor esta situado, apoyando el palito en el suelo y con el tronco flexionado, gira alrededor del palo diez vueltas lo más rápido posible.

El niño o niña deberá volver hasta el lugar que esta situado su grupo para dar el relevo (entregar el palo), lo cual no va a ser nada fácil por el mareo acumulado (Temporal de arena). Las carcajadas de los-as demás niños-as, hacen de éste juego uno de los más divertidos.



BALIZA 3º: ¿CRUZAR O BORDEAR?

Habrá una zona de playa delimitada (Aproximadamente, 15 ó 20 metros) y de forma lineal y paralela a la orilla, sin necesidad de adentrarse, los-as niños-as deberán cruzar en barca (Piragua o Canoa), el espacio acotado.

BALIZA 4º: LA CANTIMPLORA

Estamos en una de las zonas del territorio español con menos precipitaciones. Los grupos se sitúan junto a una cantimplora a unos 25 ó 30 metros de la playa.

Deberán correr de uno en uno y llenar un vaso de agua (El vaso pierde el líquido por unos agujeros). Los-as niños-as correrán hasta el lugar de la cantimplora y con el agua que traiga en el vaso, volcarlo en el interior de la cantimplora. El grupo dispondrá de un tiempo máximo de 5 minutos.

BALIZA 5º: LA TRAVESÍA

En esta ocasión, toca atravesar un río (zona paralela a la línea de playa de unos 15 metros). Si los-as niños-as de cada uno de los grupos quieren continuar su aventura, deberán atravesar nadando, próximo a la línea de costa y sin profundizar en el agua, el espacio acotado. La forma de cruzar será de uno en uno.

BALIZA 6º: LA SERPIENTE

Los componentes de cada grupo deberán hacer un círculo sobre la arena y uno-a de ellos-as (Elegidos por el grupo), deberá luchar contra la serpiente (Un globo) que ha sorprendido al grupo. Para poder progresar en la aventura, la persona que luchará contra la serpiente (Globo), llevará los ojos tapados y deberá localizar el globo y romperlo sin ayuda de brazos, manos o boca.

BALIZA 7º: ¡¡NO ABANDONAMOS A NADIE!!

Un compañero-a ha caído herido-a, fue picado-a por la serpiente, el resto del grupo deberá cruzar por el agua, empujando y sujetando al compañero-a que tratará de flotar, mientras sus compañeros-as lo transportan.



BALIZA 8º: EN EL CENTRO DE LA DIANA

Únicamente si demostramos tener puntería podremos conseguir la pista que nos llevará al siguiente punto y nos permitirá avanzar.

Cada niño o niña tendrá posibilidad de dos tiros con el arco, debiendo dar en la diana con la flecha, lo cual sumará y les dará una puntuación.

BALIZA 9º: CORONAR LA MONTAÑA

Cada componente del equipo deberá coronar la montaña subiendo hasta lo alto de la pared del rocódromo para coger y guardar cada niño-a, las piedras preciosas y mágicas que les dará la pista de la siguiente pieza del puzzle.

BALIZA 10º: CRUZAR EL LABERINTO

Estamos llegando pero... sólo cruzando esos puentes, conseguiréis alcanzar el objetivo. Cada puente será cruzado por cada uno-a de los niños-as, recibiendo una pista que les llevará a una baliza con la que picar su tarjeta de equipo...



Los-as niños-as compartieron el momento de la comida como una actividad convivencial más para su autonomía, desarrollo personal y social, concediendo a este momento de la jornada el valor y atención que merece por el potencial educativo que encierra.

Alimentarse es algo más que satisfacer una necesidad fisiológica para facilitar el desarrollo físico, es el momento donde las relaciones interactivas son inevitables y donde la adquisición y desarrollo de hábitos sociales, culturales, etc. pueden ser incorporados por niños-as, propiciando el desarrollo de una gran cantidad de hábitos, destrezas, actitudes, conceptos, etc.

- Motrices: Dominio corporal, control postural, coordinación oculo-manual, destrezas y habilidades manuales, disociación hombro-brazo-mano, presión, precisión, masticación...
- Sensoriales: Discriminación de sabores, olores, temperaturas, percepción de colores, educación del gusto...
- Lingüísticos: Ampliación del vocabulario básico, conocimiento y verbalización de utensilios, tipos de alimentos, variedad e importancia de los líquidos....
- Sociales: Desarrollo socioafectivo y emocional, relación con los iguales, con los adultos, adquisición de hábitos, lograr una adaptación progresiva a los alimentos, adquisición de conceptos...

No pretendo con ello, insinuar o destacar los logros alcanzados, sino transmitir el valor de un momento compartido a lo largo de la jornada que, en muchos casos y por muchas personas, puede ser considerado como un gasto innecesario, en estos tiempos en los que el valor de lo económico parece estar por encima de cualquier otro valor, sin darnos cuenta que ese es el valor que, realmente, transmitimos a los-as más pequeños-as.

