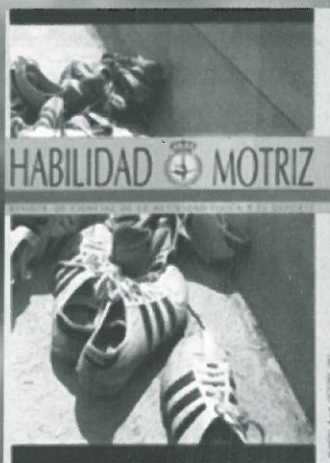
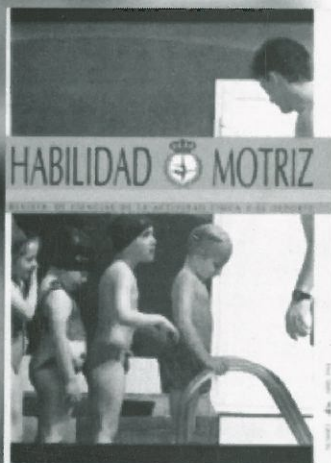


HABILIDAD MOTRIZ

REVISTA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

100 ARTICULOS



NÚMERO 14 1999

Consejo Editorial:

Presidente: Jaime Vallejo López.

Secretario: Antonio Aires Rosales.

Tesorero: Alberto Aliaga Rodés.

Vocales: José M^a González Ravé, Ángel López Torres,
Ricardo Pérez de Rueda, Wilson López Caballero.

Dirección:

Prof. Dr. Miguel Ángel Delgado Noguera

Prof. Dr. Daniel Linares Girela

Comité Científico:

Prof. Dr. Delgado Noguera, M. A. (Coordinación)

Prof. Dr. Arraez Martínez, J. M.

Prof. Bajo Aguilar, S.

Prof. Blázquez Sánchez, D.

Prof. Dr. Carreiro da Costa, F.

Prof. Dr. Hernández Moreno, J.

Prof. Dr. Gutiérrez Dávila, M.

Prof. Dr. Linares Girela, D.

Prof. Dr. Martínez del Castillo, J.

Prof. Dr. Mora Vicente, J.

Prof. Dr. Oña Sicilia, A.

Prof. Dr. Ruiz Pérez, L. M.

Prof. Dr. Sánchez Bañuelos, F.

Prof. Dr. Torres Guerrero, J.

Pf. Dra. Vermetta Santana M.

Prof. Dr. Sergio Ibañez Godoy

Prof. Francisco León Guzmán

Edición: Habilidad Motriz.

Apartado de Correos 4.136 18080 - GRANADA

Administración: Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA

Carbonel y Morán, nº 9, 14001-CORDOBA

Autoedición: Francisco Panadero Bautista

Impresión: Servigraf

Depósito Legal: C0-782-1992 ISSN: 1132-2462

Periodicidad: Semestral

Habilidad Motriz es una publicación plural y abierta, que no comparte necesariamente las opiniones expresadas por sus colaboradores. La reproducción del material publicado en esta revista está autorizado, siempre que se cite su procedencia.

Contenidos

SALUDO DEL PRESIDENTE.....	3
JAIME VALLEJO LÓPEZ	
EDITORIAL	4
MIGUEL ÁNGEL DELGADO NOGUERA	
LA MANIPULACIÓN: BASE DE LA DESTREZA FINA EN BALONMANO	5
LUIS JAVIER CHIROSA RÍOS, IGNACIO JESÚS CHIROSA RÍOS	
EXPERIENCIA PRÁCTICA: CAMINO DE SANTIAGO.	10
FERNANDO FERNÁNDEZ FRAGA	
EL DEPORTE COMO MEDIO PARA LA EDUCACIÓN. FORMACIÓN Y DESARROLLO DE UNA ESCUELA MODERNA FORMATIVO-EDUCATIVA DE BALONCESTO	14
PEDRO ALMENDRAL LARA ANTONIO SERRANO ZAFRA IVAN LÓPEZ FERNÁNDEZ	
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN.	18
JOSÉ GALLEGO ANTONIO.	
LOS DESPLAZAMIENTOS SIN BALÓN. FACTORES PERCEPTIVOS Y DECISIONALES EN LOS DEPORTES COLECTIVOS	22
FRANCISCO M. ÁVILA	
LA INVESTIGACIÓN SOBRE HÁBITOS DE VIDA EN RELACIÓN CON LA SALUD EN ESCOLARES: A PROPÓSITO DE UN ESTUDIO.	33
ANTONIO J. CASIMIRO ANDÚJAR EVA M ^a ARTÉS RODRÍGUEZ CORNELIO ÁGUILA SOTO	
EL BALONCESTO EN LOS ÁMBITOS DOCENTES DE EE.UU. Y ESPAÑA	42
DR. FRANCISCO CALATAYUD MIQUEL	
ANÁLISIS DOCUMENTAL DE LOS ARTICULOS PUBLICADOS EN LA REVISTA HABILIDAD MOTRIZ DESDE SU INICIO HASTA LA ACTUALIDAD. ¿QUÉ SE PUBLICA EN ANDALUCÍA?.....	47
MIGUEL A. DELGADO NOGUERA FRANCISCO PANADERO BAUTISTA	
PUBLICACIONES	56

SALUDO DEL PRESIDENTE

JAIME VALLEJO LÓPEZ

Estimados amigos y amigas, este es un momento especial, estamos «ya» en el año 2000, nuestra revista Habilidad Motriz ha publicado un centenar de artículos, goza de buena salud y está plenamente consolidada... por lo tanto es una buena ocasión para saludar a todos sus lectores, tanto de España como de la América Hispana, y para agradecer su dedicación a todos los que en algún momento han colaborado y colaboran para hacerla posible.

Ya desde sus orígenes, con Severiano Bajo como pionero y Director, y con todos los compañeros que componíamos la Junta de Gobierno y el Comité Científico a su lado –sin olvidar a quien nos facilitaba fotografías, picaba textos, o se encargaba del diseño– intentamos que la revista fuese una digna publicación que representase el interés por la profesión, y que constatare los avances en los distintos ámbitos competenciales de la Educación Física. Hoy, superado hace tiempo el «sarampión» que todo relevo supone, los miembros de este equipo intentamos con energías renovadas alcanzar un mayor nivel en la calidad de los artículos y en el rigor científico de los mismos, sin excluir a nadie en razón de su origen académico o de su ubicación profesional.

Por ello es justo que en este momento haga referencia, y testimonie nuestra particular gratitud, a dos compañeros que a principios de 1996 aceptaron el encargo y la responsabilidad que, en nombre del hoy denominado Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Andalucía, les hice para que dirigieran conjuntamente nuestra revista, y sin cuya dedicación no habríamos alcanzado el nivel en el que hoy nos encontramos; me refiero a los Doctores D. Miguel Angel Delgado Noguera (Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte) y D. Daniel Linares Girela (Facultad de Ciencias de la Educación), ambos Profesores de la Universidad de Granada. Gracias también a D. Francisco Panadero Bautista por su trabajo, a las Juntas de Gobierno y Comités Científicos que se han sucedido, a todos vosotros amigos lectores y, muy especialmente, a la Excm. Diputación Provincial de Córdoba que nos acompaña con su confianza y ayuda desde el principio de esta singladura.

Finalizo este saludo con una petición a cada uno de vosotros; al igual que la profesión se engrandece día a día con el esfuerzo y la honrada dedicación de múltiples compañeras y compañeros, así es nuestra voluntad de hacer crecer Habilidad Motriz, por ello te solicito que la des a conocer en tu ámbito profesional y que, si es posible, hagas suscriptor de la misma a tu centro de trabajo.

Recibe un cordial saludo y gracias por tu confianza.

Fdo. Jaime Vallejo López

Presidente del Ilustre COLEF y CAFD
de Andalucía

EDITORIAL

MIGUEL ÁNGEL
NOGUERA DELGADO

LA MAYORÍA DE EDAD DE LA REVISTA ANDALUZA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

La revista "Habilidad Motriz" (HM) ya ha cumplido su mayoría de edad. Con este número se han publicado un centenar de artículos, ha cumplido ya siete años de vida y ha sacado a la luz catorce números.

Puede ser un momento para la reflexión y el análisis. La revista ha seguido una línea de publicación en la que cabe todas las investigaciones, estudios, experiencias, reflexiones, ensayos teóricos acerca de la actividad profesional de los profesores y licenciados en educación Física, en la actualidad licenciados en ciencias de la actividad Física y el deporte.

"Nadie puede extrañarse por encontrar aquí opiniones distintas de las propias respecto a la ciencia, porque intentamos recoger las ideas de todos sin asumirlas (...)" Esto decía en 1665 Denis de Sallo, primer editor de la primera revista científica. Podríamos decir que la revista Habilidad Motriz, desde sus inicios ha querido seguir esta política editorial, aquí cabe muchas opiniones, reflexiones, estudios, experiencias e investigaciones dentro de los diferentes ámbitos profesionales de la actividad física y el deporte.

Una primera reflexión puede ser: ¿Qué se publica? ¿Cuáles son las temáticas más publicadas? ¿Con qué ámbitos profesionales están relacionadas? ¿Qué tipo de publicaciones son?

Creemos que la revista refleja la pluralidad de temas posibles en nuestro ámbito profesional.

La frecuencia de los temas viene dada por el interés de los profesionales que han escrito y se han expuesto a la consideración, al debate y a la crítica de los compañeros.

En siete años han cambiado mucho los temas de interés de los artículos, pero también ha cambiado la profesión, los planes de estudios de las enseñanzas de la E.F., el título de la profesión, los Centros de Formación del Profesorado e incluso la posibilidad de obtener el grado académico de doctor. Legislativamente existe un marco de referencia diferente, hoy tenemos la Ley del Deporte de Andalucía.

En estos cien artículos se ha mantenido y ha ido creciendo la calidad de los mismos y de los autores que han publicado en la Revista HM.

Evidentemente, con el cambio de la profesión, las publicaciones han cambiado en relación con los temas que preocupan a los profesionales.

Con la incorporación del tercer ciclo en los estudios de la E.F. evidentemente también ha cambiado el carácter de los artículos que se han publicado en la revista H.M.

Con la mayoría de edad de estos cien artículos, queremos felicitar en primer lugar a su fundador Severiano Bajo Aguilar.

En segundo lugar al Colegio Oficial de Profesores y Licenciados en Educación Física de Andalucía, y en particular en la persona de su Presidente que ha querido impulsar la Revista y que cada vez tenga más rigor y calidad en beneficio de sus colegiados y lectores, en general.

También a todos los que han participado en su edición, redacción, revisión y también críticas.

Por supuesto felicitar a todos los que han escrito los artículos, sabemos de la ilusión, rigor y el trabajo que hay en cada uno de ellos.

También a vosotros que estáis leyendo HABILIDAD MOTRIZ ya que toda revista o publicación tiene como colaborador a sus lectores.

LA MANIPULACIÓN: BASE DE LA DESTREZA FINA EN BALONMANO

LUIS JAVIER CHIROSA RÍOS.

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA.

IGNACIO JESÚS CHIROSA RÍOS

ENTRENADOR NACIONAL DE BALONMANO.

I NTRODUCCIÓN.

En la retina del espectador apasionado por el balonmano quedan fijadas las maravillosas imágenes de jugadores que, aparentemente, saltándose las leyes de la naturaleza, son capaces de llevar la maestría en el dominio del balón hasta límites insospechados. ¿Quién no recuerda los fabulosos lanzamientos en rectificado que nos ha regalado Talant Duishebaev en las últimas confrontaciones de la Selección Nacional? Sobre todo ese maravilloso partido, del Europeo jugado en España, contra la potente selección Yugoslava. ¿Qué persona que le guste este deporte no se emociona con las filigranas, casi circenses, con las que algunos jugadores, tocados al parecer por la mano de un dios amante de este juego, son capaces de realizar? ¿Qué es lo que hace a estos jugadores tan brillantes?. Posiblemente sea una suma de factores los que permitan que una determinada persona juegue fabulosamente al balonmano. No cabe duda que uno de estos factores estará muy vinculado con la formación que ha recibido, para que se produzcan aprendizajes adecuados¹ y adaptados al proceso evolutivo del jugador. Dentro de ese desarrollo formativo, la manipulación de móviles, es uno de los patrones motrices elementales que debe adquirir correctamente el jugador de balonmano.

Tenemos que tener en cuenta que las habilidades manipulativas, aparte de servir para ser diestros en un deporte, es esencial en los primeros conocimientos del entorno próximo en el ser humano (McLenagman & Gallahue, 1985). Con el desarrollo físico y la mejora de la coordinación el sujeto incrementa la posibilidad de manipulación de objetos. Cuanto más pronto se estimulen todos los patrones motrices esenciales en el sujeto, especialmente los que hacen referencia al dominio de móviles, más fácil será poder contar con nuevos "genios" en el juego de balonmano.

En la manipulación del balón se encuentran implicados, varios segmentos corporales con sus correspondientes articu-

laciones, para su correcta coordinación y adecuación a las circunstancias del juego va a necesitarse, a parte de la maduración física, un proceso de aprendizaje largo; que permita la adquisición óptima de cada uno de los elementos técnico-tácticos que se encuentran implicados en la manipulación de móviles.

Hablaremos en este trabajo del proceso de aprendizaje en la manipulación de objetos, como preámbulo en el dominio del balón por parte de un jugador de balonmano. También trataremos los factores que influyen en la optimización de las habilidades manipulativas, haciendo un breve recorrido evolutivo por los diferentes estadios que pasa el sujeto a lo largo de su vida; siempre, claro esta, relacionándolo con el proceso de formación en balonmano. Terminaremos proponiendo unas indicaciones de tipo didáctico, que sirvan como base en la planificación de sesiones encaminadas a la mejora de la manipulación de objetos.

2. HABILIDADES MANIPULATIVAS EN EL JUEGO DE BALONMANO.

El ser humano se acerca al mundo, principalmente, a través de sus manos. Las primeras exploraciones de un niño, que suelen ser torpes, poco coordinadas y en la mayoría de los casos sin éxito, son el esbozo de uno de los patrones motrices más importantes en el desarrollo del individuo, nos referimos a los patrones elementales de la manipulación.

La manipulación engloba los gestos motrices de atrapar, adaptar, manejar, golpear y lanzar objetos con los miembros distales del cuerpo, manos o piernas. En este trabajo nos centraremos, principalmente, en los gestos de manejo y adaptación de balón referidos al tren superior.

Es aproximadamente sobre los cinco meses de vida cuando, de un modo involuntario, al estimular la palma de la mano del niño, éste es capaz de prender un objeto². A medida que el individuo madura los músculos se fortalecen, particularmente los implicados en la aprehensión de objetos, permitiendo con su desarrollo el agarre en pinza; gracias sobre todo a la acción del dedo pulgar que facilita la manipulación de objetos. Las primeras manipulaciones son de tipo rudimentario y se van perfeccionando con el desarrollo del niño.

3. FACTORES QUE INFLUYEN EN LA MEJORA DE LAS HABILIDADES MANIPULATIVAS

A parte del proceso madurativo del sujeto, que como se ha visto es fundamental en la mejora de la manipulación de objetos, existen otros factores que si se estimulan van a permitir un desarrollo en la habilidad que estamos tratando. Este patrón motriz se puede optimar si, de forma precoz, se realizan aprendizajes tendentes a realizar ajustes motores precisos en las estructuras perceptivas, procedimentales y efectoras. El ajuste de estas primeras estructuras es vital para que funcione la segunda estructuración, que viene representada por la intelectualización del acto motor, la tercera nos llevaría al acto motor en sí (Antón, 1998).

3.1. Influencia de la mejora de la capacidad perceptiva en la optimización de la manipulación.

La manipulación de objetos se ve favorecida, principalmente, por el desarrollo, de la percepción corporal (factor interno) y de la percepción espacio-temporal (factor externo).

La destreza en la manipulación de móviles se adquiere y se desarrolla a través de una correcta percepción corporal³, que permita al sujeto tener conciencia de todos los movimientos que, con el móvil, es capaz de realizar. En esta misma línea, resulta fundamental el aprendizaje en la percepción de trayectorias en conexión con el tiempo de vuelo. Para favorecer el desarrollo de estas estructuras perceptivas, es interesante iniciar los trabajos de enseñanza en edades tempranas.

3.2. El ajuste motor en tareas manipulación.

Mediante el planteamiento de situaciones nuevas y variadas el niño va adquiriendo habilidad manual y destreza con el móvil, gracias a una mejora de la coordinación intermuscular que le permite un mejor ajuste corporal y la coordinación intermuscular que facilita los ajustes óculo-manuales, evitando movimientos innecesarios.

3.3. Relación entre la mejora de las capacidades físicas fundamentales y la destreza en la manipulación del balón.

Con la práctica habitual de actividad física organizada (sobre todo las relacionadas con los juegos predeportivos), el niño va aumentando su capacidad física por encima de lo que evolucionaría con un desarrollo normal sin este tipo de prácticas (Chirosa & Padial, 1997). La mayor prestación en fuerza general va a facilitar la manipulación del móvil, a parte, el manejo de diferentes tipos de móvil, como consecuencia de una práctica variada, permite la adaptación de la musculatura específica, mejorando la aprehensión de objetos gracias a una mayor coordinación intermuscular y a un incremento de la fuerza máxima en dicha zona.

4. PROCESO EVOLUTIVO DEL APRENDIZAJE DE LAS HABILIDADES MANIPULATIVAS HASTA LA ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO EN BALONMANO.

El proceso madurativo y el aprendizaje consiguen que el sujeto sea capaz aislar los movimientos de un modo preciso, permitiéndole realizar tareas motrices finas; como es el caso de la manipulación de móviles (Osterrieth, 1984). Mediante el entrenamiento adecuado, este tipo de tareas se precisan más y se hacen más eficaces. En la tabla 1 aparece, de un modo sucinto, la evolución que sufren los elementos que influyen en la manipulación de móviles a lo largo del desarrollo del niño, hasta el periodo de aprendizaje específico. Se trata de un mero acercamiento didáctico, pensamos que la mejor manera de considerar el desarrollo de un individuo, en cualquier ámbito, es como una serie de múltiples procesos que se trasladan temporalmente y están enlazados unos con otros. (Ver tabla 1).

Periodo	Descripción
5 meses	Aparece la aprehensión de objetos, aunque existe un desfase en la evolución de los sentidos implicados.
8 meses	Existe una manipulación activa del objeto, basada principalmente en atrapar y soltar el móvil manipulado.
12 meses	Se comienza a producir una mayor precisión en las acciones manipulativas. Es en este momento cuando se pueden producir las primeras situaciones de enseñanza-aprendizaje. La textura de algunos objetos (sobre todo los muy blandos) pueden plantear problemas en su manejo.
15 meses	Mejora sustancialmente el asimiento del objeto, la precisión del gesto se hace más neta y comienza los lanzamientos de objetos con intencionalidad.
3 años	Los lanzamientos se hacen más precisos aunque, toda vía, con movimientos toscos.
6 a 9 años	Se han adquirido todas los gestos básicos implicados en la manipulación de objetos. Su mayor o menor destreza dependerá de factores biológicos y de la influencia del aprendizaje.

Tabla 1. evolución de los elementos que influyen en la manipulación del balón.

Una vez que en las primeras etapas de la vida, a lo largo del proceso de maduración y formación, el niño ha creado un acervo motor rico (Antón, 1990), el patrón básico de la manipulación debería estar básicamente adquirido y por ello, sería recomendable comenzar su perfeccionamiento mediante el aprendizaje específico en balonmano.

La manipulación de balón, en este deporte, engloba todos los gestos técnicos que se producen desde que el jugador recibe el balón, hasta que se desprende de él mediante un lanzamiento, pase o bote.

Es en la primera etapa del ciclo formativo del jugador⁴ cuando los ajustes de éste con relación al balón son más necesarios. El balón es el instrumento fundamental del juego. La lucha por su posesión y el dominio o control del mismo, se constituye como una actividad esencial y prioritaria. De ello se desprende la proposición del desarrollo de la motricidad en situaciones pedagógicas variables cuerpo-balón. (Antón, 1990). Por este motivo es acertado, en esta etapa, crear situaciones de aprendizaje que permitan la participación de un jugador o grupo de jugadores con relación al balón; posibilitando su manipulación. Relacionado con esto y como contenido esencial, a parte de trabajar el dominio en el control del balón, se debe posibilitar la progresión hacia la meta y los posibles encadenamientos previos y posteriores a la recepción del balón.

En esta primera etapa de concentración dominante sobre el balón, los juegos que se desarrollan en los que el objetivo es la posesión de balón, se deben relacionar con otros juegos encamina-

dos al dominio del espacio. Considerando estas premisas, la figura 1 muestra el esquema diseñado por Antón, (1990), de las posibilidades evolución del juego en relación con la etapa de concentración predominante sobre el balón.

5. ELEMENTOS TÉCNICO-TÁCTICOS IMPLICADOS EN LA MANIPULACIÓN DEL BALÓN.

En función del tema que estamos tratando, solo vamos a considerar el dominio del balón como fase fundamental en la manipulación del móvil en las primeras etapas de formación. Su perfeccionamiento favorece la efectividad de los posibles encadenamientos.

En el dominio del balón influye dos elementos técnicos principalmente: la adaptación del balón y las acciones de manejo que se puedan realizar. Son gestos técnicos fundamentales, que se deben adquirir en las primeras etapas y nunca deben dejar de ser trabajados a fin de aumentar su perfeccionamiento. Dependerá del momento formativo para que sea un contenido principal de la sesión o un aspecto complementario de la misma.

5.1. La adaptación del balón.

Es la gestoforma específica para la toma de contacto con el balón. De una correcta adaptación, con el aprovechamiento de la superficie más eficaz del balón, dependerán las posibilidades de intervención rápida en acciones posteriores (Barce-

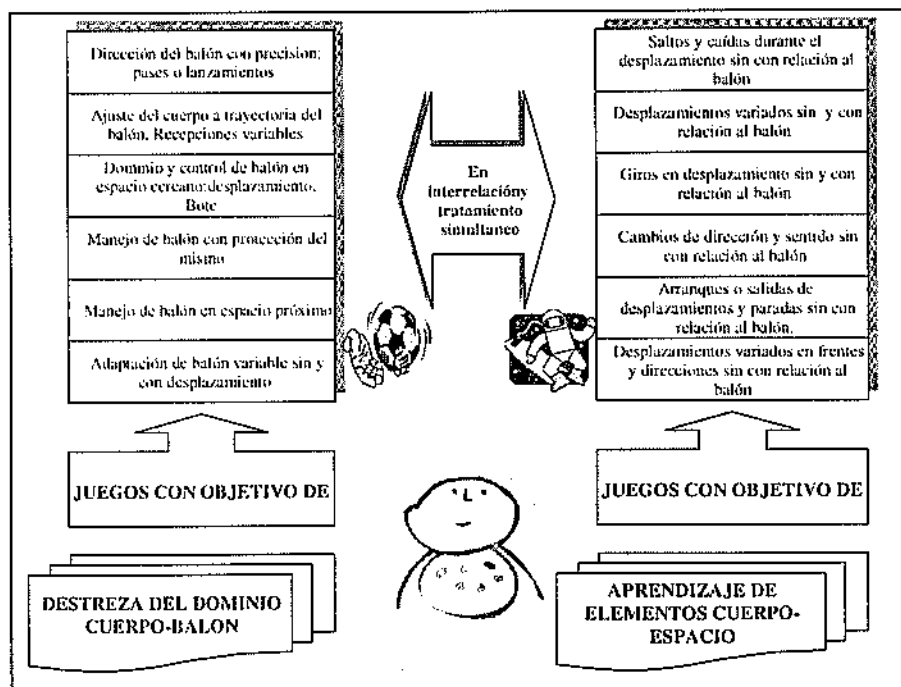


Figura 1: Esquema de posibilidades de evolución del juego en relación con la etapa de concentración predominante sobre balón (Adaptado de Antón (1990).

na & Roman, 1991). Este gesto garantiza seguridad en la posesión, hecho necesario para que se cumpla el principio de conservación del balón mientras este es manipulado.

Como puntos claves en la técnica de adaptación, saber que el contacto con el balón se realiza con la yema de los dedos y la cara palmar media de las manos, con una posición ligeramente cóncava de la misma. Los dedos deben estar abiertos abarcando la máxima superficie sin rigidez, y ejerciendo la máxima presión con los dedos meñique y pulgar.

5.2. Manejo de balón.

Las diferentes acciones gestuales que efectúa el jugador desde que toma contacto con el balón hasta que se desprende de él lanzándolo a portería, pasándole a un compañero o realizando acciones de bote. De la misma forma que la gesto-forma anteriormente analizada, de su correcta ejecución dependen las acciones posteriores, por ejemplo un buen manejo posibilita un mayor bagaje técnico en pases y lanzamientos.

Desde una perspectiva técnica, se puede decir, sin temor a equívocos que no existe una forma específica de realizar las diferentes acciones de manejo. Dependerá, entre otras cosas, de las características del sujeto, del gesto que se pretende realizar, del momento de juego, de las acciones de los defensores, etc.

Destacar que el jugador, en el buen uso del manejo del balón, debe realizar los movimientos preciso para conseguir el objetivo perseguido. El gesto tiene que ser creíble, en el caso de que forme parte de una acción de engaño (finta de pase o lanzamiento), o pasar desapercibido si es esa la finalidad. A parte, debe existir siempre un ajuste del gesto al momento de juego, realizando este con espontaneidad y fluidez.

6. BASES DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE DE LAS HABILIDADES MANIPULATIVAS, DENTRO DEL APRENDIZAJE ESPECÍFICO DEL JUEGO DE BALONMANO.

Por las características de este trabajo y la limitación de tiempo, hemos acotado la información que vamos a exponer, desde la perspectiva didáctica, para el aprendizaje de la manipulación de móviles a la etapa de iniciación en balonmano, esto requiere que las bases previas hayan sido bien adquiridas.

El planteamiento didáctico parte de un conocimiento de los componentes esenciales del juego de balonmano (bases de los deportes colectivos, estructura del movimiento, elementos componentes invariables del juego) y de las características de los sujetos que pretendemos enseñar (Antón, 1990, Bayer, 1987).

El objetivo principal que vamos a plantear es la mejora en el dominio del balón, esto es posible desarrollarlo a lo largo de todo el proceso de formación del jugador, siendo el período más crítico de aprendizaje en la etapa global básica. Para conseguir este objetivo, entre otras muchas cuestiones, se deben proponer una serie de situaciones didácticas que cumplan con una serie de consideraciones generales:

- **Trabajar la ambidextría:** A partir de los 9 años, cuando aproximadamente comienza los primeros aprendizajes en balonmano, el niño tiene definida su lateralidad. El trabajo con ambas manos, en los gestos implicados en la manipulación del balón, lejos de perjudicar el aprendizaje aumenta su variabilidad; permitiendo que la riqueza motriz necesaria para la adaptación a las situaciones cambiantes del juego se produzca.

- **Variación en los tipos de móviles:** variables como el tamaño, peso, forma, textura, etc. pueden ser modificadas en los móviles que se usen para producir una mejor adaptación.

- **Variación en el dinamismo de los componentes:** situaciones estáticas o movilidad, del jugador y el balón, el sentido y la dirección, de los desplazamientos y las trayectorias del móvil, la posición del sujeto, son variables que se pueden conjugar para conseguir mayor diversidad en la tarea a realizar y, de ese modo, de nuevo se logra la mejora en la adaptación del balón.

- **El grado de oposición:** la dificultad de una tarea varía en función de la oposición que se establezca. Los ejercicios pueden ser individuales o colectivos. Si son colectivos dependerán de las relaciones que se establezcan (figura 2).

Aparte de estas variables didácticas mencionadas la complejidad de una tarea se puede aumentar, por un lado influyendo sobre alguno de los factores que influyen en el acto táctico (mecanismo de percepción, mecanismo decisión, me-

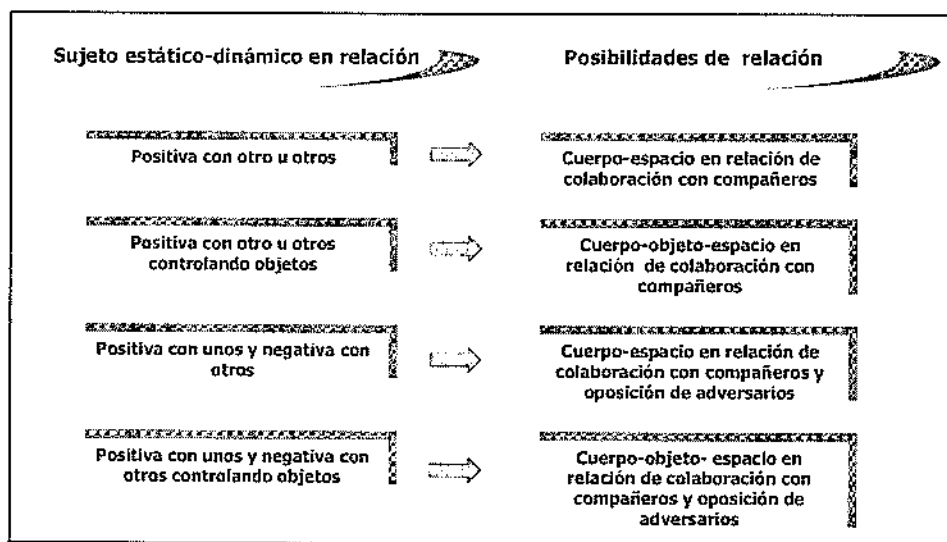


Figura 2. Niveles de dificultad con objetivos de formación de conceptos colectivos (tomado de Antón et al., 1989).

canismo de ejecución). Por otro lado, la tarea puede evolucionar en el tratamiento dado, se puede ir de lo general a lo específico. El objetivo es dotar de disponibilidad motriz suficiente para resolver problemas cada vez más complejos.

Teniendo en cuenta todo lo mencionado, se crean situaciones de aprendizaje más o menos complejas dependiendo de los niveles de dificultad y las formas de aplicación (figura 3).

A partir de controlar todas estas variables, los ejercicios concretos que se diseñen dependerán del contexto donde se realice la práctica y de los componentes implicados en el hecho docente.

PIES DE PÁGINA

1. En la adquisición de habilidades la práctica, en sí misma, no constituye una garantía de aprendizaje. Uno de los requisitos básicos es la intención de superación, pero en determinados casos, ni siquiera teniendo esta característica es capaz de producirse un aprendizaje observable (Lawther, 1993). Esto ocurre, principalmente, cuando un aprendizaje se produce asociado a un error o cuando el sujeto no presta atención a los aspectos relevantes implicados en la mejora del gesto.
2. Lo primeros aprendizajes que realiza un bebé, con referencia a la manipulación de móviles, van encaminados a ajustar los sentidos, principalmente los que más entran en juego en la aprehensión de objetos: el ajuste táctil y la percepción ocular (Piaget & Helder, 1975). En los primeros meses, el niño manipula los objetos sirviéndose más de la visión ya que el desarrollo está más avanzado

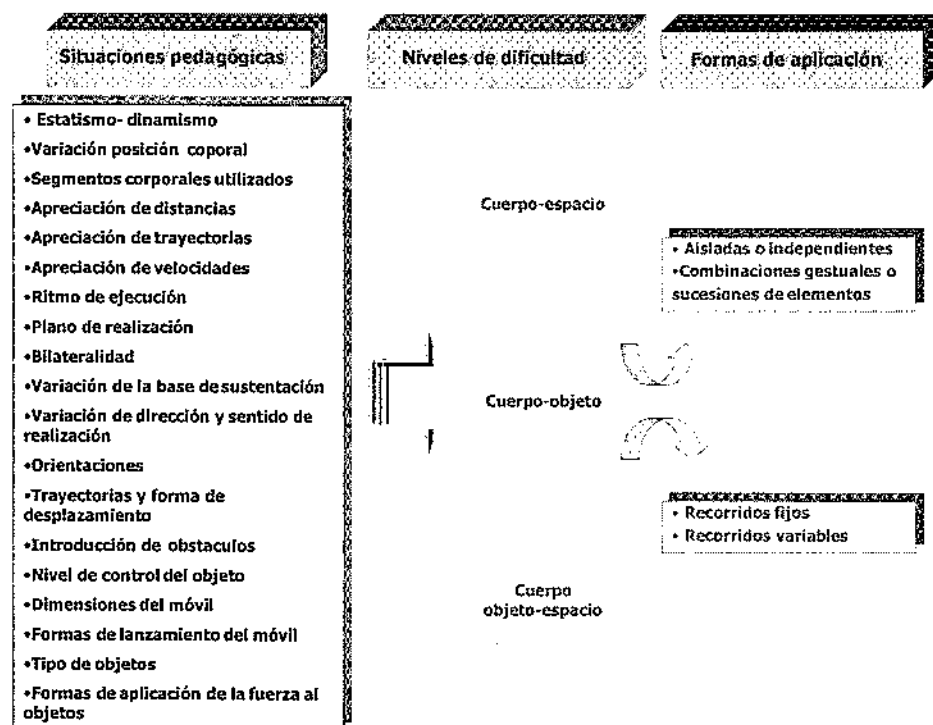


Figura 3. Esquema de combinaciones posibles de las situaciones pedagógicas con los distintos niveles de dificultad en sus variantes de aplicación (tomado de Antón et al, 1989).

que el del tacto (Osterrieth, 1984). Esto viene a significar que el niño es capaz de distinguir objetos que la mano es incapaz de asir:

3. El ajuste postural está implícito en la estructuración del esquema corporal, justo con la adquisición del tono muscular. (Le Boulch, 1990)
4. El profesor Antón, (1990), llama a esta etapa el periodo de iniciación global básico, porque es precisamente en este instante de la formación, donde se debe adquirir destrezas que formen una base firme en la que asentar aprendizajes posteriores.

7. BIBLIOGRAFÍA.

- Antón, J.L. (1990). *Balonmano: Fundamento y etapas del aprendizaje*. Gymnos. Madrid.
- Antón, J.L. & Otros. (1989). *Entrenamiento deportivo en la edad escolar*. Junta de Andalucía. Colección UNISPORT. Málaga.
- Antón, J.L. (1993). *Apuntes asignatura deportes I y II de balonmano*. FCAFD. Granada (sin publicar).
- Barcenas, D & Roman, J.D. (1991). *Balonmano: Técnica y metodología*. Gymnos. Madrid.
- Bayer, C. (1986). *Técnica del balonmano: La formación del jugador*. Hispano Europea. Barcelona.
- Equipe pedagogique des cotes du nord. (1993). *Sport Collectives*. EPS. 173:9-12.
- Lawther, J.D. (1993). *Aprendizaje de las habilidades motrices*. Paidós. Barcelona.
- Le Boulch, J. (1990). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Paidós. Barcelona.
- Meuse, H. (1974). *Juegos de carrera con la pelota y juegos de competición*. Kapelusz. Buenos Aires.
- McClenaghan, Br.A. & Gallaupe, D.L. (1985). *Movimientos fundamentales. Su desarrollo y rehabilitación*. Panamericana. Buenos Aires.
- Osterrieth, P. (1984). *Psicología del infantil*. Morata. Madrid.
- Piaget, J. & Hlder, B. (1975). *Psicología del niño*. Morata. Madrid.
- Varios (199). *L'enfant et la balle*. MEN. Bruselas
- Varios (1985). *La Educación física en las enseñanzas medias: Teoría y práctica*. Paidotribo. Barcelona.

EXPERIENCIA PRÁCTICA: CAMINO DE SANTIAGO.

FERNANDO FERNÁNDEZ FRAGA.

I.E.S. ANXEL CASAL-MONTE ALTO DE LA CORUÑA.

I NTRODUCCIÓN

En este trabajo presentamos una experiencia práctica el Camino de Santiago para la Enseñanza Secundaria Obligatoria, como un contenido innovador coordinado por el área de Educación Física y con un carácter eminentemente interdisciplinar.

1. INTRODUCCIÓN.

Como aplicación del curso desarrollado en este Instituto sobre "Proyectos Curriculares", surgió entre otras propuestas, la posibilidad de organizar el recorrido a pie de la Ruta Xacobe Gallega, siguiendo el Camino Francés.

Consideramos que debe aprovecharse la recuperación y la promoción que se han realizado desde distintas instituciones. Además de recoger la inquietud de un número considerable de alumnos del instituto hacia este proyecto.

Este tipo de actividades fuera del centro ofrece unas posibilidades educativas de difícil consecución dentro del recinto escolar, máxime cuando exigen una convivencia completa durante varios días. La cooperación, el respeto a los demás, la solidaridad, el esfuerzo personal y colectivo..., pueden desarrollarse fácilmente en este ambiente.

En los grandes núcleos urbanos nuestros alumnos no realizan grandes caminatas de forma habitual, en esta actividad se vivencia cuales son las capacidades de nuestro organismo y donde se encuentran sus límites.

La riqueza histórico-cultural y natural que ofrece el camino es muy amplia y variada. La cultura gallega se ha visto enriquecida por la gran aportación de la ruta a lo largo de los siglos.

2. OBJETIVOS.

- Conocimiento y vivencia de la Ruta Xacobe, en Galicia, desde un punto de vista interdisciplinar.

NOTA DE REDACCIÓN:

Este artículo ha sido publicado en la Revista de Educación Física: "Renovar la Teoría y la Práctica" en su número 75 (1999), debido a la actualidad e interés del tema hemos decidido publicarlo, previa autorización.

- Promocionar los valores de convivencia, cooperación, y respeto, no sólo entre los alumnos del centro, sino también hacia cualquier persona que nos podamos encontrar en esta ruta.

- Desarrollar la responsabilidad de cada individuo en la función encomendada dentro del grupo.

- Realizar este recorrido andando, fomentando la valoración y conocimiento de la condición física para el desarrollo integral de la persona.

- Adquirir unos conocimientos mínimos para la preparación de actividades de este tipo: prevención y tratamiento de los posibles problemas sanitarios, distribución de las etapas (dosificación del esfuerzo), equipo necesario, alimentación necesaria para el gasto energético realizado, meteorología,...

- Promover en los alumnos el conocimiento, aprecio y respeto por el medio natural y el patrimonio histórico-artístico.

3. INTERDISCIPLINARIEDAD.

3.1. Área de Educación Física.

3.1.1. *Juegos y deportes.*

3.1.2. *Actividades en el medio natural.*

3.2. Área de Ciencias Naturales.

3.2.1. *El movimiento y las fuerzas.*

3.2.2. *El planeta: sus materiales y su dinámica.*

3.2.3. *Los seres vivos.*

3.2.4. *Características e interacción de los componentes del medio natural.*

3.3. Área de Ciencias Sociales, Geografía e Historia.

3.3.1. *Eje de espacio y sociedad:*

- Percepción del espacio y su repercusión.
- El espacio ecogeográfico.

3.3.2. *Eje de sociedades históricas y cambio en el tiempo:*

- Iniciación al método histórico.
- Sociedades y culturas diversas.

3.3.3. *Eje del mundo actual:*

- Ciencia, arte y cultura en el mundo de hoy.

3.4. ÁREA DE TECNOLOGÍA.

3.4.1. *Resolución técnica de problemas. Diseño, análisis y construcción de objetos técnicos.*

3.4.2. *La planificación y realización de tareas. Técnicas de fabricación.*

3.4.3. *Recursos científicos y técnicos.*

3.5. Las demás áreas. Este contenido puede ser trabajado de forma interdisciplinar por cualquiera de las áreas del currículo.

4. CONTENIDOS.

4.1 Conceptos.

- Origen y desarrollo de las peregrinaciones a Compostela.
- Arquitectura de la Ruta Xacobeana en Galicia (monasterios, iglesias, hospitales, hospederías, pallozas, cruceiros, esculturas...).
- Literatura entorno a la Ruta Xacobeana.
- Simbolismos de las peregrinaciones Xacobeas.
- Indumentaria y atributos de los peregrinos.
- Decadencia y resurgimiento de esta Peregrinación.
- Poblaciones por las que transcurre la ruta.
- Condición física. Resistencia. Fuentes energéticas. El entrenamiento.
- Características del medio natural (orientación, topografía, reconocimiento de formas y elementos del paisaje, y adaptación a éste.
- Organización de actividades en la naturaleza:
 - **Estudio y valoración de las necesidades.*
 - **Normas básicas de precaución, protección y seguridad.*
 - **Recursos, lugares e instalaciones para el desarrollo de estas actividades.*
- Lesiones más comunes en el medio natural, prevención. Primeros Auxilios y botiquín.
- Aporte nutritivo para esfuerzos de larga duración.
- Equipamiento básico personal para actividades continuadas en el medio natural.

4.2 PROCEDIMIENTOS.

- Consulta de fuentes de información escrita.
- Planificación y realización de itinerarios de interés natural y cultural.
- Análisis e interpretación de mapas.
- Técnicas básicas para el desarrollo de la actividad.
- Entrenamiento de la resistencia en la marcha.
- Habilidades de manipulación de los elementos básicos en el medio natural, (montar la tienda, hacer fuego, conservación y mantenimiento de la zona de acampada...)
- Realización de actividades de recreo y ocio en grupo e individualmente.
- Observación, toma de datos y recogida de material de los centros de interés histórico-artístico y natural.
- Exposición de material recogido en el transcurso del recorrido.

4.3 ACTITUDES.

- Aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio natural y el patrimonio histórico-artístico; valorándolos, además, como medio de ocio y fuente de riqueza.
- Interés por conocer nuevas formas y medios de ocupar el tiempo libre diferentes a los habituales.
- Toma de conciencia de lo que supone asumir la responsabilidad en la organización de actividades de grupo.
- Autonomía para desenvolverse en los medios que no son habituales con confianza y adoptando las medidas de seguridad y protección necesarias.
- Actitud de autoexigencia y superación.
- Aplicación de la función de integración social que tiene la práctica de actividades en convivencia.

5. ACTIVIDADES.

- Charla introductoria sobre los aspectos histórico-culturales básicos del Camino de Santiago, con el apoyo de medios audiovisuales y material escrito.
- Entrega de documentación sobre precauciones sanitarias, aporte nutritivo y equipo básico personal.
- Reunión de información y organización del proyecto, buscando una máxima participación. Designación de grupos y sus responsabilidades.
- Plan de entrenamiento y resistencia a la marcha. Explicación de resistencia, entrenamiento, sistemas energéticos y seguridad. Realización de una prueba cardíaca.
- Marcha preparatoria simulando una etapa media.
- Realización de las distintas etapas del Camino de Santiago.
- Actividades lúdico-recreativas y de relación en las zonas de descanso.
- Llevar un diario sobre datos y anécdotas de interés surgidas en cada etapa del camino.
- Realización de fotografías y un vídeo para su posterior exposición.
- Que cada grupo realice las actividades asignadas y resuelvan los posibles incidentes que surjan.
- Reunión final de todos los participantes, una semana o dos después de la realización de la marcha.

6. ETAPAS.

Se desarrollaron cinco etapas. Saliendo el primer día desde La Coruña hacia O Cebreiro en autobús:

- 1º Cebreiro - Samos (33 km.)
- 2º Samos - Portomarín (27 km.)
- 3º Portomarín - Melide (41 km.)
- 4º Melide - Arca (35 km.)
- 5º Arca - Santiago (15 km.)

Las cuatro primeras etapas fueron demasiado largas, caminando una media de 10 horas cada jornada. El último día se finalizaba en la misa del peregrino en la catedral de Santiago a las 12 de la mañana con el espectacular "botafumeiro". Para una correcta distribución del esfuerzo en estas edades deberíamos de haber realizado 6 etapas. El 50 % de los parti-

cipantes tuvieron que ser trasladados por la furgoneta escoba por lo menos en una ocasión. El trayecto de regreso a La Coruña se hizo en autobús.

7. MATERIAL DE APOYO E INSTALACIONES.

- Autobús para los traslados.
- Furgoneta de apoyo (marca Ford Transit larga y alta) para el transporte de equipaje y traslado de peregrinos agotados. Esta la conducía cada día un profesor/a que primero trasladaba el equipaje al albergue en que se iba a pernoctar, para después realizar su misión por el camino.
- Se utilizaron albergues para pernoctar (gratis). El haber realizado esta actividad fuera del año santo y en época lectiva nos dio una gran comodidad en los alojamientos.
- Material para cocinar.
- El material personal que se debe de llevar se les comunicó a los participantes en una fotocopia informativa.
- Botiquín. Es fundamental llevar medicamentos para prevenir y curar las ampollas.

8. MEDIDAS DE SEGURIDAD.

- Permiso de los padres para los/as menores de edad.
- Esta actividad fué totalmente cubierta por el seguro de la Xunta de Galicia para el profesorado y alumnado.
- Furgoneta de apoyo.
- Botiquín completo. Este fué realizado por el profesorado sanitario (médico y ATS):
- Seguir las normas de seguridad vial.
- Siempre que se camina por la carretera llevar la furgoneta de apoyo detrás señalizando.
- Todos los miembros del grupo llevarán una identificación. No fué necesario porque éramos el único grupo que en ese momento realizaba el camino.
- En cada etapa se fijaban los puntos de reunión, de obligado cumplimiento.
- Realización de una prueba cardíaca. Las personas que se desviaron de los índices normales pasaron una revisión médica.
- Prever la evacuación de posibles accidentados en cada etapa.
- Comunicación a los organismos competentes la realización de la ruta.
- Comunicación diaria con el centro meteorológico de la zona.

9. FINANCIACIÓN.

- Los gastos que hubo que afrontar fueron:
 - * *Autobús.*
 - * *Alquiler de la furgoneta de apoyo.*
 - * *Botiquín.*
- El instituto pagó todos los gastos que ascendieron a 200.000 pts.
- Los participantes aportaron una cuota de 1.000 pts cada uno para cenar caliente.

10. EVALUACIÓN.

- Se llevó a cabo una evaluación inicial de:
 - * *Interés por el proyecto (no de inscritos)*
 - * *Viabilidad económica (cobertura de gastos)*
 - * *Prueba cardíaca (test de Tuttle)*
 - * *Conocimientos previos (cuestionario)*
 - * *Valoración de las fechas posibles.*
- Se realizó una evaluación continua, mediante observación, durante todo el proceso, prestando especial atención a los siguientes puntos:
 - * *Participación*
 - * *Organización*
 - * *Actitudes de los participantes*
 - * *Aprendizajes*
- Evaluación final:
 - * *Del aprovechamiento, a través de los trabajos que realizaron los participantes durante la marcha, y que fueron expuestos al término de la actividad.*
 - * *Reunión final para comentar todos los aspectos importantes del proyecto, visión del video, fotos, diapositivas, etc.*

11. PROFESORADO.

En la fase práctica del proyecto participamos 2 profesores del área de Educación Física, 2 profesoras de la Especialidad Sanitaria (la presencia de ellos fué determinante para el desarrollo de la actividad), un profesor del área de Geografía e historia y el subdirector como jefe del Departamento de actividades complementarias.

12. HOJA INFORMATIVA (SE ENTREGÓ A TODO EL ALUMNADO).

Fechas: esta ruta comenzará el día 11 de Abril (Lunes), con un viaje en autobús desde La Coruña hasta O Cebreiro (comienzo del camino francés en Galicia). Después de visitar este pueblo dará comienzo la 1ª etapa, siempre con el seguimiento de la furgoneta de apoyo. El recorrido se ha dividido en cinco días, terminando el 15 de Abril (Viernes) en Santiago y con regreso en autobús a La Coruña.

Cuota: en el momento de la inscripción se pagarán 1.000 pts. Esta se realizará antes del día 25 de marzo.

Comida y alojamiento: la primera correrá a cargo del alumnado, pudiéndose llevar desde casa o comprar por el camino. Se llevarán los útiles necesarios para comer. Aquellos grupos que lo soliciten podrán disponer de cocinillas de campig gas. En esfuerzos de este tipo es necesario realizar un desayuno y una comida fuertes (muchos hidratos de carbono), además de beber abundantemente. Se dormirá en los albergues del camino.

Material: cada persona sólo podrá llevar una mochila, con el saco de dormir, el aislante, la ropa y la comida. A las personas que lo soliciten les cederemos los tres primeros elementos (centro de recursos). Las mochilas irán siempre en la furgoneta de apoyo.

Normas básicas para caminar: -Utilizar siempre calzado cómodo y usado (zapatillas de deporte o botas de trekking).

Llevar calzado de repuesto. Realizar un correcto atado.

- Ponerse calcetines de algodón sin ninguna arruga.
- Llevar siempre un pantalón corto y una camiseta por debajo del chandal.
- Llevar siempre un impermeable a mano.
- Usar gorro y protección solar con buen tiempo.
- Llevar siempre bebidas con glucosa y minerales. Es necesario beber antes de tener sensación de sed.
- Llevar siempre alimentos ricos en calorías y hacer un tentempié entre las comidas.
- Nunca forzar el paso, ir cómodos.
- Todo lo que llevamos durante la caminata ha de ir en una pequeña mochilita.
- Empezar a caminar despacio hasta que todos nuestros órganos se adaptan al esfuerzo, después llevar un ritmo sostenido y al acabar hacerlo también despacio.

Entrenamiento para la Semana Santa: se empezará caminando una hora el primer día hasta llegar a seis horas el último, en terreno irregular y sin asfaltar.

Próximas actividades obligatorias:

- El 5 de Abril realizará todo el grupo una caminata de 8 horas saliendo desde el Instituto.
- El 7 de Abril habrá una conferencia sobre el camino de Santiago.

13. VALORACIÓN FINAL.

La dinámica generada en el Centro a través del desarrollo de estos contenidos interdisciplinares nos anima a seguir por este camino. Sólo es posible realizar aprendizajes académicos cuando existe un clima en el Instituto que haga que el alumnado y el profesorado se encuentren a gusto y motivados. Para una mayor y mejor implantación de este tipo de proyectos sería necesario que todas las comunidades autónomas tuvieran unos créditos optativos en la Enseñanza secundaria.

EL DEPORTE COMO MEDIO PARA LA EDUCACIÓN. FORMACIÓN Y DESARROLLO DE UNA ESCUELA MODERNA FORMATIVO-EDUCATIVA DE BALONCESTO

ALMENDRAL LARA, PEDRO
SERRANO ZAFRA, ANTONIO
LÓPEZ FERNÁNDEZ, IVÁN

LIC. EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. UNIVERSIDAD DE GRANADA

I NTRODUCCIÓN

En este trabajo exponemos una experiencia extracurricular en la que se ofrece una forma de completar el currículum con actividades deportivas, centradas en la práctica del baloncesto, en un ámbito educativo. Describimos lo que debe ser una Escuela de Iniciación Deportiva desde su intento de creación, captación de jóvenes, desarrollo, cómo crear motivación en el niño de forma constante, y, la importancia de la participación en el proyecto de las diversas entidades, públicas y privadas.

Por otro lado, al describir su contenido, resaltamos la importancia de completar los contenidos transversales de "igualdad para los sexos" y "educación moral y cívica", consiguiendo así un enfoque globalizador e interdisciplinar, teniendo como núcleo central la práctica del baloncesto.

Palabras clave: educación, formación, interdisciplinariedad, baloncesto, contenidos transversales.

LAS ESCUELAS DE INICIACIÓN DEPORTIVA: ESTRUCTURA, ESENCIA, OBJETIVOS

Las Escuelas de Iniciación Deportiva tratan de crear un movimiento de jóvenes deportistas. Las más actuales, en general, surgen a raíz del interés de alguna entidad en particular: o bien Asociaciones de Madres y Padres, el Municipio, alguna asociación de profesores, o alguna otra entidad provincial, aunque su formación se suele deber a las inquietudes de grupos de niños, y, especialmente por el interés de sus padres por que estos hagan deporte.

Un alto porcentaje de monitores-educadores-entrenadores son personas voluntarias, sin formación específica. Aunque este aspecto ha mejorado en los últimos años (Fovira J. Y Torralba, M.A., 1985), aún queda mucho que mejorar, en especial en los municipios de las capitales.



ESCUELAS DE BALONCESTO

Para que una Escuela de Iniciación Deportiva dé sus primeros pasos y avance por un camino formativo adecuado es imprescindible la participación de un buen grupo de colectivos que se interesen por ello. Si además de formativo el objetivo es educativo, social, de formación íntegra, estos colectivos deben interesarse y coordinarse a un nivel muy superior.

Los organismos municipales y educativos deben interesarse por la creación de Escuelas de Iniciación Deportiva, con objetivo de completar la formación que el niño, el joven, recibe, con la confianza de que el deporte es un buen instrumento para ello.

Es imprescindible plantear objetivos, adecuados a cada zona, pero coherentes con una cultura deportiva, educativa. Antes de abordar la enseñanza, antes de seleccionar la materia o los métodos, es necesario plantearse claramente cuáles son los objetivos que se pretenden conseguir; un planteamiento claro de estos objetivos ofrecerá una base sólida para elegir métodos y materiales, y para seleccionar los medios con los cuales determinar si se ha tenido éxito en la enseñanza (Pintor, D. 1989). Quizás, para empezar, objetivos muy adecuados sean:

- Captar al mayor porcentaje de niños y jóvenes hacia el deporte.
- Transmitir un deporte educativo-formativo.
- Creación de una competición particular mediante la que podamos INDIVIDUALIZAR.
- Fomentar el interés de la familia por el deporte.

LA OFERTA DEPORTIVA DIRIGIDA A LOS JÓVENES

Llevar el Baloncesto a la Escuela, a los patios, en horas de recreo para los jóvenes ha sido una de las mejores tácticas para realizar una gran captación.

Para que resulte más atractivo al novato deben plantearse situaciones facilitadas, situaciones reducidas de juego. En este sentido es ideal el típico 3 x 3, ó incluso el 2 x 2, dependiendo del número de deportistas, del tiempo disponible y del número de colaboradores con que se cuenta.

Sobre todo, debe ser una actividad motivante, con material adaptado a cada edad y nivel. Los balones, por ejemplo, deben ser tan pequeños y moderados en peso y tacto como sea necesario, y la altura de los cestos debe permitir a los jóvenes que no realicen esfuerzos intensos al lanzar. Si todo esto va acompañado de camisetas distintivas, confeccionadas por el propio deportista, el éxito está próximo.

Los materiales modernos, aunque aún algo caros, nos dan un sin fin de posibilidades ya que son adaptables, y seguros. Los cestos de plástico, regulables en altura para los más pequeños tienen unas posibilidades de utilización amplísimas.

De esta manera, en nuestra experiencia, conseguimos un cincuenta por ciento de participación (respecto al censo general) en cada uno de los Centros de Primaria en los que realizamos la captación.

LAS CONCEJALÍAS DE DEPORTE Y LAS ÁREAS DE DEPORTE HACIA UN OBJETIVO COMÚN: CREACIÓN Y DESARROLLO DE ESCUELAS DEPORTIVAS

Cuando se pone en marcha una Escuela de Iniciación Deportiva es porque existe una demanda social, o porque se puede crear esa demanda. Esto nos lleva a pensar que, a la vez, se puede alcanzar un rendimiento social, objetivo que persiguen entidades como Ayuntamientos y Diputaciones Provinciales.

Su papel debiera ser activo y participativo, facilitando:

- Disposición de coordinadores propios de cada entidad.
- Asignación de las tareas técnicas a personal formado específicamente en las actividades (Licenciados en Actividad Física, Entrenadores o Diplomados en Educación Física).
- Financiación adecuada a la envergadura del proyecto y real en el tiempo.
- Organización adecuada del uso de instalaciones (Tuneu, J. y Salva, A., 1986).
- Convertir la actividad gratuita en no gratuita (Tuneu, J. y Salva, A., 1986), es decir, aprobando unos precios públicos.
- Facilitar a los educadores el acceso a las instalaciones.
- Ofrecer actividades polideportivas municipales hasta los 14 años (Tuneu, J. y Salva, A., 1986).
- Fomentar la creación y funcionamiento de Asociaciones Deportivas que sigan una línea formativa y educativa.
- Impartir cursos de formación, en colaboración con las respectivas Federaciones Provinciales.
- Un mayor interés por estos aspectos podría provocar mayor desarrollo del asociacionismo deportivo y, como consecuencia incluso podría provocar una importante creación de puestos de trabajo (Martínez, J., 1997).

UNA ESCUELA FORMATIVA Y EDUCATIVA

Un alumno que se encuentra en un nivel de partida, a través de un proceso de aprendizaje debe llegar a un nivel posterior superior. Estamos hablando de un objetivo FORMATIVO.

El medio influye de forma decisiva sobre el aprendizaje del niño. Hay que crear pautas correctas de comportamiento para que en la práctica autodidacta el niño actúe correctamente, y para que centre su atención en las pautas de conducta sugeridas por la enseñanza formal, tanto cuando practica como cuando es espectador. Como detalla el ya mencionado Pintor, D. (1989), a mayor capacidad para el juego deportivo conseguida a través del proceso de aprendizaje del propio juego, mayor desarrollo formativo de los diversos factores componentes del ser humano.

El aumento de los valores personales, parte de los cuales provienen de la influencia de la práctica deportiva y otras experiencias extradeportivas (Pintor, D., 1989), a su vez acrecienta la capacidad para el juego.

Debe tratarse de una enseñanza PROGRAMADA, ORGANIZADA, CONTROLADA, SISTEMATIZADA, que busque una progresión adecuada en la formación del jugador, y en su educación. Por lo tanto, habrá que seleccionar los contenidos según la edad y el nivel de desarrollo individual, y predetermined

adecuadamente el nivel de intensidad física y su distribución en el tiempo (Rovira J. Y Torralba, M.A., 1985).

Para conseguir este otro objetivo es necesario, en primer lugar, que el educando desarrolle todos los roles, considerándolo como eje fundamental del proceso.

Los contenidos deben ser seleccionados según la edad, evolución individual y nivel particular del individuo. No obstante, globalizando, podríamos decir que, en su primera etapa deben ser impartidos mayoritariamente mediante formas jugadas y actividades semicompetitivas. En una siguiente etapa, más adelante, con los contenidos más técnicos optamos por estilos de enseñanza socializadores y participativos, estimulando la creatividad del niño, sin limitaciones, con ejercicios de diseño básico, que ofrezcan diversas maneras de ser finalizados. A su vez, los contenidos serán fundamentalmente los componentes de nivel más específico que constituyen ese deporte, o sea, estimulando el desarrollo de las características concretas en las que se basa la acción de los jugadores, individual y colectivamente (Pintor, D., 1989), teniendo en cuenta su relación con el espacio, tiempo y oponentes.

Por último, es necesario EVALUAR, no sólo la evolución física, técnica, táctica o educativa de los participantes, que ya se hace de forma tradicional mediante hojas de observación, registros directos, etc., también es necesario evaluar el rendimiento social de las Escuelas, lo cual va a determinar en gran medida su continuidad o no en las campañas posteriores.

Los parámetros de análisis pueden ser (Galera, A.D., 1988):

- Tasa de matriculación, para comprobar el grado de adecuación de la oferta a la demanda, y el grado de difusión informativa.

- Tasa de participación. Influido por: apoyo de estamentos, difusión informativa y atractivo intrínseco.

- Tasa de renovación. Indica el grado de aceptación del programa.

- Tasa de asistencia.

De esta manera estamos evaluando, principalmente dos parámetros: **COMPORTAMENTALES**, indicando el grado de aceptación del programa, y **ORGANIZATIVOS**, reflejando el grado de organización y coordinación del programa.

CONTENIDOS TRANSVERSALES E INTERDISCIPLINARIEDAD.

Los contenidos transversales, tal y como indica la LOGSE, son un conjunto de contenidos de especial relevancia para el desarrollo de la sociedad durante los últimos años. La conveniencia de incluirlos, incluso en las actividades extraescola-



res como el Baloncesto, son incuestionables para acercar la educación escolar a la realidad. Las posibilidades de incluir estos contenidos en el Curriculum, tal y como nos recomienda la LOGSE, puede ser como áreas aisladas, como bloques de contenidos dentro de las límites de un área, o bien con carácter extraescolar (actividades deportivas, actividades puntuales, etc.). Por lo tanto, esto debemos tenerlo en cuenta a la hora de formular objetivos, definir contenidos y establecer una metodología y evaluación oportunas.

Así, una Escuela de Iniciación Deportiva puede fomentar actitudes de solidaridad, tolerancia, cooperación, autonomía y respeto a las normas. A la vez, se pueden desarrollar los contenidos de manera integradora entre ambos sexos, enseñando a utilizar un lenguaje no sexista, formando grupos mixtos, respetando la diversidad de destrezas individuales.

En el caso de las Escuelas de Iniciación Deportiva de Baloncesto que estamos describiendo, basamos el desarrollo de los contenidos transversales y el fomento de actividades interdisciplinares en:

- Formación de grupos mixtos, incluso en los partidos pertenecientes a diversas competiciones.

- Utilización de estilos de enseñanza socializadores (Delgado, M.A., 1991), haciendo partícipes del grupo a cada uno de sus componentes, buscando un progreso colectivo, un trabajo en equipo, democratizar el medio e instaurar una serie de hábitos saludables y aprendizajes sociales.

- Comunicación con los profesores de manualidades/diseño/dibujo, planteando contenidos baloncestísticos que después plasmaríamos en la revista. Además, al realizar campeonatos internos cada grupo se diseñó y pintó en camisetas su anagrama o mascota de equipo.

- Ampliación de los documentos en la biblioteca, realizando trabajos grupales sobre la historia de los deportes, en especial del Baloncesto. Los profesores de Historia desempeñan un papel fundamental.

- Realizamos actividades puntuales, como "el Día del Baloncesto", Campeonatos 3 x 3, 2 x 2, etc., en los que todos los profesores fomentaban participación en la organización y desarrollo de la actividad.

CREACIÓN DE UNA COMPETICIÓN AUTÓNOMA EDUCATIVA Y FORMATIVA

En la mayoría de ciudades y provincias existen competiciones organizadas -Patronatos, Diputaciones, etc.- ya establecidas desde hace años. Pero puede ser que la filosofía de estas competiciones no concuerden con nuestros objetivos educativos. Éste era el caso que se presentaba a nuestro equipo de trabajo: equipos participantes sin actitudes educativas, ár-

bitros no formados ni interesados en enseñar a los pequeños, organización sin tener en cuenta aspectos pedagógicos fundamentales, participación fantasma de numerosos equipos, que luego no aparecían en ningún terreno de juego. . .

Uno de nuestros objetivos, por tanto, era crear nuestra propia competición, en la que pudiéramos decidir el tiempo y lugar de juego, qué persona puede encargarse de la dirección del equipo, de aplicar las normas del reglamento, etc.

Para crearla es necesario establecer contactos con el resto de coordinadores de la zona y de los centros escolares más cercanos.

Como fin primordial establecimos que cada deportista debería vivenciar el desarrollo de todos los papeles: jugador, entrenador, árbitro, espectador. . ., estimulando actitudes positivas de tolerancia y cooperación, de respeto a las normas, de forma integradora entre ambos sexos.

LA MOTIVACIÓN COMO ASPECTO FUNDAMENTAL

Es necesario estimular el interés en los jóvenes, este es un aspecto fundamental. Es necesario conocer (Pintor, D. 1989) en todo proceso de enseñanza el nivel de conocimiento y motivación de los educandos con respecto al posible objeto de enseñanza. Una vez conocido, el cómo hacerlo, cómo aumentar la motivación, forma parte no sólo de la profesionalidad del educador sino de su creatividad. Se puede realizar ofreciendo gran variedad de medios (Rovira J. Y Torralba, M.A., 1985), o bien realizando sesiones que mejoren la habilidad del niño y pueda, de esta manera, ser visto y agradar a padres y amigos (Cruz, J., 1987).

Nuestro grupo de trabajo optó por un sistema de motivación continuo y variado que podemos exponer de la siguiente manera:

- Contenidos: impartidos en su mayoría mediante formas jugadas y actividades semicompetitivas. En los contenidos más técnicos optamos por estilos de enseñanza socializadores y participativos, estimulando la creatividad del niño, sin limitaciones.

- Captación de jóvenes en Centros Escolares, para dar a conocer y facilitar el acceso a la escuela de Iniciación Deportiva a grupos de amigos.

- Facilitar el acceso a encuentros deportivos a familiares y amigos, principal motivo de participación en muchas ocasiones (Cruz, J., 1987).

- Publicación mensual de una revista en la que aparecen noticias sobre la mayoría de equipos y deportistas.

- Participación en todos los eventos, concentraciones, competiciones. . .

- Creación de equipos senior de diferentes niveles en el que niños y jóvenes puedan tener sus miras.

- Participación en eventos especiales.

- Interacción adecuada de entrenadores y jóvenes durante los partidos (Cruz, J., 1987): recompensar acciones y esfuerzos, animar y dar instrucciones de manera positiva, evitar las instrucciones de tipo punitivo.

BIBLIOGRAFÍA

Cruz, J. *Apunts. Educación Física Y Deportes. Aportaciones a la iniciación deportiva*, Nº 9, 4 – 7. 1987.

Delgado, M. A. (1991). "Los estilos de enseñanza en la Educación Física".

Galera, A. D. *Apunts. Educación Física Y Deportes. Rendimiento social de las escuelas deportivas: propuesta de metodología de evaluación*, Nº 13, 15 – 18. 1988.

Llames, R. *Apunts. Educación Física Y Deportes. Clubs deportivos en España y Alemania: una comparación teórica y empírica*. Nº 49, 40 – 62. 1994.

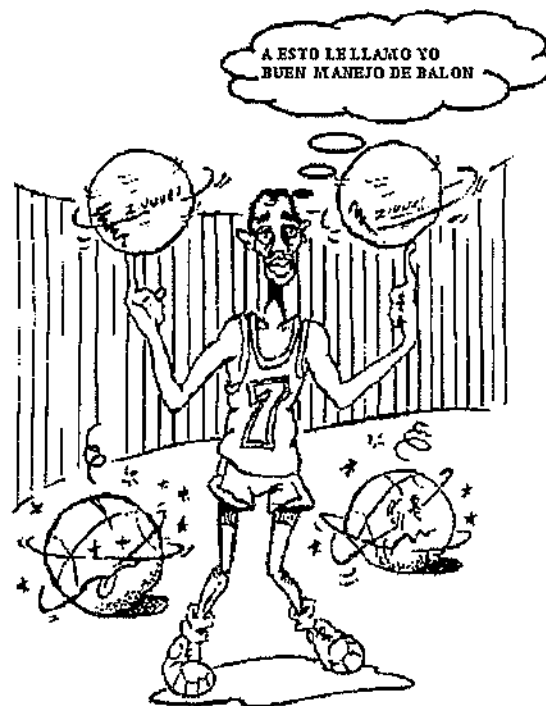
Llames, R. *Apunts. Educación Física Y Deportes. Planificación de objetivos psicológicos en una escuela deportiva*, Nº 35, 15 – 20. 1994.

Martínez, J. *Apunts. Educación Física Y Deportes* (1997). El proceso de profesionalización de los recursos humanos de las asociaciones deportivas en España. Nº 49, 63 – 83. 1997.

Pintor, D. y otros (1989). *Entrenamiento Deportivo en la Edad Escolar*. Málaga. Junta de Andalucía/Universidad Internacional Deportiva de Andalucía.

Rovira, J. P., Torralba, M. A. *Apunts. Educación Física Y Deportes. Las escuelas de iniciación deportiva*. Nº 2, 14 – 16. 1985.

Tuneu, J., Carbonell, A. S. *Apunts. Educación Física Y Deportes. De la escuela de iniciación a la asociación deportiva*. Nº 5, 21 – 23. 1986.



ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN.

JOSÉ GALLEGO ANTONIO.

GRUPO DE INVESTIGACIÓN "FORMACIÓN Y ACTUALIZACIÓN DEL PROFESOR-ENTRENADOR DEPORTIVO".
UNIVERSIDAD DE GRANADA

I INTRODUCCIÓN.

I. SÍNDROME DE DOWN: CARACTERÍSTICAS GENERALES.

I.1. Características etiológicas.

Este tipo de síndrome es considerado como una de las deficiencias mentales más conocidas en la actualidad.

Todos los estudios realizados sobre este tema, asocian esta enfermedad a causas prenatales, y a la existencia de material genético extra en el cromosoma 21 (Cunningham, 1988). Este material genético extra, se conoce con el nombre de trisomía del par 21 del grupo G.

Aproximadamente, un 80% de los casos se producen por una no-disyunción cromosómica materna, frente a un 20% producidos por una no-disyunción cromosómica paterna.

No está, suficientemente, aclarado los factores etiológicos que pueden provocar esta alteración cromosómica. Se barajan diversas posibilidades:

- A) La edad de la madre.
- B) La edad de los padres.
- C) La predisposición genética a la no-disyunción.
- D) Otras.

I.2. Características fenotípicas.

Los sujetos con síndrome de Down (SD) presentan unos rasgos externos y físicos muy característicos, entre los cuales podríamos citar:

- Talla baja.
- Pliegue epicántico.
- Lengua prominente.
- Rostro aplastado.
- Cabeza pequeña.
- Cuello corto.
- Extremidades inferiores y superiores cortas.

- Disfunciones cardíacas, pulmonares, y visuales.
- Hipotonía muscular generalizada.
- Baja sensibilidad táctil.
- Hipoactivos.

1.3. Grado de afectación cognitiva.

El grado de afectación cognitiva, al igual que en otras deficiencias mentales, puede variar en función de diferentes aspectos. Más del 50% de personas con Síndrome de Down, manifiestan un grado de afectación cognitiva situado entre ligero y moderado.

Dentro del cociente de inteligencia, podríamos establecer la siguiente clasificación (AAVV:C.I.E.-10,1992):

GRADO DE RETRASO	COCIENTES DE INTELIGENCIA
Profundo	< 20
Grave	20-35
Moderado	35-50
Ligero	50-70

1.4. Otras clasificaciones.

El S. de Down se suele, también, clasificar, atendiendo a otras características propias de estos sujetos:

- Trisomía 21 por falta de disyunción meiótica.
- Trisomía 21 en mosaico, por falta de disyunción mitótica.
- Trisomía 21 por translocación.
- Síndrome de Down no especificado.

II. LIMITACIONES FÍSICO-MOTRICES.

Facilitar que el cuerpo se mueva de un modo eficiente y eficaz supone trabajar de manera adecuada algunos elementos físicos básicos como la fuerza, la agilidad, la estabilidad postural, la velocidad, la coordinación y el tiempo de reacción. (Jobling, 1995).

Las destrezas motoras de los niños con SD están por debajo de las de sus compañeros de la misma edad, e incluso en algunos casos por debajo de las de otras personas con retraso mental (Burns y Gunn, 1993; Block, 1991). Otros estudios han detectado, también, deficiencias específicas en ciertos aspectos del movimiento como el control del tiempo (Henderson et al., 1981), el equilibrio (Shumway-Cook y Woollacott, 1985) y la coordinación, así como en aspectos fisiológicos como el tono muscular y la fuerza (Harris, 1984).

El desarrollo en el progreso de la destreza motora a lo largo de la niñez y la adolescencia es más lento en las personas con SD. Sería positivo incluir actividades que tengan en cuenta la conciencia de su propio cuerpo y del espacio, los

conceptos de equilibrio, tiempo y esfuerzo en el movimiento (Barham, 1993; Sherborne, 1990).

Estos aspectos relacionados con el movimiento son requisitos básicos para que se pueda progresar con éxito hacia otras habilidades más complejas, como las actividades de juegos y deportes.

Las personas con SD suelen mostrar un retraso en su desarrollo motor. Presentan un amplio abanico de problemas y dificultades físicas: dificultad para la adquisición de patrones y habilidades motrices básicas; necesitan de una gran calidad en la planificación e instrucción durante las prácticas; la realización de actividad física y el aprendizaje de habilidades técnicas mal adquiridas pueden producir lesiones, y perturbar más sus capacidades físicas, etc.

El trabajo de la fuerza, la agilidad, la estabilidad postural, la velocidad, la coordinación y el tiempo de reacción forman la base para el desarrollo de habilidades más complejas, como las recepciones, los lanzamientos, etc., que suelen ser efectuadas en situaciones claves de aprendizaje, como los juegos y los deportes.

En general, las destrezas motoras de las personas con SD están por debajo de sus compañeros "normales" de la misma edad, e incluso de otras personas con retraso mental (Burns y Gunn, 1993; Block, 1991).

Suelen manifestar otras deficiencias, como deficiencia en el control del movimiento (Henderson et al., 1981), equilibrio (Shumway-Cook y Woollacott, 1985), coordinación, tono muscular y fuerza (Harris, 1984).

Asimismo, el progreso de la destreza motora acostumbra a ser más lento en la niñez y adolescencia. En este sentido, las actividades físicas de juegos, predeportivas, y de iniciación a la práctica deportiva pueden servir para mejorar la destreza motora en estas edades.

Así como, la necesidad de incluir actividades de conciencia de su propio cuerpo, del espacio, conceptos de equilibrio, tiempo y esfuerzo en el movimiento (Barham, 1993; Sherborne, 1990).

La forma física en niños, adolescentes y adultos con SD suele ser baja. Normalmente, es debido a una base de carácter motivacional y fisiológica (Fernhall et al., 1989; Pitetti et al., 1992).

También, pueden ser unas consecuencias relacionadas con el propio síndrome: alteraciones cardíacas, respiratorias, visuales, acústicas, tendencia a la obesidad, anomalías en la función tiroidea, problemas ortopédicos, etc., por lo tanto, suelen presentar unos niveles bajos de participación en actividades físicas.

Al mismo tiempo, los chicos y adultos necesitan cierta habilidad para la marcha, y un cierto nivel de fuerza muscular para intentar alcanzar una forma física de base, de manera que se pueda conseguir unos niveles de prevención y de adaptación frente a unos estilos habituales de vida sedentaria. Por ejemplo, se podrían fomentar ciertas actividades como sesiones de baile social en lugar de bolera, o de bicicleta en lugar de Cricket, etc. (Corbin y Lindsey, 1984).

III. CAPACIDAD DE ESFUERZO FÍSICO.

Debido a la pauta educativa tradicional y segregadora, existen, actualmente, pocos datos en la literatura científica sobre los efectos a largo plazo del ejercicio físico en personas con S.D.

La hiperlaxitud articular, y la inestabilidad atlantoaxial (IA), eran dos factores que contraindicaban para cualquier tipo de actividades deportivas. Normalmente, entre un 10 y un 20% de niños con SD tienen IA con el riesgo de compresión espinal en casos de deportes violentos (Briggs et al., 1992).

Estudio reciente realizado sobre 400 niños y jóvenes adultos con SD (Cremers et al., 1993), concluye que no existe razón para que estos niños no puedan realizar ciertos deportes, y que no es necesario realizar estudio previo radiográfico para prevenir el posible riesgo derivado de la práctica deportiva.

El seguimiento y la selección de los ejercicios por personal experimentado reducen la morbilidad y mortalidad asociada a IA (Briggs et al., 1992; Cremers et al., 1993; Goldberg, 1993).

La sobrecarga de las extremidades superiores suponen un mayor riesgo sobre la IA en deportes como baloncesto, balonmano, de lucha, etc., por lo cual, deportes como el atletismo y la natación serían más aconsejables.

Entre las pruebas atléticas ensayadas existe una preferencia por las pruebas de fondo, y además, se pueden realizar en cualquier sitio, conlleva un estímulo de factores vitales para la integración, como la voluntad, la constancia, y el afán personal de superarse a sí mismo (PERÁN Y GIL, 1995).

Los principales test o pruebas de valoración de la condición física utilizados con personas con SD han tenido como finalidad comparar la capacidad cardiovascular y respiratoria de sujetos con SD y sujetos sin SD pero con retraso mental, durante la realización de actividades físicas aeróbicas y anaeróbicas.

IV. CONCLUSIONES.

Las limitaciones físico-motrices de sujetos con SD requieren la realización de actividades físicas de rehabilitación.

Numerosos estudios han demostrado la existencia de una clara relación entre el estilo de vida sedentario y los niveles de baja forma física, con enfermedades cardiovasculares, trastornos del metabolismo (diabetes mellitus), etc.

Estas alteraciones fisiopatológicas pueden ser prevenidas mediante una conducta sana y un estilo de vida no sedentario.

Es posible que la capacidad cardiovascular de los sujetos con SD esté relacionada con una menor capacidad de extracción de oxígeno.

Asimismo, poseen una masa muscular y fuerza inferior, que puede condicionar el rendimiento físico de las personas con SD. Además, los sujetos con SD suelen tener una masa corporal similar, pero con un porcentaje más alto de grasa.

Otros factores que podrían estar relacionados con la capacidad de esfuerzo físico de sujetos con SD podrían ser: deficiencia en la hormona tiroidea e hipotonicidad.

La realización de programas de ejercicios aeróbicos a medio y a largo plazo, podría reducir el riesgo de futuras enfermedades cardiovasculares en estas personas.

Sería adecuada la combinación progresiva y sistemática

de esfuerzos aeróbicos y anaeróbicos de intensidad media-alta. En este sentido, la práctica de una actividad física óptima, como actividades de ocio y tiempo libre, podría ser de gran utilidad para mejorar la salud física de la población con SD.

Los programas de entrenamiento a corto-medio plazo no mejoran la capacidad aeróbica, pero sí se incrementa la adquisición de patrones motrices básicos, como es la capacidad de caminar, saltar, correr, etc.

En caso de deportistas con SD sin contraindicaciones médicas, pueden llegar a realizar esfuerzos más cercanos a condiciones de umbral anaeróbico o de "competición deportiva". Por lo tanto, se debería entrenar capacidades aeróbicas o submáximas, y capacidades cercanas a valores de esfuerzos máximos. Toda actividad física competitiva demanda un trabajo previo de base, de iniciación deportiva correcto y bien planificado, que desarrollen aspectos esenciales de un adecuado desarrollo motor, como serían las capacidades de coordinación y equilibrio. Está demostrado que el funcionamiento bioquímico del organismo humano de personas con o sin SD, se beneficia mediante la práctica de la actividad física: aumentan los niveles de oxígeno en la cadena respiratoria, uno de los principales estímulos fisiológicos de la actividad respiratoria celular es el aumento del flujo de oxígeno a la célula, y esto es debido al aumento de la actividad cardiorrespiratoria provocado por el ejercicio físico, por lo cual, se podría decir que el ejercicio físico es un medio muy eficaz y poco costoso de tratamiento médico para prevenir las enfermedades coronarias. Los efectos de la práctica deportiva sistemática, planificada a largo plazo, y bajo control médico podría ser de gran utilidad en personas con necesidades educativas permanentes, como en el caso del S.D., en donde las capacidades físicas están insuficientemente estimuladas debido a la equivocada creencia de su fragilidad física y psíquica.

La diversidad fenotípica de este síndrome requiere actuaciones específicas adecuadas a cada uno de sus especificidades.

La alteración neurológica que presentan produce, en general, hipotonía muscular que influye sobre la respuesta motora y los programas deportivos a planificar. Suelen ser personas con un tiempo lento de respuesta motora.

En definitiva, es fundamental, el procurar mejorar la salud y calidad de vida de estas personas mediante actividades de integración y normalización social como puede ser la práctica deportiva.

V.- BIBLIOGRAFÍA.

- AAVV (1992): C.I.E. 10. *Trastornos mentales y del comportamiento*. Ed.: Beechan. Ginebra.
- BARHAM, P. Development of skills throughout adolescence and early adult life. En: Y. Burns, P. Gunn (eds). *Down syndrome: Moving through life*. London, Chapman and Hall, 1993, pp.151-167.
- Block, M.E. Motor development in children with Down syndrome: A review of the literature. *Adapt. Phys. Activ. Quart.*, 1991, 8: 179-209.

- BRIGGS, R.G.; Carlson, W.O.; Johnson, D.L. Atlantoaxial instability in Down's syndrome: a case report and review. *S.D. J. Med.*, 1992, 45: 279-282.
- BUCKLEY, S., Sacks, B. *The Adolescent with Down's Syndrome*. Portsmouth, U.K., Polytechnic, 1987.
- BURNS, Y., Gunn, P. *Down Syndrome: Moving through Life*. London, Chapman and Hall, 1993.
- CHESELDINE, S.E., Jeffree, D.M. Mentally handicapped adolescents: Their use of leisure. *J. Ment. Defic. Res*, 1981, 25: 49-59.
- CORBIN, C. *A multidimensional hierarchical model of physical fitness: a basis for integration and collaboration*. *Quest*, 1991, 43: 296-306.
- CREMERS, M.J., Bol, E., de Roos, F., van Gijn, J. *Risk of sports activities in children with Down's syndrome and atlantoaxial instability*. *Lancet*, 1993, 342: 511-514.
- FERNHALL, B., Tymeson, G., Millar, R., Burkett, L. *Cardiovascular fitness testing and fitness levels of adolescents and adults with mental retardation including Down syndrome*. *Educ. Train. Ment. Retard.*, 1989, 24: 133-137.
- GERON, E. Kinesthesia. En: L.D. Zaichkowsky, C.Z. Fuchs (eds.). *The Psychology of motor Behavior*. Michigan, McNaughton and Gunn, 1986, pp. 215-235.
- HARRIS, (1984). Harris, S.R. Down syndrome. En S.K. Campbell (ed). *Paediatric Neurologic Physical Therapy*. Edinburgh, Churchill Livingstone, 1984, pp. 169-204.
- HENDERSON et al., (1981). Henderson, S., Morris, J., Frith, U. The motor deficit in Down syndrome children: a problem of timing. *J. Child Psychiat. Psychol. and Appl. Discipl.*, 1981, 22: 233-245.
- JOBLING, A.: Queensland, Australia. En Perán y Gil, *Revista de SD* (Santander), 12: 107-111, 1995.
- MILLAR, A.L.; BO FERNHALL. Y LEE N. BURKETT *Medicine and Science in Sports and Exercise*. Mayo 1992.
- MORRIS, J.N. Exercise in the prevention of coronary heart disease: today's best buy in public health. *Med. Si. Sport. Exerc.*, 1994, 26: 807-814.
- PERÁN MESA, S. Y GIL MUÑOZ, J.L. (1995): *Contribución de la práctica del atletismo a la promoción de la salud, recuperación y rehabilitación de personas con síndrome de Down*. *Revista de SD*, Vol. 12, nº4, pp. 103-106. Santander.
- PITETTI, K.H., Climstein, M., Campbell, K.D., Barrett, P.J., Jackson, J.A. The cardiovascular capacities of adults with Down syndrome: a comparative study. *Medic. Science in Sports and Exerc.* 1992, 24: 13-19.
- ROBERTS, G.C., Treasure, D.C. *Children in Sport*. *Sport Sci. Review*, 1992, 1: 46-64.
- SHERBORNE, V. *Development and Movement for children*. Cambridge: University Press, 1990.
- SHUMWAY-COOK y Woollacott, (1985). Shumway-cook, A., Woollacott, M.H. *Dynamics of postural control in the child with Down syndrome*. *Physical Therapy*, 1985, 65: 1315-1322.

LOS DESPLAZAMIENTOS SIN BALÓN. FACTORES PERCEPTIVOS Y DECISIONALES EN LOS DEPORTES COLECTIVOS

FRANCISCO M. ÁVILA

LIC. EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. UNIVERSIDAD DE GRANADA

DESPLAZAR:

mover a una persona o cosa del lugar en que está (Diccionario Ilustrado Rueda).

Cómo, cuando, donde, son respuestas que debe dar el jugador, y anterior a ellas para qué. La capacidad de respuesta a estas preguntas en la acción no puede olvidarse cuando en nuestra programación incluimos el contenido de desplazamientos, ni en nuestra propuesta didáctica para abordarlo. Tener presente estos factores es un primer paso, a veces suficiente, para que nuestra actuación sea más enriquecedora para los alumnos. Exponemos una línea de reflexión sobre la práctica que pretende recoger estos factores.

Los desplazamientos sin balón constituyen la habilidad motriz con un mayor índice de utilización en los deportes colectivos. Así lo reflejan los diferentes estudios: 73,9 % en balonmano (Álamo, pág. 35), 663 acciones a máxima intensidad en voleibol (Iglesias, pág. 28), en baloncesto las acciones que implican desplazamiento sin balón suponen el 52,1% en bases, 87,44% en aleros, 55,09 % en pivotes del tiempo real de acción (extraído de Cárdenas, 1996),... Por otro lado, cualquier acción con el móvil se ve facilitada o dificultada por la situación conseguida por el desplazamiento que la precede.

La actividad motriz en los deportes colectivos se define desde un punto de vista conductual, es decir, **detrás de cada acción observable subyace una intencionalidad de ajuste a los objetivos del juego**, no existe la acción motora sin un componente táctico. Los deportes colectivos presentan tres grandes roles: jugador poseedor del móvil, compañero del jugador poseedor, jugador del equipo que no posee el móvil; o cuatro, en el caso de la existencia de portero. Lasierra (1993, 51-52) describe los siguientes subroles del jugador sin balón en balonmano:

- Del equipo en posesión de balón: engaña —evita al oponente, se orienta en función del balón, ocupa el espacio libre,

amplía espacios utilizando su cuerpo, amplía espacios con su desplazamiento, hace la transición, se sitúa en espera.

- Del equipo que no posee el móvil: engaña a su oponente, concentra la atención en línea de pase, en línea de tiro, recuperar el balón, colabora con sus compañeros, hace la transición, se sitúa en espera, lucha con el oponente por ocupar el espacio, controla al oponente, detiene el juego.

En síntesis, un jugador que se desplaza sin balón debe ser capaz de: **ocupar espacios** libres de forma anticipada, **liberar espacios** ocupados, **engañar** a su oponente obteniendo ventaja, **ajustarse** a las acciones del resto de jugadores – facilitar la de los compañeros, dificultar la de los oponentes-, **distribuir el espacio efectivo**; en función del móvil, la meta y los jugadores. Para ello debe tomar constantes decisiones sobre velocidades, momentos, direcciones y orientaciones de sus desplazamientos. Igualmente debe poder realizar las acciones que sean necesarias antes, durante y después de los mismos.

Hemos de añadir el hecho de que los **parámetros de referencia en el juego, así como los objetivos, tienen un carácter dinámico**. La situación se modifica antes e incluso durante la acción.

En resumen, los desplazamientos sin balón en los deportes colectivos exigen de las siguientes capacidades:

CAPACIDADES DE EJECUCIÓN:

- Control de cambios de ritmo: aceleraciones, desaceleraciones, paradas, arrancadas.
- Control cambios de dirección en angulaciones diversas.
- Dominio diversos frentes de desplazamientos: frontales, laterales, hacia atrás.
- Acciones simultáneas, disociación segmentaria.
- Combinar con otras habilidades: giros, saltos, lanzamientos.
- En situaciones de contacto físico.
- Combinaciones de todo lo anterior.

CAPACIDADES PERCEPTIVAS:

- Percepción de trayectorias y velocidades: propias, del móvil y de otros jugadores –compañeros y adversarios-.
- Cálculo de distancias y espacios creados entre los elementos del juego: límites del mismo y zonas, móvil, compañeros y adversarios, meta (en los distintos ejes).
- Percepción global de la distribución espacial y sus constantes modificaciones.
- Seleccionar lo relevante en cada situación, anticipar la aparición de estímulos.

CAPACIDADES DECISIONALES:

- Decidir en función de los objetivos de cada situación los distintos parámetros del desplazamiento: modalidad del gesto, cinética, lugar, momento,...

Todo ello justifica la importancia de los elementos percep-

tivos y decisionales en los desplazamientos. Entendemos, por lo tanto, que **debemos ser capaces de centrar nuestra atención en todos los factores que condicionan la calidad de los desplazamientos en los deportes colectivos**. Ello se debe ver reflejado en las situaciones pedagógicas planteadas, la información proporcionada, y los criterios de evaluación.

CRITERIOS DE ELECCIÓN DE SITUACIONES PEDAGÓGICAS:

Cualquier situación de aprendizaje debe caracterizarse por: motivar al alumno a movilizar el máximo de su potencial, exigirle una adaptación –su dificultad debe suponer una mejora alcanzable de sus estructuras para dominarla-, **corresponderse con los objetivos** de los que se deriva.

Las situaciones pedagógicas que hemos seleccionado, usadas habitualmente, se ajustan a los siguientes principios:

- Estrategias globales.
- Planteamientos lúdicos.
- Situaciones sociomotrices: colaboración, oposición, colaboración –oposición.
- Exigencia de ajuste perceptivo y toma de decisiones para obtener éxito.
- Margen de creatividad.
- Dominio perceptivo de la ejecución (posibilidad de centrar la atención en el entorno).

Los índices que nos permiten controlar el grado de dificultad de las situaciones serían:

- Puntos de referencia fijos o móviles (gradaciones).
- Densidad del espacio (relación espacio – nº de participantes).
- Amplitud de respuestas posibles (nº de posibilidades – modos de la respuesta).
- Estabilidad de los roles (funciones determinadas o cambiantes durante el juego).
- Tiempo disponible para cada fase de la acción (percepción, decisión, ejecución).

GUIONES SOBRE LA INFORMACIÓN A PROPORCIONAR

Nuestra intervención didáctica, el planteamiento de tareas y la información proporcionada, debe ajustarse al esquema de actuación planteado en la figura 1.

PROPUESTAS DE EVALUACIÓN.

En la línea de lo expuesto anteriormente los instrumentos de evaluación deben recoger información no sólo de los aspectos biomecánicos, sino igualmente de los factores perceptivos y decisionales, en síntesis **de las respuestas adaptativas a cada situación**.

La evaluación se torna cualitativa y complementa la información obtenida sobre los elementos energéticos y mecánicos de la ejecución. Toda evaluación sobre una conducta exige una **estrategia en abanico que permita cruzar informaciones y elaborar el perfil del individuo manifestado en su actuación**.

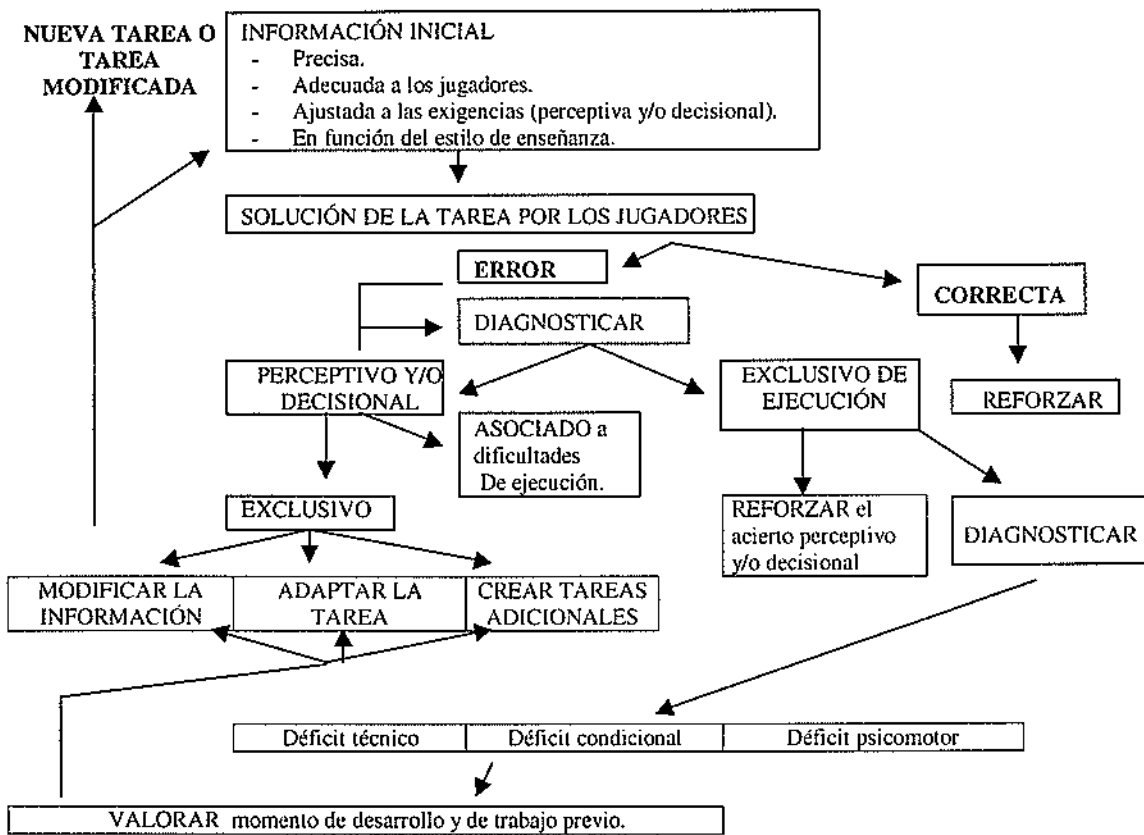


Figura 1: Adaptada y ampliada de García 1997, 39.

Los instrumentos de observación propuestos deben ser susceptibles de utilización tanto por el profesor como por los alumnos (modificados o no) proporcionando un feedback adicional a los mismos. Debemos considerar que el feedback intrínseco en alguna de estas situaciones es difícil de obtener de forma concurrente por el ejecutante.

Igualmente los instrumentos empleados deben estar en concordancia con los objetivos propuestos y los contenidos, reflejando la información relevante.

La observación se realizará sobre las propias situaciones propuestas (observación in vivo).

Blázquez (1990, 65) propone como procedimientos de observación indirecta los siguientes:

- Listas de control
- Escalas gráficas
- Escalas descriptivas.

EJEMPLO DE LISTA DE CONTROL

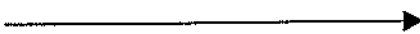
CONDUCTA: Desplazamientos.	SI	NO	DUDOSO
Realiza paradas, cambios de dirección, y ritmo de forma ajustada.			
Realiza acciones simultáneas y sucesivas sin dificultar los desplazamientos.			
Coordina sus desplazamientos con los de los compañeros.			
Se anticipa a los desplazamientos del resto de jugadores, compañeros y oponentes.			
Se anticipa a las trayectorias del móvil.			
Realiza desplazamientos de engaño.			
Ocupa espacios libres cuando es posible.			
Libera espacios para sus compañeros.			
Dificulta los desplazamientos de sus oponentes.			
Se sitúa de forma equilibrada en el espacio, no se agolpa.			
Se orienta hacia la meta a alcanzar.			

EJEMPLO DE ESCALA GRÁFICA

0. Nunca 1. Pocas veces 2. A veces 3. En general 4. Siempre

CONDUCTA	0	1	2	3	4
Realiza paradas, cambios de dirección, y ritmo de forma ajustada.					
Realiza acciones simultáneas y sucesivas sin dificultar los desplazamientos.					
Coordina sus desplazamientos con los de los compañeros.					
Se anticipa a los desplazamientos del resto de jugadores, compañeros y oponentes.					
Se anticipa a las trayectorias del móvil.					
Realiza desplazamientos de engaño.					
Ocupa espacios libres cuando es posible.					
Libera espacios para sus compañeros.					
Dificulta los desplazamientos de sus oponentes.					
Se sitúa de forma equilibrada en el espacio, no se agolpa.					
Se orienta hacia la meta a alcanzar.					

EJEMPLO DE ESCALA DESCRIPTIVA

Menos dificultad  Mayor dificultad

CONCEPTO	DESCRIPCIÓN DE CONDUCTAS			
Modificaciones en el desplazamiento.	Necesita más de un tiempo de acción, o no los realiza.	Los realiza con tiempo suficiente para anticipar la acción.	Con velocidad, en colaboración, sin oposición directa.	Con oposición y colaboración en espacios reducidos.
Los combina con otras acciones.	Necesita pararse para hacerlo.	Modifica el desplazamiento, se desequilibra.	Correctamente sin oposición directa, ajustándose a los compañeros.	Con oposición directa y próxima.
Coordina con los compañeros.	Sin oposición, en un espacio limpio, parejas o tríos.	Sin oposición, en un espacio amplio compartido, grupos reducidos.	Con oposición, colaboración no definida.	Utilizando acciones de engaño. Con exigencia de velocidad.
Se anticipa a otros.	Cuando el objetivo está definido y la referencia fija. Necesita centrarse en el oponente.	Puede responder a varias posibilidades, modifica orientaciones.	Prevé la trayectoria posible según los indicios. Adecua sus acciones antes de iniciarse los desplazamientos del otro.	Realiza desplazamientos previos de engaño. Se libera de la oposición para intervenir.

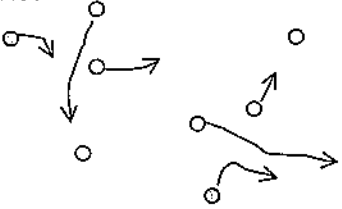
Se anticipa al móvil.	Trayectorias posibles limitadas, modifica el desplazamiento con el móvil claramente en el recorrido. Se centra exclusivamente en él.	Inicia antes sus acciones y calcula trayectorias directas e indirectas. Puede controlar el móvil con su campo visual periférico.	Prevé la trayectoria posible según los indicios. Adecua sus acciones antes de iniciarse la trayectoria del móvil.	Realiza desplazamientos previos de engaño. Se libera de la oposición para intervenir.
Engaña a los oponentes.	Sin intencionalidad. Fruto de la situación.	Utiliza acciones de engaño muy claras. Reitera las acciones. Le cuesta adaptarse a respuestas no previstas.	Sus acciones implican una mayor gama y la utiliza en oposición más próxima y espacios más reducidos.	Saca ventaja de los engaños en situaciones complejas. Se adapta a diferentes respuestas.
Ocupa espacios.	Amplios, claros y poco modificables. No defendidos. Como objetivo final.	Ocupa espacios libres durante el juego pero no ajustado al momento. Sólo observa la situación al llegar.	Ocupa espacios en el momento adecuado, rectifica constantemente su situación. Realiza acciones diversas.	Modificables, reducidos y defendidos en oposición directa, objetivo final o no del juego.
Libera espacios.	Sin coordinación con sus compañeros, poca intencionalidad.	Libera espacios de forma intencionada en situaciones claras de colaboración.	Ajustado al momento de utilización por su compañero.	En situaciones de alta densidad de jugadores.

Dificulta desplazamientos	Protege un punto definido. Se sitúa con mucha anticipación en la trayectoria.	Punto de referencia amplio. situado en planos diferentes. Modifico mi posición y me adapto.	Prevé trayectorias, se interpone sin dar tiempo al oponente, mantiene una posición equilibrada y acepta el contacto.	En colaboración, exige alta velocidad, responsabilidad semidefinida, oponentes variables.
Equilibra el espacio.	Sólo si se estorban para las acciones individuales, como escapada.	Necesitan centrar la atención en ese objetivo.	Sólo en un eje, o de forma rígida, poco adaptativa a oponentes , dinamismo de compañeros y/o funciones.	Domina los ejes del espacio y se distribuye de forma adecuada. Modificaciones constantes de situación del resto de jugadores. Funciones simultáneas a cumplir.
Se orienta a meta.	No siempre se orienta adecuadamente, se pierde en el espacio intermedio.	Desplazamientos directos, sin acciones durante la transición.	Mantiene la orientación desde distintas situaciones del espacio, realiza trayectorias indirectas para evitar oponentes.	De forma rápida, modificando según situación de juego, utiliza trayectorias de engaño, en espacio reducido y alta densidad.

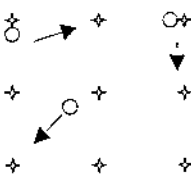
ACTIVIDADES:

No pretendemos en este apartado crear nuevas actividades, sería un atrevimiento dado el nivel alcanzado en el desarrollo de medios por los profesionales en nuestro campo, nuestro objetivo es agrupar un número de ellas que proponen situaciones pedagógicas que inciden sobre las exigencias de los desplazamientos planteadas y respetan los principios enunciados.

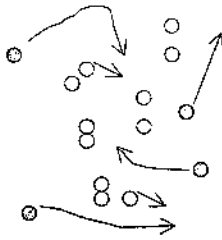
Corta hilo

OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> - Cálculo de distancias, trayectorias y velocidades de otros compañeros. - Dominio aceleraciones y cambios de dirección. 	
GRÁFICO: 	DESCRIPCIÓN: <p>Un compañero o varios la quedan (llevan un pañuelo u otro distintivo), si entre el jugador que persigue y él cruza un compañero, debe perseguir a este último.</p>

Tres en raya

OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> - Elijo la dirección de mi desplazamiento en función de la situación y trayectoria del de mis compañeros. - Estructuración de un espacio, distribución de puntos equidistantes. 	
GRÁFICO: 	DESCRIPCIÓN: <p>Grupo de tres, moverse rápidamente en un orden determinado (al soltar un balón, siempre inicia uno...), no se puede saltar con los contiguos, evitar situarse tres en raya.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dos grupos de forma simultánea. - Uno intenta evitar que los otros dos compañeros formen tres en raya con él. - Evitar estar en dos contiguos, uno dirige.

Los escudos

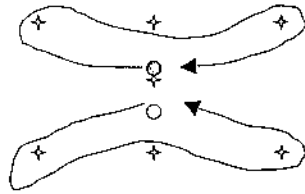
OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> - Evitar adversarios. - Interceptar desplazamientos, proteger elementos móviles. - Adecuarme a la distribución global de los jugadores. - Colaboración -ajuste con compañeros. 	
GRÁFICO: 	DESCRIPCIÓN: <p>Una pareja persigue a otros dos, deben pillar a uno, el resto de los jugadores se colocan en el camino de los perseguidores para interrumpir su desplazamiento y facilitar la escapada.</p> <p>Escudos individuales, por parejas o triples.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Condicionar el desplazamiento de los que protegen (habilidades técnicas, agarrados formando figuras,...). - Introducir zonas prohibidas (colchonetas, aros,...). - Lo mismo en pequeños grupos con formaciones diversas (en fila -la gallina-, en muralla, formando un círculo,...).

Soy más rápido que mi espejo

OBJETIVO:

- Ajustar trayectorias de desplazamientos sobre la acción.
- Identificar conceptos con la acción: un largo, rodear, en diagonal, opuesto, ... que estructuran el espacio.

GRAFICO:



DESCRIPCIÓN:

Realizar un recorrido y volver, determinar la amplitud: tocar dos conos y volver, hacer un ocho, hacer un largo....Un jugador decide el recorrido y el otro debe realizar el simétrico.

Modificaciones:

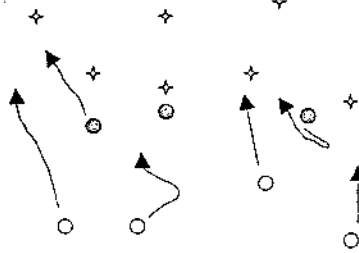
- Cualquier sistema de carrera donde el espacio a recorrer no esté definido y exija una adaptación sobre la acción.
- Realizarlo combinando los desplazamientos con otras habilidades básicas.
- Por parejas u otras agrupaciones.

Defender las bases

OBJETIVO:

- Ocupar un espacio antes que otro.
- Engañar, decisiones tácticas.
- Adaptarme a la acción del grupo: colaboración – oposición.

GRAFICO:



DESCRIPCIÓN:

Unos defensores (en menor nº que bases) deben evitar que lo atacantes lleguen a alguna base. Si el defensor toca la base antes el jugador debe ir a otra, si el defensor toca al jugador debe volver atrás. Los atacantes intentan ocupar un nº de bases determinado.

Modificaciones:

- Por oleadas o por tiempo.
- Si el defensor toca a un atacante se cambian los papeles.
- Puedo abandonar mi base para que la ocupe un compañero y yo ir a otra.

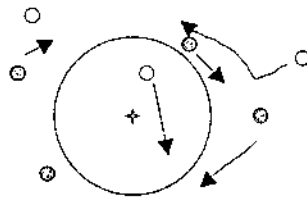
Misma estructura pero con mayor dificultad sería el juego de pillar, el que es pillado se sienta, los compañeros se salvan si pasa por encima.

Robar el tesoro

OBJETIVO:

- Proteger un espacio de paso determinado.
- Situaciones de colaboración – oposición.

GRAFICO:



DESCRIPCIÓN:

Sacar un objeto de un espacio. Si un defensor me toca debo volver atrás, si me toca cuando intento salir debo dejar el tesoro.

Modificaciones:

- Variar el espacio: forma, espacios de entrada....
- Variar exigencias en desplazamiento y/o la relación numérica.

Relevos cruzados o por espacios compartidos

OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> - Paradas, cambios de dirección. - Búsqueda de espacios libres. 	
GRÁFICO:	DESCRIPCIÓN: <p>Cualquier tipo de relevos donde los jugadores deban pasar por un espacio común:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ir a rodear unos conos. - Salir de dos bandas cruzando trayectorias... <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introducir jugadores que dificulten los desplazamientos por un determinado espacio. -

Comecocos

OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> - Equilibrio en el desplazamiento. - Colaboración con los compañeros. - Estructuración del espacio. - Trayectorias indirectas hacia un punto. 	
GRÁFICO:	DESCRIPCIÓN: <p>Persecuciones en grupo contra un jugador por líneas del campo, el jugador puede saltar de una línea a otra, los perseguidores no.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Varios grupos juegan a la vez. - Tipo de desplazamiento. - Algunos defensores que protegen al escapado. - Para cambiar de línea saltando deben: girar, caer a una pierna,...

Espejo

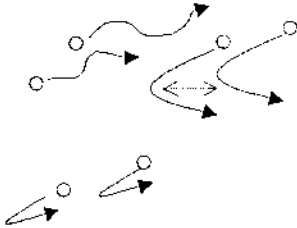
OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> - Cálculo de distancias, velocidades, trayectorias, relaciones entre elementos. - Realizar acciones de engaño. - Modificaciones de desplazamientos. 	
GRÁFICO:	DESCRIPCIÓN: <p>Progresar en cuanto a la dificultad de la referencia: una línea, un punto, un jugador que se desplaza.</p> <p>Parar y comprobar la situación los alumnos.</p> <p>Modificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imitar también las acciones que realice durante el desplazamiento (giros, saltos,...). - Cambiar el frente del desplazamiento. - En parejas o grupos pequeños. - Variar la densidad de jugadores. - Introducir balones para pasar, botar, conducir.

La sombra

OBJETIVO:

- Cálculo de distancias, situación respecto a un punto de referencia móvil.
- Acciones de engaño.
- Modificaciones del desplazamiento ajustándose al objetivo.

GRÁFICO:



DESCRIPCIÓN:

Seguir a una determinada distancia a un compañero.

Modificaciones:

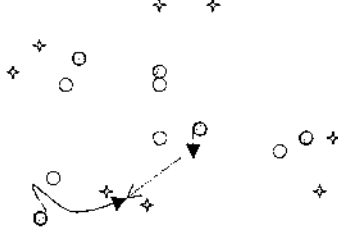
- En grupo.
- En situaciones diferentes respecto al compañero (lateral, delante, detrás).
- Diferentes desplazamientos.
- Responder a pases u otras acciones durante el desplazamiento.

Los pases orientados

OBJETIVO:

- Sintetizar todo lo anterior en acciones específicas en relación al móvil (desmarque, interceptación...).
- Distribución equilibrada del espacio.
- Orientación de las acciones.

GRÁFICO:



DESCRIPCIÓN:

Hacer pasar el balón por los distintos espacios marcados, no se puede correr con el balón, no se puede hacer falta a los atacantes.

Modificaciones:

- Espaciales, reglamentarias, densidad de jugadores.
- Igualmente conseguir pasar x zonas o un nº de pases determinado.

LASIERRA AGUILÁ, G. (1993). Análisis de la interacción motriz en los deportes de equipo. Aplicación del análisis de los universales ludomotores al balonmano. *Apunts d'Educació Física i Esports*; núm. 32. Lleida.

IGLESIAS CUNARRO, F.A. Análisis del esfuerzo en voleibol. *R.E.D.* Tomo VIII, nº 3, 25 -29. La Coruña. Boidecanto.

BIBLIOGRAFÍA:

- ÁLAMO MENDOZA, J. M. *Las conductas motrices en balonmano: estudio comparativo entre puestos específicos*. R.E.D. Tomo X, nº 1, 31 - 36. La Coruña. Boidecanto.
- BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, D. (1990). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona. INDE
- CÁRDENAS VÉLEZ, D. (1996). *Análisis de las demandas físicas del juego del baloncesto*. Jornadas nº 409 del I.A.D. Málaga. Paper.
- DICCIONARIO ILUSTRADO RUEDA DE LA LENGUA ESPAÑOLA. 1997. Rueda J.M. Madrid.
- GARCÍA HERRERO, J.A. (1997) El conocimiento de los resultados en el proceso enseñanza -aprendizaje - entrenamiento del balonmano. *Revista Española de Educación Física y Deportes*. Vol. 4, nº 3, 35 -39.

LA INVESTIGACIÓN SOBRE HÁBITOS DE VIDA EN RE- LACIÓN CON LA SALUD EN ESCOLARES: A PROPÓSITO DE UN ESTUDIO.

ANTONIO J. CASIMIRO ANDÚJAR

FACULTAD HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN. AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA. UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

EVA M^a ARTÉS RODRÍGUEZ

FACULTAD DE DERECHO Y DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y EMPRESARIALES. DEPARTAMENTO DE ESTADÍSTICA Y MATEMÁTICAS APLICADAS. UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

CORNELIO ÁGUILA SOTO

COORDINADOR TÉCNICO SECRETARIADO DE DEPORTES. UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

RESUMEN

La promoción de la Salud, desde la entrada en vigor de la LOGSE, se ha convertido en uno de los objetivos fundamentales del área de Educación Física. Este proceso, que depende de la participación activa de una población bien formada e informada sobre la necesidad de cambiar determinados hábitos muy arraigados en nuestra sociedad de consumo, debe comenzar con la población escolar que está en fase de formación física, psíquica y social, además de ser muy receptiva al aprendizaje de dichos conocimientos y a la asimilación de hábitos.

A pesar de la evidente dificultad que lleva consigo que todas las circunstancias que se dan en el centro escolar se dirijan coordinadamente hacia este objetivo, los profesionales de la educación al menos tenemos la obligación de indagar en los aspectos que hacen referencia a las características individuales y al entorno microsociedad de la población, empezando por conocer la situación de partida de nuestros escolares en relación a sus hábitos de vida.

El presente trabajo recoge la descripción de un estudio realizado en escolares de primaria y secundaria en el que se recogió información acerca de sus hábitos de vida relacionados con la salud para, de este modo, tratar de aportar una mayor base teórica en las relaciones entre la E.F. y la salud.

LOS ESTILOS DE VIDA RELACIONADOS CON LA SALUD EN EL ENTORNO ESCOLAR

Los comportamientos de una persona, tanto desde un punto de vista individual como de sus relaciones de grupo, se van construyendo en torno a una serie de patrones conductuales comunes que definen su estilo de vida. Lógicamente, este proceso está en constante evolución y no existen causas exclusivas que dirijan sus actuaciones en una u otra línea. Desde el punto de vista de la salud, no podemos hablar de un único estilo de vida saludable, ni siquiera dentro de la misma

sociedad, por cuanto está influenciado por numerosos factores. A pesar de ello, y teniendo en cuenta su relatividad, un estilo de vida saludable se concibe como aquel que genera o mantiene la salud o, en determinadas circunstancias, que no agrede contra la misma.

Lo cierto es que, si bien insistimos que el concepto de lo saludable es relativo, existen una serie de conductas unánimemente aceptadas como riesgos potenciales para la salud, al igual que otras la favorecen o la benefician.

En general, el estilo de vida de una persona está determinado por diferentes factores relacionados entre sí (Mendoza, 1994):

- Características individuales, bien genéticas bien adquiridas, como la personalidad o la educación recibida.
- Las características del entorno microsocial donde se desarrolla la vida del individuo: familia, amigos, ambiente de estudio o trabajo...
- Los factores macrosociales, como el sistema socioeconómico o la cultura de la sociedad.
- El medio físico geográfico, que determina las condiciones de vida, modificadas por la acción humana.

Todos estos factores, en mayor o menor medida según las circunstancias personales, modelan el estilo de vida de los individuos y grupos sociales.

Dentro de nuestra sociedad, en la actualidad, existe una prioridad fundamental dirigida a la mejora del estilo de vida de la población en relación con la salud. Se establece, pues, la necesidad de elaborar unas estrategias eficaces en pos de la promoción de la salud.

La Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), define promoción de la salud como el "proceso de capacitar a los individuos y a las comunidades para que aumenten el control sobre los determinantes de la salud y, por tanto, mejoren la salud".

Ello va a depender de la participación activa de una población bien formada e informada sobre la necesidad de cambiar determinados hábitos muy arraigados en nuestra sociedad de consumo. Estaríamos hablando de un concepto más general como el de Educación para la Salud, que se convierte en el eje clave para que esa modificación y aceptación de conductas saludables sea posible, ya que se deben ampliar los conocimientos de la población, en especial la escolar que está en fase de formación física, psíquica y social, además de ser muy receptiva al aprendizaje de dichos conocimientos y a la asimilación de hábitos (Salleras, 1985).

La Educación para la Salud (EpS) definida por la XXXVI Asamblea Mundial de la Salud (1983), como "cualquier combinación de actividades de información y educación que lleve a una situación donde la gente desee estar sana, sepa cómo alcanzar la salud, haga todo lo que pueda individual y colectivamente para mantenerla y busque ayuda cuando lo necesite", debe dirigirse a todos los sectores de la comunidad, y no exclusivamente al campo sanitario, una vez aparecida la enfermedad. Sus comienzos deben ser en el seno de la propia familia, pero el lugar ideal para su desarrollo es la escuela, tanto en Primaria como en Secundaria, tal y como justifican

Mendoza y cols. (1994)

- Porque acoge a casi la totalidad de la población infantil durante bastantes años, en el momento de la vida que es más fácil asimilar hábitos, actitudes y conocimientos, ya que la modificación de conductas es mucho más compleja en el adulto.
- Porque los profesores son profesionales especializados en educar, sabiendo fomentar estilos de vida saludables.
- Porque es un derecho del alumno¹ ya que la sociedad le va a exigir frecuentemente que decida o escoja entre diferentes opciones, y la escuela debe haberle orientado al respecto sobre lo que es positivo o negativo para su salud, para que la persona escoja voluntariamente pero con conocimiento de causa.

Así mismo, el Decreto 105/92 de 9 de junio para Educación Primaria de la Junta de Andalucía, en el apartado de Contenidos, hace referencia al tratamiento de la Salud como un tema transversal que debe ser desarrollado por y desde las diferentes áreas, entre ellas, la de Educación Física. Dentro de nuestro área, dicho decreto nos orienta sobre contenidos a tratar por su afinidad, dentro del bloque de contenidos de Salud Corporal.

En definitiva, la Educación para la Salud pretende desarrollar las actitudes para que el alumno desee conseguir el mayor grado de bienestar, adquiera conocimientos y habilidades básicas y establezca hábitos, valores y prácticas saludables para su vida presente y futura, con libre autonomía.

Sin embargo, es evidente la dificultad que lleva consigo que todas las circunstancias que se dan en el centro escolar se dirijan coordinadamente hacia este objetivo, que no se conseguiría sin la interrelación de algunos factores fundamentales (Mendoza y cols. 1994): motivación, formación y asesoramiento del profesorado, apoyo institucional, social y económico, todo ello dentro de un marco legal bien definido.

Conscientes de la problemática y dimensión de tal empresa, los profesionales de la educación al menos tenemos la obligación de indagar en los aspectos que hacen referencia a las características individuales y al entorno microsocial de la población, empezando por conocer la situación de partida de nuestros escolares en relación a sus hábitos de vida.

ESTUDIO SOBRE LOS HÁBITOS DE VIDA DE LOS ESCOLARES RELACIONADOS CON LA SALUD. APUNTE METODOLÓGICO DE UNA INVESTIGACIÓN

a)- El objeto de estudio.

Nuestra pretensión fue continuar profundizando en las investigaciones relacionadas con la educación para la salud, intentando aportar una mayor base teórica en las relaciones entre la E.F. y la salud, tan en auge a partir de la entrada en vigor de la LOGSE en 1990; en este caso, sobre la implantación y la evolución de hábitos saludables relacionados con la condición física, durante la escolarización obligatoria.

"Como ocurre a todos los niveles de la vida humana, se desarrollan durante la infancia las primeras tendencias a determinados comportamientos, concentrándose luego en inte-

reses que durante la adolescencia se pueden convertir en categorías de valor decisivas para la vida futura. A éstas también pertenece el deporte" (Hahn, 1988, pg. 10).

Decidimos realizar nuestro estudio con escolares del último curso de la Educación Primaria y Secundaria Obligatoria, porque consideramos que el niño de 11/12 años ha debido adquirir múltiples patrones motrices, que contribuyen de forma armónica a su desarrollo integral y permitirán el aprendizaje de habilidades y destrezas más complejas en edades posteriores. Del mismo modo, a los 15/16 años el adolescente ha debido aceptarse tal como es, habiendo consolidado unos hábitos de vida, en función de la propia imagen que tenga de sí mismo (autoconcepto), lo que incide directamente en su autoestima. Así, consideramos que es un período clave en la vida de la persona para adquirir y consolidar hábitos saludables que tengan continuidad en la edad adulta (según Kelder y col, 1994, los hábitos de vida quedan consolidados con bastante firmeza antes de los 11 años).

Ahora bien, hay que tener presente los aspectos psicológicos de ambas edades, ya que la motivación hacia la práctica, así como los hábitos que forman el estilo de vida, difieren según se trate de los niños o de los jóvenes (nosotros utilizaremos los conceptos de niños para primaria y adolescentes o jóvenes para secundaria, entendiéndolo primero antes de la madurez sexual, aunque no se puede fijar una fecha exacta para el cambio a la adolescencia) (Hahn, 1988).

En el niño de 11-12 años, la actividad física forma parte directa y natural de su vida diaria, manifestando, por ello, un gran entusiasmo hacia nuestra asignatura y hacia la actividad físico-deportiva (motivación intrínseca). Por el contrario, el joven de 15-16 años ha pasado ya el equilibrio emocional infantil y su dependencia familiar, encontrándose de lleno en una fase de la vida (la adolescencia) con profundos conflictos internos que lógicamente inciden en su relación con los demás. Dichos conflictos conllevan al adolescente a pasar por una fase negativa (aislamiento, rebeldía, búsqueda de su personalidad, etc.) influenciada, de forma considerable, por su grupo de iguales.

Para desarrollar programas coherentes de intervención que promuevan la actividad física y otros hábitos saludables, es necesario conocer previamente la situación inicial de partida (nivel de actividad física y condición física, costumbres, actitudes, etc.). Por ello, nosotros nos planteamos una descripción de una forma transversal, de cómo incide la educación en general y la E.F., en particular, en la adquisición de dichos hábitos de salud y actividad física en el tiempo libre de los escolares de ambos niveles educativos, a través de una investigación social cuantitativa que pretende comprobar si el hábito saludable de la práctica de actividad física conlleva una relación positiva y directa con otros hábitos y costumbres saludables como puede ser alimentación, higiene, actitud postural, ocupación del tiempo libre, tabaco o alcohol.

Objetivo general del estudio.-

Con la creencia de que la Educación para la Salud aún está a medio camino en su instauración en los centros y que

nosotros, los profesionales de la E.F. y el deporte, deberíamos reflexionar y apostar por un cambio de nuestra asignatura hacia la educación integral del joven partiendo de sus intereses, que son fundamentalmente la salud y el divertirse (Mendoza y col, 1994), nuestro objetivo general del estudio fue la "Comparación, evolución y relación de hábitos saludables en escolares, al finalizar los estudios de Primaria (12 años) y de Secundaria Obligatoria (16 años)".

Objetivos específicos.-

Los objetivos específicos se agruparon en cinco bloques diferentes:

Hábitos de higiene y salud

- *Conocer las costumbres dietéticas y los alimentos más ingeridos por los escolares, así como la valoración de la salubridad de los mismos.*
- *Conocer la extensión del consumo de televisión y videojuegos, como ocupación del tiempo libre de los jóvenes, verificando su evolución en función de la edad y el sexo.*
- *Conocer la extensión y perfiles del consumo de drogas institucionalizadas (tabaco y alcohol), comprobando su relación con el consumo paterno, como agentes socializadores primarios.*
- *Profundizar en la problemática social del consumo de alcohol en la juventud, especialmente en cuanto al tipo de bebidas alcohólicas que consumen los fines de semana.*
- *Estudiar la percepción que tiene el escolar de su actitud postural, tanto estática como dinámica.*
- *Conocer las costumbres del joven en cuanto a su aseo e higiene diaria.*
- *Conocer el comportamiento del escolar con respecto a su educación e higiene deportiva.*
- *Conocer las conductas y hábitos que marcan el estilo de vida, en relación con la salud, de nuestros escolares, comprobando la relación de todas estas variables entre sí.*
- *Comprobar si se produce una involución de hábitos saludables "positivos" (alimentación, higiene, utilización del tiempo libre, drogas y actividad física) con la edad (desde los 11-12 años hasta los 15-16 años).*
- *Conocer las diferencias entre los distintos tipos de centros escolares, que representan todos los estratos socioeconómicos, con respecto a los hábitos de salud y nivel de condición física-salud, comprobando dichas diferencias en función de la edad y el género.*
- *Discutir nuestros resultados con los obtenidos en otras investigaciones.*

Hábitos físico-deportivos

- *Conocer las actividades deportivas más practicadas por los escolares, así como las actitudes y motiva-*

ciones hacia dicha práctica.

- Conocer la práctica físico-deportiva extraescolar del joven, en función del tipo de centro donde realice sus estudios.
- Determinar la relación entre la práctica deportiva y diferentes factores: agentes socializadores primarios, valoración de la asignatura de E.F., condición física real, alcohol, tabaco, composición corporal, higiene deportiva y autoconcepto.

Valoración de la asignatura de Educación Física (E.F.)

- Conocer la opinión del alumnado con respecto a las clases de E.F., en función de género y edad.
- Conocer la percepción que tienen los alumnos de dichas clases, así como la valoración de cómo les gustaría que fuesen.
- Determinar la relación entre la valoración que hace el alumnado de la asignatura de E.F. y el nivel de condición física y composición corporal.
- Comprobar si la valoración de la clase de E. F. está relacionada con la valoración del cuestionario, la práctica de actividad física, el consumo de alcohol y tabaco.

Autoconcepto

- Comprobar si la percepción de la condición física (autoconcepto) coincide con el rendimiento en las diferentes pruebas de la batería Eurofit, así como en la composición corporal.
- Estudiar la relación entre la percepción del propio estado de salud (autoconcepto) con la sumatoria de las diferentes variables que inciden en la salud (tabaco, alcohol, alimentación, práctica, higiene y postura), así como en el rendimiento cardiorrespiratorio.
- Comprobar si el hecho de alimentarse de forma más sana conlleva una percepción positiva de la propia alimentación del escolar.

b) Instrumento de recogida de datos

Para la recogida de datos hemos utilizado un cuestionario diseñado para obtener la información necesaria que cumpliera con los objetivos específicos planteados. El cuestionario recoge todas las variables que se han definido en la investigación, distribuidas en 11 bloques.

Tal y como define Manzano y col. (1996, pg.19) un cuestionario es "un cuadernillo que contiene el listado de todas las preguntas que utilizamos para obtener la información que interesa en la investigación, y sirve como medio para estructurar la entrevista de forma ordenada, a fin de garantizar que se van a plantear las mismas preguntas a todos los encuestados. Se trata de un proceso estandarizado de interrogación, muy laborioso, y objetivo, en cuanto que 2 personas distintas que apliquen el mismo cuestionario al mismo encuestado obtendrán la misma información".

El cuestionario es un instrumento muy utilizado en la evaluación de los estilos de vida así como en el control de salud como fase previa a la iniciación de programas de actividad física (Mateo, 1993; Patrick et al, 1995; Rodríguez, 1995), siendo uno de los instrumentos más útiles y empleados para la recogida de información, ya que permite (Tercedor y cols. 1996):

- Registrar la situación de partida en la que el alumno se encuentra (evaluación inicial).
- Detectar las causas que motivan esa situación inicial.
- Adecuar el proceso de enseñanza-aprendizaje a las posibilidades de cada alumno.
- Evaluar conceptos y actitudes.
- Aprovechar al máximo sus virtudes y minimizar sus defectos procediendo a su validación, pudiendo también utilizar otro tipo de instrumentos.

c) Determinación de variables

Dado que hemos realizado un estudio correlacional, no se han definido variables dependientes e independientes, sino variables predictoras o antecedentes, y variables criterio o consecuentes. Así, las variables van a corresponder a los objetivos específicos del estudio (alimentación, higiene diaria y deportiva, actitud postural, tiempo libre, tabaco, alcohol, valoración de la asignatura E.F., factores socio-afectivos relacionados con la actividad física y el deporte, práctica de actividad física y autoconcepto), que han sido estudiadas a través de algunas dimensiones, según las preguntas formuladas en el cuestionario.

Entre las variables sociodemográficas, consideramos:

- Sexo.
- Edad.
- Tipo de colegio (se le ubica en un determinado nivel socioeconómico).
- Entre las variables del estilo de vida diaria, consideramos:

Bloque 1: Alimentación.

- Número de comidas al día.
- Momento del día en el que ingiere más alimentos.
- Comida durante el recreo.
- Piezas de fruta que come al día.
- Consumo diario de agua.
- Frecuencia con que toma determinados alimentos.
- Consideración de dichos alimentos con respecto a su salubridad.

Bloque 2: Tiempo libre

- Horas de T.V. al día.
- Posesión de un ordenador o de un vídeo juego en casa.
- Horas semanales de juego con el ordenador o vídeo juego.
- Frecuencia con la que asiste a acontecimientos deportivos.
- Frecuencia con la que ve programas deportivos por T.V.

Bloque 3: Tabaco

- Edad a la que probó el tabaco (si procede).
- Consumo de tabaco en la actualidad.
- Número de cigarrillos al día.
- Consumo de tabaco por parte de la madre.
- Consumo de tabaco por parte del padre.

Bloque 4: Alcohol

- Edad con la que probó el alcohol por primera vez (si procede).
- Consumo de bebidas alcohólicas.
- Frecuencia con la que toma bebidas alcohólicas durante los días de semana.
- Frecuencia con la que toma bebidas alcohólicas durante el fin de semana.
- Frecuencia con la que toma una serie de bebidas.
- Edad que tenía cuando se emborrachó por primera vez.
- Número de veces que se ha emborrachado.
- Consumo de alcohol por parte del padre.
- Consumo de alcohol por parte de la madre.

Bloque 5: Actitud postural

- Forma de llevar el material a clase que considera más adecuada.
- Posición de la espalda al estar sentado, acostado o coger un peso.
- Ergonomía escolar.

Bloque 6: Higiene diaria

- Frecuencia en el cepillado de dientes, limpieza manual antes de las comidas, y duchas.
- Las variables relacionadas con la actividad física, la Educación física y el deporte, son las siguientes:

Bloque 7: Higiene deportiva

- Frecuencia con la que cambia su camiseta tras la clase de E.F.
- Frecuencia con la que usa chanclas en los vestuarios.
- Frecuencia con la que usa calzado y ropa deportiva para hacer actividades físicas.
- Frecuencia con la que beben agua después de realizar ejercicio físico.
- Frecuencia con la que calienta antes de iniciar alguna actividad física.
- Frecuencia con la que realiza estiramientos al finalizar la actividad física.
- Frecuencia con la que toman las pulsaciones durante la actividad física.

Bloque 8: Valoración de la asignatura de Educación Física

- Consideración sobre las clases de E.F.
- Consideración sobre las horas semanales que deben tener las clases de E.F.
- Importancia de la E.F. como asignatura.
- Opinión sobre los objetivos de sus clases de E.F.
- Opinión sobre cómo les gustaría que fuesen realmente las clases.

Bloque 9: Práctica de actividad físico-deportiva

- Realización de alguna actividad física o deportiva fuera del horario escolar.
- Motivos para realizar dicha actividad o no hacerlo.
- Tipo de deportes practicados y su frecuencia.
- Frecuencia con la que participa en las actividades deportivas del centro.
- Frecuencia con la que participa en las actividades deportivas de la ciudad.
- Forma de desplazarse al centro escolar.

Bloque 10: Factores cognitivos y socio-afectivos en relación con la actividad física y el deporte.

- Tipo de actividad física que consideran mejor para la salud.
- Pertenencia a club o a sociedad deportiva.
- Utilización y disposición de instalaciones deportivas.
- Planes de realizar futuras actividades deportivas.
- Práctica física de los padres.
- Interés en que sus padres realicen dicha actividad.

Bloque 11: Autoconcepto

- Autoevaluación de la alimentación.
- Autoevaluación de la condición física.
- Autoevaluación de la salud.

d) Elaboración del cuestionario

Para la elaboración del cuestionario hemos utilizado el diseño de encuesta, adaptado de Solas (1988) mencionado por Tercedor y col. (1996), realizando nuestros propios ítems, en función de los objetivos específicos planteados e incluyendo algunas preguntas adaptadas de otros cuestionarios con fines similares (Mendoza y col. 1994; García Ferrando, 1993; Sánchez Bañuelos, 1996). Creemos más conveniente esta técnica de obtención de datos, ya que, entre otras cosas, lo que pretendemos conocer son actitudes, motivos y comportamientos de los escolares, aspectos difícilmente accesibles a través de observaciones de los alumnos.

El cuestionario es anónimo, compuesto por preguntas cerradas que, además de conseguir poca influencia del encuestador, nos facilita el manejo de datos.

Recogemos en el mismo, según propuesta de López y col. (1994), datos sociodemográficos del encuestado, datos de sus

familiares, razones, actitudes y opiniones ante determinados hechos, nivel de conocimiento sobre determinados campos, e intenciones futuras. De esta manera, y utilizando la evaluación como un medio y no como un fin, hacemos una valoración positivista de algunos aspectos relacionados con la salud, por medio de una investigación cuantitativa, lo que supondrá la verificación o no de una hipótesis, por medio de la estadística descriptiva e inferencial.

Las fases para la elaboración del cuestionario han sido:

- Determinación de los objetivos del mismo.
- Realización del diseño, primero clarificando las variables por bloques y objetivos específicos, y segundo estableciendo un número de preguntas por cada objetivo específico.
- Elaboración de las preguntas, con un lenguaje claro y sin tecnicismos, breves, sencillas, precisas, evitando las negaciones, indiscreciones, sesgos y ambigüedades. Hemos confeccionado un cuestionario con preguntas cerradas, dicotómicas y categóricas (de opción múltiple, de respuesta múltiple y de escala Likert). Además, hemos introducido algunas preguntas filtro y cuestiones socio-demográficas.
- En la formulación de las opciones de respuesta, éstas son exhaustivas y excluyentes, están ordenadas, y evitan reiteraciones.
- Disposición de las preguntas en el cuadernillo, utilizando los siguientes criterios:

* *Encabezamiento y presentación (explicando brevemente quien organiza, objetivo del estudio, por qué ha sido elegido, confidencialidad, anonimato,...).*

* *Bloque de preguntas, estructuradas por bloques que serán introducidas verbalmente por el encuestador, y con una duración máxima de 45 minutos. En el caso de Primaria cada pregunta es leída textualmente, para seguir un ritmo homogéneo con todo el grupo y sea más sencillo la resolución de las dudas.*

* *Despedida y agradecimiento, de forma escueta, por su colaboración.*

e) Selección de la muestra

Son dos las poblaciones objeto de estudio: la primera está compuesta por el alumnado que cursa el último año de Primaria (6º), y la segunda está compuesta por el alumnado que cursa el último año de Secundaria (4º de ESO), en los diferentes centros públicos, privados y concertados pertenecientes a Almería capital.

Por tanto, el estudio se ha centrado en escolares de 11-12 y 15-16 años, por ser la fase de la vida donde los hábitos relacionados con la salud comienzan a afianzarse en la vida del joven, además de suponer el último curso de ambos niveles educativos, suponiendo

la segunda de ellas la finalización de los estudios obligatorios.

La muestra ha sido escogida al azar entre el total de la población escolarizada objeto de estudio, conociendo, gracias a los datos facilitados por la Delegación Provincial de Educación y Ciencia, el número de grupos y de alumnos matriculados en cada centro docente.

A cada centro le hemos asignado unos números, en función del total de grupos pertenecientes al nivel que pretendemos investigar, y el estrato correspondiente. Así, para determinar el tamaño de la muestra hemos utilizado la fórmula propuesta por Scheaffer (1987), utilizando la técnica de muestreo aleatorio simple no agrupado en cada uno de los estratos, según el tipo de centro docente, para que se vean reflejados realmente la proporción de estudiantes en cada uno de los estratos.

De esta manera, respetamos dichas proporciones de alumnos escolarizados en cada uno de los 6 estratos estudiados (3 para cada nivel educativo), que se podrían aproximar al nivel socio-económico y cultural alto, medio y bajo. Así, de forma subjetiva, la clase social alta podría estar representada por los colegios concertados en 1ª y BUP privado en 2ª; la clase social media estaría representada por los colegios e institutos públicos; y la clase social baja se identificaría con los colegios de atención preferente y ESO.

Los factores a tener en cuenta han sido los siguientes (ver tablas 1 y 2):

- Frecuencia esperada: 50%.
- Diferencia mínima aceptada: 5%.
- Nivel de confianza: 95%.

En las dos poblaciones escogimos tamaños muestrales superiores, para mantener la representatividad de las muestras ante la posibilidad de que se excluyan posteriormente sujetos cuyo estado de salud les impida realizar las pruebas de condición física, o en los que se detecte falta de rigor en las respuestas obtenidas (mortalidad experimental).

Tipo de colegio	Población (N)	Muestra representativa	Grupos seleccionados	Muestra definitiva	Porcentaje del total
Público	1235	183	7	146	18,8%
Atención preferente	288	43	4	84	10,8%
Concertado	688	102	4	140	18,1%
Total	2211	328	15	370	47,7%

Tabla 1: Muestra estratificada

Tipo de Centro	Población (N)	Muestra representativa	Grupos seleccionados	Muestra definitiva	Porcentaje del total
BUP	1478	186	6	224	28,9%
ESO	776	98	4	104	13,4%
Privado	427	54	2	77	9,9%
Total	2681	338	12	405	52,2%

Tabla 2: Muestra estratificada

f) Estudio Piloto. Validación del Cuestionario

Para la validación de los cuestionarios se han realizado dos estudios piloto dobles, con las respuestas a un primer y segundo cuestionario readaptado, por medio de un grupo control en cada uno de los niveles educativos mencionados. Así, verificamos la claridad de las preguntas y su interpretación, así como la validez y fiabilidad de los cuestionarios.

Se pasaron 2 cuestionarios diferentes, siendo el de Primaria realizado con un lenguaje más sencillo y accesible – para facilitar su comprensión-, pero con los mismos objetivos, aunque algunos ítems tenían una estructura algo distinta.

Después del análisis de este primer estudio piloto, y la consiguiente readaptación de los cuestionarios, comprobamos que no podíamos correlacionar todas las preguntas de ambos cuestionarios en el test-retest, ya que no eran exactamente iguales.

Posteriormente, se realizó un Seminario de formación de colaboradores investigadores. Una vez finalizado dicho Seminario creímos oportuno la remodificación de varios ítems de los cuestionarios anteriores, debido a que no era posible comparar los hábitos entre ambos niveles educativos si lo que se preguntaba no era exactamente lo mismo, pudiendo dar lugar a diferentes interpretaciones. Así, decidimos diseñar un mismo cuestionario para los dos cursos en un segundo estudio piloto.

Para el ajuste de los ítems, hemos tenido en cuenta el análisis de los datos del primer estudio piloto, basándonos en:

- Adecuación de las categorías de las respuestas, en cada una de las variables, a los objetivos propuestos.
- Facilidad, comprensión y tiempo de aplicación (contextualizar los ítems a nivel de comprensión lingüística de los alumnos).
- Coherencia entre el orden de preguntas y variables.
- Grado de interés y aceptación entre el alumnado.
- Sesgos que pudiesen ocurrir como consecuencia de la presencia del profesor o de los aspectos comunicativos.

Este segundo estudio piloto se llevó a cabo por el método test-retest, con una semana de diferencia, en dos grupos que no habían salido entre los escogidos aleatoriamente en el programa Stats.

En su análisis, se correlacionaron los resultados del test-retest por variables, corroborando en todas ellas una correlación mayor a 0,7. Además, al final del cuestionario se les solicitaba a los alumnos una valoración del mismo, así como la claridad y comprensión de las preguntas, siendo los resultados estadísticos realmente satisfactorios.

La principal saívedad en la aplicación de los cuestionarios en ambos niveles educativos, radicó en el tiempo de ejecución del mismo, ya que oscilaba entre

los 30 y 40 minutos en Secundaria, y los 45-50 minutos en Primaria. En los pequeños se iba leyendo cada una de las preguntas y todos tenían que contestar simultáneamente, resolviendo las dudas de forma individual y colectiva, mientras que los adolescentes contestaban el cuestionario autoadministrado con un poco más de libertad y autonomía, corrigiéndoles de forma más puntual. En ambos casos los encuestadores tenían un manual de instrucciones utilizado de forma similar en ambos niveles educativos.

Estos mismos criterios se mantuvieron en la toma de datos del estudio principal.

g) Estudio Principal. Trabajo de Campo

Después de la selección de los colegios, y tras la autorización del director de cada centro, un grupo de 10 encuestadores formados en el Seminario y con varias experiencias piloto, se encargaron de administrar los cuestionarios a los escolares elegidos.

La administración del cuestionario, a primera hora de clase de la mañana, se llevó a cabo dentro del aula y estuvo precedida de una breve explicación, siguiendo un manual de instrucciones normalizado elaborado específicamente para este estudio, según las pautas ESOMAR sobre la entrevista a niños, de tal modo que en todos los centros se diesen las mismas condiciones.

Se les pidió a los encuestadores que llevaran una indumentaria discreta (en nuestro caso, que no llevarán traje -por ser demasiado formal y no favorecer un clima relajado y natural en la clase-, ni tampoco chandal -porque puede producir un sesgo, condicionando sus respuestas, si los alumnos perciben nuestra relación con la E.F.-), así como que utilizaran modales correctos, volumen medio de voz, que miraran a los alumnos cuando se les hablase, y que emplearan una sonrisa amable -no forzada-, sirviendo de estímulo para provocar un clima agradable, debiendo mantener una actitud neutral en todo momento, evitando comentarios sobre las respuestas, sin dirigir las respuestas hacia nuestros intereses.

Por último se les instó para que intentaran que nadie se dejase preguntas en blanco, por lo que se les permitió a los encuestados unos minutos al final para repasar el cuestionario.

Tras cumplimentar los cuestionarios, los encuestadores abandonaron el aula, agradeciendo la colaboración prestada.

CONCLUSIONES GENERALES

“Lo peor de estudiar y aprender es que te das cuenta cuánto ignoras” (Sánchez Bañuelos, 1996)

Hábitos de higiene y salud

- Existe una evidente laguna de formación dietética de nuestros escolares. No es suficiente fomentar el conocimiento en los programas de EpS, sino que es necesario diseñar estrategias para que se produzcan realmente cambios en las conductas alimentarias.
- Los programas de EpS tienen que estar íntimamente relacionados con el contexto del Centro escolar, haciéndose urgente su puesta en marcha en los centros más marginales.
- Debemos favorecer una actitud reflexiva de nuestros alumnos ante los efectos de la publicidad, educándolos hacia un consumo racional y crítico, al mismo tiempo que tenemos que recuperar y potenciar el consumo de alimentos de preparación casera.
- Alimentación, ejercicio y drogas, como factores de riesgo de contraer enfermedades hipocinéticas (cardiovasculares, metabólicas, etc.) se deben prevenir desde la escuela, ya que los malos hábitos adquiridos en la infancia se pueden convertir en definitivos para su edad adulta, siendo el niño poco consciente de las consecuencias desastrosas de los mismos a corto y medio plazo.
- Los chicos tienen una alimentación menos saludable y peor higiene deportiva en el paso de un nivel educativo al otro.
- Aunque los chicos se inician antes en los hábitos de fumar y beber alcohol, en Secundaria no existen diferencias en su consumo en función del género.
- Las chicas adolescentes tienen unas costumbres más saludables, en cuanto a la alimentación e higiene, que los chicos de su misma edad.
- Hay una clara involución con la edad de los siguientes hábitos: tabaco, alcohol, actitud postural, práctica de actividad física e higiene deportiva. Del mismo modo, se hace evidente que los buenos hábitos conducen a otros hábitos saludables y viceversa.
- La higiene diaria es el único hábito de vida, de los valorados en nuestro estudio, que evoluciona favorablemente con la edad, o sea que los adolescentes son más limpios.
- Disminuye la visualización de televisión y vídeo con la edad, siendo mayor dicho consumo en los varones que en las chicas de ambos niveles educativos.
- Los hábitos de los alumnos de Primaria están estrechamente relacionados con las costumbres paternas, espe-

cialmente de la madre. Sin embargo, en Secundaria no se aprecia tal influencia.

- Es necesario plasmar la situación real de nuestra juventud en cuanto a la realidad deportiva y de sus hábitos de salud, para que las administraciones competentes (Cultura, Educación, Juventud, Deportes, Asuntos Sociales, etc.) adopten las medidas oportunas para la prevención de determinadas problemáticas sociales y para el desarrollo de la salud de la comunidad.

Hábitos físico-deportivos

- Las principales motivaciones, en general, para practicar actividad física en los escolares son: porque les gusta, se divierten y es bueno para su salud. Del mismo modo, los principales argumentos para no practicar son: la falta de tiempo y pereza o desgana. Teniendo en cuenta el sexo, además de lo anterior, los chicos se decantan más por otros motivos como el competir o estar con los amigos, mientras las chicas están más motivadas por aspectos estéticos, como mantener la línea.
- Los varones practican mucha más actividad física que las féminas tanto en Primaria como en Secundaria.
- Todavía permanecen presentes los estereotipos sociales para la práctica deportiva, con inclinación hacia deportes típicamente masculinos en los chicos y femeninos en las chicas. El profesor debe favorecer la ruptura de dichos condicionantes, fomentando las motivaciones intrínsecas (mejorar la habilidad o la salud, divertirse, etc.) más que las extrínsecas (complacer a los padres, mantener la línea, etc.), ya que las primeras inducen en mayor grado a la práctica extraescolar.
- Las prácticas que más les gustan a los chicos son ... y a las chicas ..
- La población más activa es la de los chicos de primaria de colegios concertados, mientras la más sedentaria está formada por las chicas de centros de ESO.
- La mayoría del alumnado no participa en las actividades extraescolares ofertadas por los Centros, fundamentalmente las chicas.

Valoración de la asignatura de Educación Física (E.F.)

- Los adolescentes valoran peor esta asignatura que los escolares de Primaria, independientemente del sexo.
- La autoestima percibida en clase de E.F. está estrechamente relacionada con la práctica deportiva del joven, por lo que el profesor de E.F. debía ser consciente de ello, teniendo en cuenta los intereses y motivaciones de su alumnado.
- El agrado y afecto que tiene el alumno hacia la clase de E.F. está estrechamente relacionado con la práctica extraescolar.
- Debemos educar a nuestros alumnos para que adopten un estilo de vida activo, incidiendo en sus comportamientos, intentando transformar los conocimientos en competencias. Así, la E.F. debe asumir un rol de motivación y

promoción de la actividad física voluntaria en el tiempo libre, que en muchos casos ocurre lo contrario, es decir, que perjudica la adopción de dichos hábitos.

- Los alumnos perciben, en primer lugar, el objetivo de fortalecer el cuerpo en las clases de E.F., al mismo tiempo que es el más deseado en sus intereses, por lo que el desarrollo de la condición física estaría justificado en ambos niveles educativos.
- Todos los escolares perciben que se divierten poco en clase (objetivo menos indicado), por lo que si pretendemos conseguir hábitos activos de vida, las clases deberían contener más contenidos lúdicos.

Autoconcepto

- La práctica de actividad física conduce a una mejor percepción del estado de salud.
- La chica adolescente tiene una peor percepción de su estado de salud, coincidiendo con ser más fumadora y sedentaria.
- La autopercepción de la condición física y de la salud están relacionadas positivamente con la práctica de actividades físico-deportivas.

NOTAS A PIE

1. Cuando hablamos de alumno, niño, encuestador ... nos referimos a la persona independientemente de su sexo, para facilitar la lectura

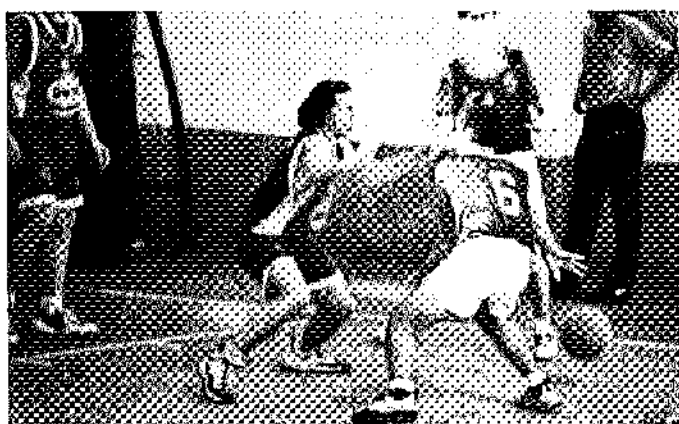
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- García Ferrando, M (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. M^o Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
- García Ferrando, M (1996). La encuesta. En: García Ferrando, M; Ibáñez y Alvira, F. *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación*. Madrid. Alianza Universidad Textos.
- Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Deportes-Técnicas. Ed. M. Roca.
- Kelder, S.H. et al. (1994). Longitudinal tracking of adolescent smoking, physical activity, and food choice behaviors. *American Journal of Public Health*; 84:1121-1126.
- Manzano, V.G., Rojas, A.J. y Fernández, J.S. (1996). *Manual para encuestadores*. Barcelona. Ariel Practicum.
- Mateo, J. (1993). *¿Medir la forma física para evaluar la salud?*. Apunts;31: 70-75.
- Mendoza, R., Ságrera, M.R. y Batista, J.M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid. C.S.I.C.
- Pieron, M., Telama, R., Almond, L y Carreiro da Costa, F. (1997). Lifestyle of young europeans: comparative study. En: Walkuski, J., Wright, S. y Kwang, T. *World conference on teaching, coaching and fitness need in physical education and the sport sciences*. Proceedings AIESEP. Singapore: 403-415.
- Rodríguez, M. (1995). *Psicología Social de la Salud*. Madrid. Síntesis Pedagógica.
- Sánchez Bañuelos F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid. Biblioteca Nueva.
- Scheaffer, R.; Mendenhall, W; Ott, L. (1987). *Elementos de muestreo*. México. Ed. Iberoamericana.
- Tercedor, P. Avila, F. de la Torre, M.A. y Montiel, R. (1996). Utilización de cuestionarios de actividad física en promoción de la salud. *Revista española de E.F. y deportes*; 3 (3): 31-36.

EL BALONCESTO EN LOS ÁMBITOS DOCENTES DE EE.UU. Y ESPAÑA

DR. FRANCISCO CALATAYUD
MIQUEL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
EL DEPORTE. DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA. UNIVERSIDAD DE VALENCIA



I INTRODUCCIÓN

Los deportistas universitarios españoles que practican alguna modalidad competitiva, han recibido su preparación deportiva en centros docentes donde cursaron sus estudios anteriores, o en clubes deportivos de diferente titularidad, pero todos ellos, cuando alcanzan la categoría "junior", que en la actualidad coincide con los cursos académicos de tercero de BUP y COU, deben continuar su trayectoria deportiva participando en las ligas organizadas por las federaciones, ya que para estas edades, no está prevista la continuidad competitiva dentro del organigrama escolar, debiendo integrarse en clubes deportivos, ya sea dentro o fuera de los propios centros escolares donde realizan sus estudios.

Esta situación obliga al estudiante de tercero de BUP, en pleno proceso de formación humana y deportiva, a tomar una importante decisión. Podrá fichar por un club que participe en la competición federada, si reúne los requisitos que los clubes demandan en la selección cualitativa por la búsqueda inmediata de resultados, o seguramente se verá abocado al abandono de la práctica deportiva, tan frecuente en nuestro país en esta edad, al no reunir los requisitos exigidos por la nueva estructura.

La dedicación al deporte de los estudiantes en estas edades (17-18 años), provoca además de este temprano y obligado cambio en la organización deportiva, un factor añadido de discriminación con relación a quienes no practican deporte competitivo y reglado. El estudiante que entrena dos horas diarias, resta el tiempo y las energías, que sus compañeros pueden dedicar a estudiar y mejorar su posicionamiento académico, ante el obligado examen de selectividad previo al ingreso en la universidad.

Éstas y otras circunstancias, son algunas de las carencias que plantea nuestro sistema deportivo español, y que como veremos a continuación, al menos en apariencia, soluciona el sistema competitivo escolar en EE. UU. de América.

MODELO DE ESTRUCTURA DEPORTIVA DE EE. UU.

El primer detalle que nos llama la atención al observar el modelo organizativo del deporte en Estados Unidos de América es, que todo el deporte en las etapas de iniciación, desde los 6-7 años hasta los 18, está integrado en el seno del ámbito escolar, de forma mayoritaria, girando alrededor de las instituciones escolares públicas y privadas, si bien existen otras posibilidades de carácter minoritario, que comentaremos a continuación (ver fig. 1).

ORGANIZACIÓN DEPORTIVA EN EE. UU.

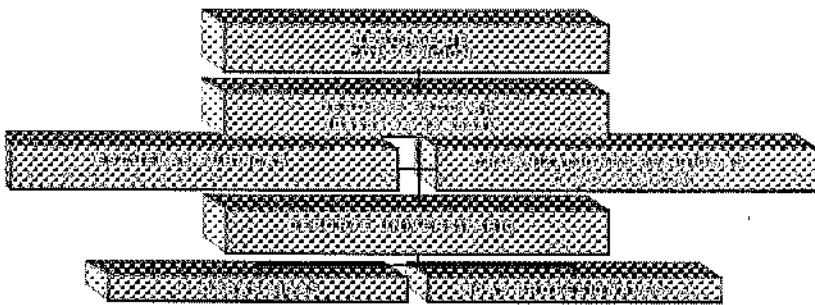


Fig. 1: Estructura deportiva en U.S.A. (Calatayud, 1998).

ESTRUCTURA DEL BALONCESTO EN LAS EDADES ESCOLARES EN ESPAÑA

(Ver fig. 2).

EL DEPORTE EN LA ESCUELA AMERICANA

La escuela americana está directamente ligada a la comunidad educativa, participando en su preparación, organización y desarrollo, todos los grupos que la conforman (padres, profesores, alumnos e instituciones).

Esta situación propicia la integración natural de los estudiantes en un ámbito que les es propio, fomentando su inclinación hacia la práctica deportiva, en las que destacan fundamentalmente los deportes de equipo de: football, baloncesto y béisbol. Es decir, en EE.UU los campeonatos escolares sustituyen a las federaciones durante todo el tramo que engloba las edades previas a la etapa universitaria.

Existen centros escolares públicos y privados, siendo los privados en su casi totalidad de titularidad religiosa, entre los que cabe destacar las organizaciones católicas Y.M.C.A (Young Men's Christian Association) y la C.Y.O. (Christian Youth Organization), en cuyo seno tuvo lugar el nacimiento del Baloncesto,

que disponen de competiciones propias e independientes que se extienden todo el país, abarcando todo tipo de deportes en las edades escolares, y que disponen de sedes en las parroquias e incluso en los mismos centros escolares.

Además de las mencionadas instituciones, dedicadas a la formación de los deportistas en edad escolar, existen clubes privados que organizan sus propias competiciones, a niveles de ciudad región o estado, que se orientan a la formación de los hijos de sus miembros (policías, bomberos, etc.).

Existe también otro tipo de competiciones no oficiales, realizadas espontáneamente por cuenta de los propios participantes, que se juegan en los "free parks" o parques libres, que disponen al aire libre de instalaciones provistas de material apropiado para la práctica de algunas modalidades deportivas, entre las que cabe destacar el baloncesto que se practica bajo la modalidad de "play ground". Este es un juego de tres contra tres, desarrollado en medio campo, donde los árbitros son los propios jugadores, y como características más reseñables destacaremos que las faltas las indican quienes las cometen y saca de fondo tras canasta convertida el equipo que encesta. El equipo que vence, sigue jugando, mientras que el perdedor debe aguardar turno para una nueva opción de juego, entre los equipos que esperan participar.

Esta modalidad de competición en baloncesto, ha dado incluso jugadores a la NBA, aunque

ESTRUCTURA DEL BALONCESTO EN LAS EDADES ESCOLARES EN ESPAÑA

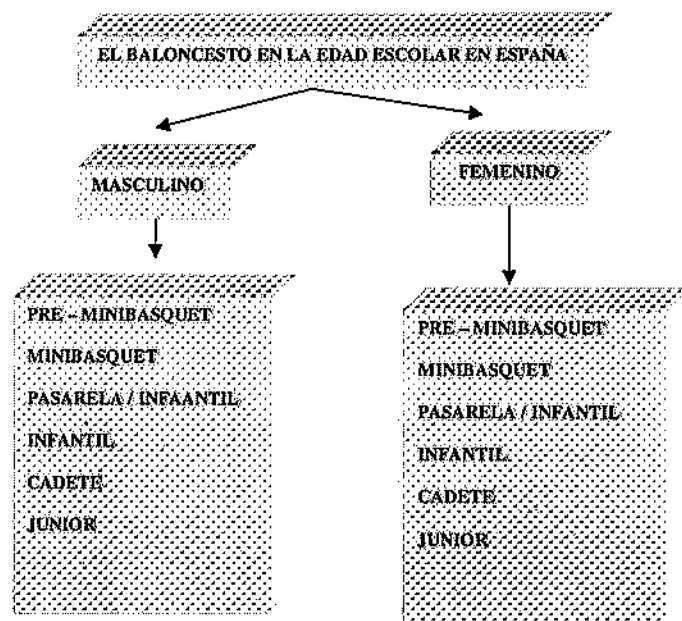


Fig. 2. Estructura del baloncesto escolar

no es el procedimiento habitual, y con predominancia de los jugadores de color de las grandes ciudades como Nueva York. También el football y el basquetball encuentran eco en los partidos de parque, sobre todo durante los meses de buen tiempo.

ETAPAS Y ORGANIZACIÓN EN LAS CATEGORÍAS ESCOLARES DE FORMACIÓN

La escuela ostenta la responsabilidad absoluta de los escolares desde las ocho de la mañana a las seis de la tarde, cuando finalizan los entrenamientos deportivos

Todos los alumnos reciben clase de educación física y deportes en horario matutino, compaginado con el resto de materias, mientras que por la tarde, tienen lugar los entrenamientos encaminados a la formación y competición entre las tres y las cinco de la tarde de lunes a jueves, celebrándose los partidos el viernes por la tarde.

Las competiciones se organizan por grupos de edades, que a su vez se subdividen en categorías por niveles, en función de resultados obtenidos durante el año anterior. La escuela supe la presencia de las federaciones, ya que abarca desde los 6 seis años hasta los dieciocho. Esta continuidad favorece la trayectoria del deportista, al no obligarle a abandonar el ámbito escolar y buscar continuidad su trayectoria en los clubes que participan en competiciones de ámbito federativo, como sucede en España.

Las categorías de competición se denominan Freshman (13-14 años, Junior Varsity (15-16) y Varsity (17-18), que equivalen a las categorías españolas de Infantil, Cadete y Junior. (Ver fig. 3).

SISTEMA DE COMPETICIÓN

Las competiciones tienen en cuenta el período escolar, y están reguladas por un organismo oficial, de modo que comienzan en el mes de octubre y finalizan en el mes de abril.

Los entrenamientos tienen lugar de forma libre en cada centro por las tardes, como ya se ha indicado, observándose una gran participación de los escolares tanto en los campeonatos internos, como en los externos.

En las categorías de seis a nueve años, las competiciones se desarrollan en el ámbito local, mientras que a partir de los diez hasta los dieciocho años, tras los torneos locales, los ganadores juegan una eliminatoria regional, para finalizar en la estatal.

Las ligas de las escuelas públicas y las privadas de titularidad religiosa (YMCA y

CARACTERÍSTICAS DE LA COMPETICIÓN ESCOLAR (U.S.A.)

EDADES	COMPETICIÓN	ENT. POR SEMANA	DURACIÓN	PERÍODO COMPETITIVO	NÚMERO DE PARTIDOS OFICIALES
6 - 9	INTERNA Y LOCAL	4	1 - 2 HORAS	4 MESES	MÁXIMO 25
10 - 11	LOCAL	4	1 - 2 HORAS	4 MESES	MÁXIMO 25
12 - 18	LOCAL REGIONAL ESTATAL	4	1 - 2 HORAS	4 MESES	MÁXIMO 25

Fig.3. Características de la competición en U.S.A.

CYO), tienen un desarrollo paralelo, jugando la final el equipo ganador estatal de cada grupo.

Conviene destacar, que pese al aparente deseo de victoria y espíritu competitivo de estas ligas, el objetivo fundamental que persiguen los entrenadores, es la formación humana y deportiva de los participantes (Wooten,1992). Esta situación refuerza al joven deportista y le anima a seguir entrenando para mejorar, animado por el reconocimiento social de su entorno, y el estímulo que supone la consecución, tras finalizar sus estudios en la escuela superior, de una beca de estudio que le permitirá acceder gratuitamente a una universidad de prestigio, donde continuar su trayectoria deportiva y académica. (Ver fig. 6).

LA FORMACIÓN DE LOS ENTRENADORES ESCOLARES

Para obtener el carnet de entrenador deportivo en EE. UU., es necesario poseer un título universitario de cualquier especialidad, con validez para el estado donde se enseña, siendo posible entonces solicitar la teaching-license (licencia para entrenar). Este requisito es suficiente para desarrollar las la-

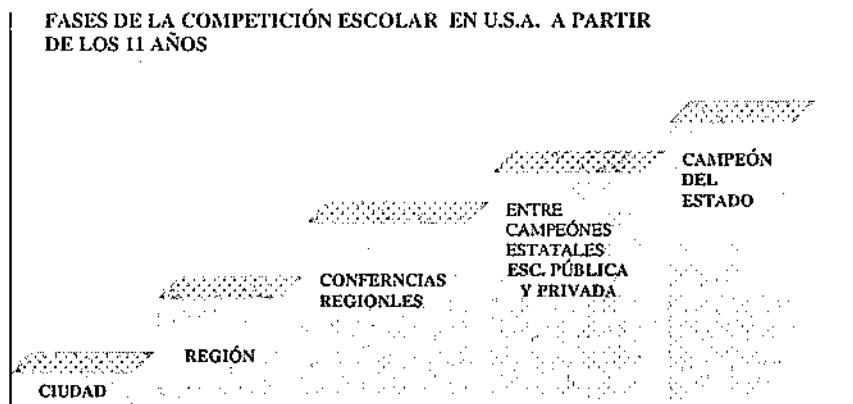


Fig.4.: Sistema de competición en U.S.A. (Calatayud, 1998).

bores de entrenador en la escuela o en la universidad, siempre y cuando, el entrenador forme parte del cuadro de profesores del centro, y esté a cargo de alguna materia del plan de estudios, además de la tarea de entrenador.

El entrenador deportivo, dentro del grupo de profesores de la escuela o universidad, es una persona que goza de respeto e influencia, al que se le exige además profesionalidad en las tareas de dirección y enseñanza en los entrenamientos, la obligación de contribuir a la formación moral y plasmar la personalidad de los jóvenes que tiene a su cargo.

En las ligas profesionales, para ocupar el puesto de entrenador, se exige como único requisito, el contrato del propietario del equipo para quien se trabaja, sin necesidad de estar en posesión de carnet o licencia otorgada por organismo alguno.

LA LLEGADA A LA UNIVERSIDAD

Tras finalizar los estudios en el instituto (Higt School), a partir de los dieciocho años, los estudiantes más destacados han sido objeto de seguimiento y estudio por parte de los responsables de los departamentos de deportes de las universidades, que tienen equipos representativos en las diferentes modalidades.

Los informes técnicos mencionados, acompañados del realizado por el responsable del departamento de deportes del instituto, y el expediente académico, son las llaves que abren las puertas de entrada a la universidad, para aquellos estudiantes que además de cumplir con sus obligaciones escolares, han dedicado su tiempo y entusiasmo a la práctica deportiva (Fig. nº5).

campus, billetes para regresar de vacaciones a casa, y algún dinero de bolsillo, ya que generalmente y a consecuencia de esta selección, las universidades se encuentran lejos de los lugares de residencia.

El entrenamiento que reciben los jugadores en la etapa universitaria, no dedica demasiado tiempo a la preparación de los fundamentos técnicos, ya que en esta etapa los resultados del equipo juegan un papel preponderante, y se entiende que la formación individual ya se ha realizado convenientemente en las etapas escolares anteriores. El jugador trabaja menos la mejora personal, concentrándose en la mejora de los aspectos colectivos.

La competición universitaria o National Colleges Athletic Association (N.C.A.A), está organizada de modo que interfiera lo más mínimo en el desarrollo académico, jugándose no más de treinta partidos oficiales por temporada, durante los meses de noviembre a abril.

El periodo máximo de participación en la competición universitaria de Baloncesto (N.C.A.A.) es de cuatro años, debiendo abandonar esta competición, aunque por motivos académicos se prolongue su estancia en la universidad por más tiempo.

El desarrollo de la competición de Baloncesto en la liga universitaria se establece grupos denominados conferencias, que agrupa a las universidades por zonas geográficas, produciéndose un sistema de eliminatorias, que juegan los cuatro equipos finalistas en la denominada "Final Four", de entre los cuales saldrá el campeón del país. Esta gran final disputada entre los cuatro mejores equipos representativos de las universidades americanas, levanta grandes pasiones entre sus muchos seguidores, que ocasiona un gran impacto en los medios de comunicación social, que les reporta pingües beneficios a los centros participantes, con ocasión de las retransmisiones televisivas y radiofónicas.

También existe una liga de consolación denominada N.I.T. (National Invitation Tournament), para aquellos equipos que quedaron eliminados en las rondas anteriores.

No obstante esta aparente limpieza, y aunque está prohibido el abono de cantidades compensatorias por los servicios prestados a los jugadores que participan, es justo señalar, que son conocidas las sanciones infringidas a algunas universidades, por llevar a cabo este tipo de prácticas no autorizadas.

CONCLUSIONES

A la vista del modelo presentado, y en comparación directa con el organigrama utilizado en España, que entendemos ya conocido, destacaremos algunas conclusiones más directamente relacionadas con la formación y continuidad deportiva durante la etapa universitaria:

En EE. UU, el sistema escolar es el ámbito natural de la formación deportiva de los jóvenes, sobre el que se sustentan las competiciones hasta que finaliza esta etapa a los dieciocho años.

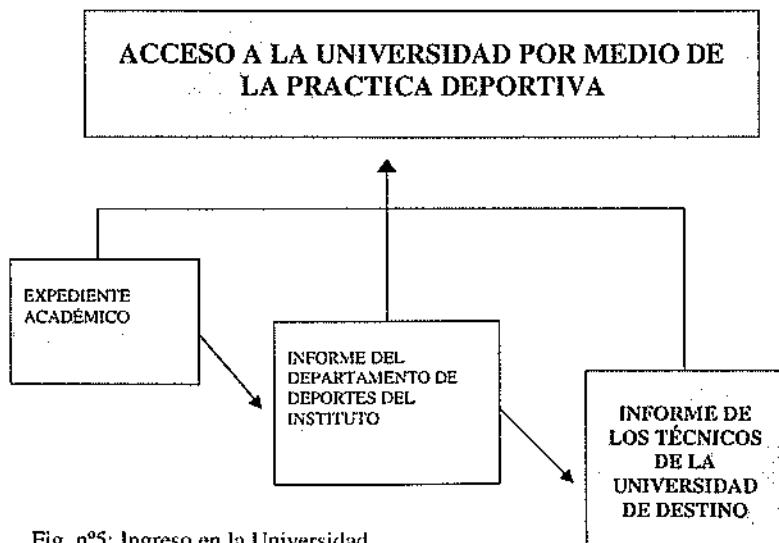


Fig. nº5: Ingreso en la Universidad

Aquellos que resultan elegidos, disponen de bolsas de estudio o becas, que incluyen la cobertura de los gastos ocasionados por la matrícula, libros, estancia en la residencia del

Los deportistas en fase de formación reciben durante todo el período escolar, el apoyo y reconocimiento de la comunidad educativa, donde se observa un alto grado de participación activa de todos los miembros que la componen (alumnos, padres, entrenadores, profesores e instituciones).

El sistema de participación continuada en la competición escolar (de 6 a 18 años) evita, al menos teóricamente, el problema que la estructura competitiva española ocasiona al joven deportista, que sin finalizar el período de enseñanza obligatoria, se ve obligado a integrarse en la estructura del deporte federado, cuando todavía se encuentra en edad escolar, con todos los inconvenientes que ello comporta.

Al contrario de lo que sucede en España, que con demasiada frecuencia, entrenadores y clubes anteponen el resultado inmediato a la formación, el deportista americano rentabiliza el esfuerzo realizado durante los años de entrenamiento precedentes a la universidad, mediante la obtención de bolsas de estudios o becas habilitadas a tal efecto, que facilitan la posibilidad de estudiar en la universidad a aquellos jóvenes, que estando en posesión de una buena preparación deportiva, no disponen de los recursos suficientes, o ponen a su alcance, la opción de ingresar en una universidad de mayor prestigio.

La preparación pedagógica de los entrenadores españoles encargados de las categorías de formación en las etapas escolares, también dista bastante del procedimiento utilizado en el modelo presentado. En nuestro país, la concesión de títulos de entrenador exigidos para desempeñar las funciones propias en las categorías de formación escolar, es responsabilidad de las escuelas de entrenadores de las federaciones, incluso en muchas ocasiones, esta tarea es asumida por entrenadores voluntarios, que con más deseo que preparación, desarrollan esta labor tan importante y delicada.

La preparación deportiva que la universidad Americana proporciona a los estudiantes en este país, posibilita que una vez finalizados los estudios universitarios, aquellos estudiantes que por diversas circunstancias deseen continuar su trayectoria deportiva, puedan incorporarse a las ligas profesionales, como tantos casos que conocemos, que además de ser excelentes deportistas, disponen de una titulación universitaria.

Y por último señalar, que a pesar de los numerosos aspectos positivos encontrados, el modelo presentado no está exento de situaciones y planteamientos, que en ocasiones, se alejen de los postulados y criterios deseados.

BIBLIOGRAFÍA

- Bosch, G. & Poulain, T. (1996). *Baloncesto. De la escuela a las asociaciones deportivas*. Agonos. Lérida.
- Calatayud, F. (1995) *Apuntes aplicación específica de baloncesto* – Li. Inéditos.
- Crèvecoeur, G. ; Lechien, M.; Redouté, P. (1989) *Basket-ball*. Tome I: Mieux S'entraîner. Amphora S.a. París..
- Mondoni, M. (1987). *Il Basket Nella Scuola Americana*. Società Stampa Sportiva. Roma.

Peterson, D. (1987). *Viaggio Nel Mondo Dell'allenatore*. E.D.B. Libri. Milano.

Ramsay, J; Cunningham, B; Riley, P. y Otros. (1986). *The N.B.A. Coaches Handbook*. Prentice-hall, Inc. Englewood. U.s.a.

Varios Autores (1997) *Análisis de la práctica deportiva*. Promolibro.

Wooden, J. (1985). *Il Basket Di J. Wooden*. Zanichelli. Milano.

Wootten, M. (1992). *Coaching basketball successfully*. Leisure Press. Illinois.

ANÁLISIS DOCUMENTAL DE LOS ARTÍCULOS PUBLICADOS EN LA REVISTA HABILIDAD MOTRIZ DESDE SU INICIO HASTA LA ACTUALIDAD. ¿QUÉ SE PUBLICA EN ANDALUCÍA?

DELGADO NOGUERA, MIGUEL A.

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. UNIVERSIDAD DE GRANADA

FRANCISCO PANADERO BAUTISTA

LIC. EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. UNIVERSIDAD DE GRANADA

I INTRODUCCION

La revista de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte "Habilidad Motriz" (HM) ya ha cumplido su mayoría de edad. Con este número se han publicado un centenar de artículos, ha cumplido ya siete años de vida y ha sacado catorce números.

Puede ser un momento para la reflexión y el análisis. La revista ha seguido una línea de publicación en la que cabe todas las investigaciones, estudios, experiencias, reflexiones, ensayos teóricos acerca de la actividad profesional de los profesores y licenciados en educación Física, en la actualidad licenciados en ciencias de la actividad Física y el deporte.

"Nadie puede extrañarse por encontrar aquí opiniones distintas de las propias respecto a la ciencia, porque intentamos recoger las ideas de todos sin asumirlas (...)" Esto decía en 1665 Denis de Sallo, primer editor de la primera revista científica. Podríamos decir que la revista Habilidad Motriz, desde sus inicios ha querido seguir esta política editorial, aquí cabe muchas opiniones, reflexiones, estudios, experiencias e investigaciones dentro de los diferentes ámbitos profesionales de la actividad física y el deporte.

Una primera reflexión puede ser: ¿Qué se publica? ¿Cuáles son las temáticas más publicadas? ¿Con qué ámbitos profesionales están relacionadas? ¿Qué tipo de publicaciones son?

Estas son algunas de las preguntas a las que en este trabajo vamos a intentar dar respuesta, precisamente con el artículo número cien:

- ¿Qué se publica? Nos va a reflejar la pluralidad de temas posibles en nuestro ámbito profesional.
- ¿Cuáles son las temáticas más frecuentes? La frecuencia de los temas viene a reflejar los temas que más interesan a los profesionales que han querido exponer a la consideración, al debate y a la crítica de los compañeros.

En siete años han cambiado mucho los temas de interés de los artículos, pero también ha cambiado también la profesión, los planes de estudios de la enseñanza de la E.F., el título de la profesión, los Centros de Formación del Profesorado e incluso la posibilidad de obtener el grado académico de doctor. Legislativamente existe un marco de referencia diferente, hoy tenemos la Ley del Deporte de Andalucía.

En estos cien artículos se ha mantenido y ha ido creciendo la calidad de los artículos y de los autores que han publicado en la Revista HM.

- ¿Con qué ámbitos profesionales están relacionadas las publicaciones de la H.M.? Evidente con el cambio de la profesión, las publicaciones han cambiado en relación con los temas que preocupan a los profesionales.
- ¿Qué tipo de publicaciones son? Con la incorporación del tercer ciclo en los estudios de la E.F. evidentemente también ha cambiado el carácter de los artículos que se han publicado en la revista H.M.

1.- ANTECEDENTES:

El estudio que se pretende realizar no es nada novedoso ya que existen precedentes de estudios acerca de las investigaciones y, en concreto acerca de la revista española de EF decana en España.

El primer trabajo en España que revisa lo que se está publicando y el estado de la investigación en Cataluña es el estudio de Gusi y Rodríguez que en 1995 analizan la investigación de las ciencias del deporte en Cataluña. Publican tres artículos en la Revista Apunts en ellos dan a conocer ¿qué?, ¿quién? y ¿cómo se investiga?, así como estudiar los factores determinantes y limitadores de la investigación con la finalidad de poder realizar un estudio prospectivo sobre la investigación en su Comunidad Autónoma.

Recientemente se ha leído una tesis doctoral en la que se estudia la evolución histórica de la revista de Educación Física (E.F.) Apunts, revista decana de las ciencias de la actividad física y el deporte. Su autor Francisco Calatayud (1997) analiza la trayectoria de la revista en relación a los autores, temáticas, las líneas de investigación, grupos de influencia, etc. El título de la tesis es: "La Educación Física y el deporte a través de la revista Apunts (1964-1993)". Para la clasificación de los artículos sigue el thesaurus sport. Códigos temáticos (1981) con las siguientes cinco grandes categorías: Juegos y competiciones deportivas; Deportes; Temas generales; Ciencias del Deporte; Recreación y Disminuidos, que a su vez incluyen otras categorías o temas generales. No hemos seguido esta clasificación ya que nos parece que aporta menor información que la clasificación que hemos seguido y que más adelante especificaremos.

También recientemente publicamos en la revista Motricidad, revista de las ciencias de la actividad física y el deporte un trabajo, titulado: "Investigación sobre las ciencias de la actividad física y del deporte en la Universidad española 1981-1996". (Delgado, M.A. y Medina, J., 1997) en el que se da a conocer las tesis doctorales publicadas en la Universidad española, analizadas según la temática de acuerdo con una clasificación de las ciencias del deporte (modificación de la clasifi-

ficación de la European Network of Sport Sciences (1995)). También se analizan las tesis según las siguientes categorías: curso académico, universidades, áreas, temas de investigación.

En este artículo se puede comprobar que las tesis leídas en las Universidades de Andalucía suponen el 24.73% del total (45 tesis leídas en ese período), distribuidas en 33 tesis, en la Universidad de Granada; 5, en la Universidad de Sevilla; 4, en Málaga y 3, en la de Cádiz.

De estos trabajos hemos recogido ideas para estudiar lo que se publica en la Revista Habilidad Motriz con motivo de llegar a ser centenaria en cuanto a artículos publicados.

2.- CREACION DE LA REVISTA HABILIDAD MOTRIZ:

La revista se inicia en junio de 1992, con un número 0 y en la cabecera aparece: Habilidad Motriz y el logotipo de la profesión así como la reseña que indica: Revista del colegio oficial de profesores y licenciados en Educación Física de Andalucía.

El fundador y director de la Revista fue D^º Severiano Bajo Aguilar, presidente del colegio andaluz de profesores y licenciados en EF de Andalucía (COPLEF-A). Todavía para mí es el director de la revista y mi propuesta sería que apareciera como Director Honorario.

El primer equipo de Redacción estuvo formado por Miguel A. Delgado Noguera, Pedro Rodado Ballesteros, Jesús Mora Vicente, Víctor M. Alonso Gil, Cristina Aumente Rodríguez, Alberto Bazo Bazo y J. Ignacio Manzano Moreno.

El primer artículo de la revista lo realiza el Consejero de Educación D^º Antonio Pascual Acosta que lleva como título: "Educación física: presente y futuro" Este primer número consta de ocho artículos.

La revista se inicia en un año mítico para el deporte en España, con la celebración de los primeros juegos olímpicos en nuestro país.

3.- ETAPAS DE LA REVISTA:

Aunque no hay un criterio claro para considerar varias etapas en la corta historia de la revista (1992-1999), en este año se han cumplido siete años, se puede admitir dos etapas, no muy diferenciadas ya que la trayectoria iniciada por su creador, no ha sido sustancialmente modificada.

Se considera una primera etapa desde su creación hasta la renuncia por enfermedad de su primer director. Abarca desde junio de 1992 hasta junio de 1996 (n^ºs 0 al 8). Son cuatro años en los que la revista se publica sin interrupción con dos números cada año.

Durante esta etapa suceden una serie de hechos muy importantes para la EF en España:

Van apareciendo las primeras lecturas de tesis doctorales a las que se accede debido al Real Decreto 185/1985, de 23 de Enero, por el que se regula el tercer ciclo de estudios universitarios y permite que los licenciados en EF puedan cursar los estudios de tercer ciclo.

Se publica en junio de 1992 el Decreto 106/1992, de 9 de junio por el que se establecen las Enseñanzas correspondientes a la ESO en Andalucía. BOJA n^º 56. 20 junio de 1992.

En diciembre de 1992 se publica el Real Decreto 1423/1992, de 27 de Noviembre, sobre incorporación a la Universidad de las Enseñanzas de Educación Física. BOE núm. 307 de 23 de Diciembre de 1992.

En octubre de 1993 se publica el Real Decreto 1670/1993 de 24 de septiembre por el que se establece el título oficial de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y las directrices generales propias de los planes de estudios conducentes a la obtención del mismo. BOE núm. 251 de 20 de octubre de 1993.

En 1994 se inicia la regulación de las enseñanzas de los entrenadores deportivos con la publicación del Real Decreto 594/1994, de 8 de abril, sobre las enseñanzas y títulos de Técnicos Deportivos. B.O.E. núm. 102, de 29 de abril de 1994.

En 1996 se publica la Resolución de 4 de octubre de 1996, de la Universidad de Granada, por la que se hace público el plan de estudios de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, que se impartirá en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Granada, dependiente de esta Universidad. BOE núm. 272, lunes 11 noviembre de 1996. Páginas 34246-34259.

La segunda etapa abarca desde mayo de 1997 hasta la actualidad. Se sigue la misma periodicidad de dos publicaciones por año y se encarga, en un principio de la coordinación de la publicación de la revista Miguel A. Delgado Noguera para de inmediato establecer una dirección compartida Miguel A. Delgado Noguera (gestión académica) y Daniel Linares Girela (gestión administrativa).

Durante esta etapa también cabe reseñar algunos hechos importantes:

Debido a la baja del presidente del COPLEF-A, D^o Severiano Bajo Aguilar, le releva en el puesto D^o Jaime Vallejo López que continuará la línea emprendida por su antecesor en cuanto a la publicación de la revista Habilidad Motriz.

Se continúa la regulación de las enseñanzas de acuerdo con la LOGSE.

Se imparten los primeros cursos de acuerdo con el nuevo plan de estudios de la Universidad de Granada.

Se realizan las primeras pruebas de selección para la adquisición de "la condición de catedrático en el cuerpo de profesores de Enseñanza Secundaria (orden de 2 de abril de 1998, BOJA nº 41, Sevilla 14 de abril de 1998).

Se continúa también con la regulación de los técnicos deportivos.

Tal y como vemos en la tabla 1, la periodicidad es de dos publicaciones por año, salvo en 1993 (tres números) y 1996 (un número).

Desde su creación hasta la actualidad se han publicado 14 revistas, con un total de 100 artículos. Lo que hace un promedio de seis artículos. Sólo en dos volúmenes se han incluido menos artículos que el promedio, los números 2 y 9 (Ver tabla 2).

AÑO	Nº REVISTA	MES PUBLICACIÓN
1992	0	(junio)
1993	1-3	(x - junio - octubre)
1994	4-5	(abril - octubre)
1995	6-7	(x - octubre)
1996	8	(junio)
1997	9-10	(mayo - x)
1998	11-12	(x - x)
1999	13 - 14	

Tabla 1

Nº de Revista	Nº de artículos
nº 0	8
nº 1	8
nº 2	6
nº 3	5
nº 4	6
nº 5	7
nº 6	6
nº 7	7
nº 8	6
nº 9	5
nº 10	6
nº 11	7
nº 12	8
nº 13	7
Nº 14	8
Total	100

Tabla 2

A continuación, vamos a realizar un análisis documental de los cien primeros artículos de la revista HM, con el fin de conocer las temas de publicación más frecuentes y algunos otros datos de interés.

4.- ANALISIS DOCUMENTAL DE LOS ARTICULOS:

4.1.- Procedimiento seguido

El procedimiento seguido para el análisis documental de los artículos de la revista Habilidad Motriz ha sido el siguiente:

A) Extracción de las palabras claves.

De la lectura del artículo y en función del contenido de los artículos se han extraído las palabras claves. Se han seleccionado dentro de cada artículo hasta un máximo de tres palabras claves.

La primera palabra clave indica el contenido esencial del artículo, así podía aparecer el contenido: Antropometría deportiva, Didáctica de la E.F.

La segunda palabra clave concretaba el contenido de la primera, especificándolo, así podía encontrarse: Balonmano, Estilos de enseñanza.

La tercera palabra clave podría concretar más el contenido, así en Didáctica de la E.F., Estilos de Enseñanza, aparecía, interdisciplinariedad. De esta manera se podía concretar el contenido de artículo: Didáctica de la E.F., contenidos, danza o Evaluación, deporte y fútbol. Siempre aparecían estas palabras claves en el orden de relevancia que estas palabras claves

tienen en el artículo, así podría aparecer en artículo: Juego y contenido de EF y en otro artículo: Contenido de EF y Juego, en función de esa importancia dada en el contenido del artículo.

B) Sistema de codificación.

Para identificar el artículo y poder clasificarlo se incluyen tres grupos de cifras: en el primer grupo de cifras, las dos primeras corresponden al número de la revista, así, como ejemplo, a la revista nº 0, se le adjudica el 00, a la revista nº 4, se le adjudica el 04. A continuación, el segundo grupo de cifras, que corresponde al año de publicación, así aparecen desde el 92, correspondiente al año 1992, inicio de la revista, al 99, correspondiente al último año en que publica la revista. Por último, el tercer grupo de cifras, corresponde al número del artículo, ordenado correlativamente desde el primer número publicado hasta el último publicado, según aparece en el índice de cada revista. La numeración será del 01 al 100. Como ejemplo, el 07/95/47 corresponde al artículo de la revista número 7, publicada en 1995 y publicada con el número 47, su contenido es de Diseño de la Educación Física y Actividades, su autor es Fernando Sánchez Bañuelos y tiene como título: "Cambios y retos en la E.F. Propuestas para el diseño de actividades".

C) Agrupación en Categorías.

Conforme se produce la lectura del trabajo, de manera inductiva se van agrupando los contenidos, los temas de los artículos de la revista en grupos o categorías. El abordar el trabajo de manera inductiva significa que la recopilación de los datos y la forma de abordar el estudio, etc. no tiene un esquema teórico previo de forma que éste aparezca en la medida en que el investigador interacciona con el contexto, lo que le lleva a desarrollar una teoría fundamentada (Hutchinson, 1988). En principio, interpretación del contenido del texto nos lleva a codificarlo y, posteriormente tras la codificación de casi la mitad de los artículos, se reagrupan los artículos en función de las características de los mismos. La intención es de no disponer de un número excesivo de categorías o agrupaciones de artículos, sobre todo, si en el contenido del artículo aparece un número muy reducido. Por ejemplo análisis de la enseñanza, se ha agrupado con análisis documental. En otra revisión se podría dividir si aparece un número suficiente de artículos de esa temática. Por último se codifican todos los artículos y se elabora un sistema de categorías provisional que para estos cien primeros artículos es definitivo, pero lógicamente no agota todos los temas posibles ya que en la revista número veinte puede aparecer un tema que no ha aparecido hasta este momento.

C.1.- Sistema de categorías.

El sistema de categorías definitivo para este trabajo es de dieciocho categorías, que se recogen, a continuación y un apartado de otros, con escasa incidencia (ver tabla 3).

Política deportiva	POD
Didáctica de la E.F.	DEF
Formación del profesorado/entrenador	FPR
Contenidos de la E.F.	CEF
Deporte	DEP
Aprendizaje motor y Motricidad Infantil	APM
Antropometría	ANT
Evaluación	EVA
EF Comparada	EFC
Historia, Teoría y Epistemología de la E.F.	HTE
Sociología del deporte	SOD
Organización, Gestión y Legislación del Deporte	OGL
Entrenamiento deportivo y Fisiología del ejercicio.	ENF
Educación Física Adaptada	EFA
Análisis documental y de la enseñanza	ANE
Actividad Física y Salud	AFS
Nuevas tecnologías en la A.F.	NTA
Gerontología	GER
Otros	OTR

Tabla 3

C.2.- Categorías por áreas profesionales:

Agrupadas las categorías por Areas profesionales, se distribuyen tal como se muestra en la tabla 4.

ENSEÑANZA DE LA E.F.:	13 categorías.
- Didáctica de la E.F.	
- Formación del profesorado	
- Contenidos de la E.F.	
- Aprendizaje motor y Motricidad Infantil	
- Antropometría	
- Evaluación	
- E.F. Comparada	
- Historia, Teoría y Epistemología de la E.F.	
- Educación Física Adaptada	
- Actividad Física y Salud	
- Análisis de la enseñanza	
- Nuevas tecnologías en la A.F.	
- Gerontología	
ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:	8 categorías.
- Formación del entrenador	
- Deporte	
- Aprendizaje motor	
- Antropometría	
- Evaluación	
- Sociología del deporte	
- Entrenamiento deportivo y Fisiología del ejercicio	
- Nuevas tecnologías en la A.F.	
GESTION DEPORTIVA:	2 categorías.
- Política deportiva	
- Organización, Gestión y Legislación del Deporte	

Tabla 4

Hacemos la salvedad de que algunas categorías las hemos incluido en dos ámbitos profesionales cuando en ellas encontramos referencias a estos dos campos profesionales.

C.3.- Categorías según las materias troncales de las directrices generales de los planes de estudios de las ciencias de la actividad física y el deporte.

Agrupadas por áreas de conocimientos de las materias troncales del nuevo plan de estudios:

- Bases Biológicas y Mecánicas de la actividad Física y del Deporte.
- Antropometría
- Fisiología del ejercicio.
- Gerontología
- Fundamentos de los Deportes.
- Contenidos de la E.F.
- Deporte
- Evaluación
- Fundamentos y manifestaciones básicas de la Motricidad humana.
- Contenidos de la E.F.
- Aprendizaje motor y Motricidad Infantil
- Psicología de la Actividad Física y del Deporte.
- Aprendizaje motor y Motricidad Infantil
- Sociología del Deporte.
- Sociología del deporte
- Análisis documental
- Teoría e Historia del Deporte.
- EF Comparada
- Historia, Teoría y Epistemología de la E.F.
- Actividad Física y Salud.
- Actividad Física y Salud
- Gerontología
- Actividades en el medio natural.
- Contenidos de la E.F.
- Deporte y Recreación.
- Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte.
- Didáctica de la E.F.
- Contenidos de la E.F.
- Evaluación
- Educación Física Adaptada
- Análisis de la enseñanza
- Entrenamiento Deportivo.
- Entrenamiento deportivo
- Estructura y Organización de las Instituciones Deportivas.
- Planificación y Gestión de la Actividad Física y del Deporte.
- Política deportiva
- Organización, Gestión y Legislación del Deporte
- Practicum.
- Formación del profesorado/entrenador

4.2.- RESULTADOS

4.2.1.- En primer lugar, vamos a exponer los resultados según la frecuencia de las diferentes categorías analizadas (tabla 5).

Categoría	Frecuencia
Política deportiva	(POD) 2
Didáctica de la E.F.	(DEF) 20
Formación del profesorado/entrenador	(FPR) 3
Contenidos de la E.F.	(CEF) 9
Deporte	(DEP) 14
Aprendizaje motor y Motricidad Infantil	(APM) 5
Antropometría	(ANT) 5
Evaluación	(EVA) 6
E.F. Comparada	(EFC) 4
Historia, Teoría y Epistemología de la E.F.	(HTE) 7
Sociología del deporte	(SOD) 3
Organización, Gestión y Legislación del Deporte	(OGL) 3
Entrenamiento deportivo y Fisiología del ejercicio.	(ENE) 5
Educación Física Adaptada	(EFA) 2
Análisis documental y de la enseñanza	(ANE) 3
Actividad Física y Salud	(AFS) 5
Nuevas tecnologías en la A.F.	(NTA) 2
Gerontología	(GER) 1
Otros	(OTR) 1
Total	100

Tabla 5

4.2.2.- En segundo lugar, los resultados de las categorías en función de los ámbitos profesionales (tabla 6)

CATEGORÍAS Y ÁMBITOS PROFESIONALES	FRECUENCIA
ENSEÑANZA DE LA E.F.:	68
Didáctica de la E.F.	20
Formación del profesorado	2
Contenidos de la E.F.	9
Deporte	5
Aprendizaje motor y Motricidad Infantil	3
Antropometría	2
Evaluación	4
E.F. Comparada	4
Historia, Teoría y Epistemología de la E.F.	7
Educación Física Adaptada	2
Actividad Física y Salud	5
Nuevas tecnologías en la A.F.	1
Análisis de la enseñanza	3
Gerontología	1
ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:	25
Formación del entrenador	1
Deporte	9
Aprendizaje motor	2
Antropometría	3
Evaluación	2
Sociología del deporte	2
Entrenamiento deportivo y Fisiología del ejercicio	5
Nuevas tecnologías en la A.F.	2
GESTIÓN DEPORTIVA:	6
Política deportiva	2
Organización, Gestión y Legislación del Deporte	4

Tabla 6

4.2.3.- En tercer lugar, los resultados de las categorías según las materias troncales de las Directrices Generales de los Planes de Estudio de las enseñanzas del licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (tabla 7).

Materias troncales	Frecuencia
Bases Biológicas y Mecánicas de la actividad Física y del Deporte.	8
Fundamentos de los Deportes.	20
Fundamentos y manifestaciones básicas de la Motricidad humana.	6
Psicología de la Actividad Física y del Deporte.	2
Sociología del Deporte.	4
Teoría e Historia del Deporte.	11
Actividad Física y Salud.	6
Actividades en el medio natural.	2
Deporte y Recreación.	0
Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte.	29
Entrenamiento Deportivo.	3
Estructura y Organización de las Instituciones Deportivas.	1
Planificación y Gestión de la Actividad Física y del Deporte.	5
Practicum.	3

Tabla 7

4.3.- ANALISIS Y DISCUSION

4.3.1.- Análisis de las frecuencias y porcentajes de las categorías.

Los resultados por frecuencia de aparición de los temas de mayor a menor vienen reflejados en la tabla 8.

CATEGORÍA	PORCENTAJES
Didáctica de la E.F. (DEF)	20
Deporte (DEP)	14
Contenidos de la E.F. (CEF)	9
Historia, Teoría y Epistemología de la E.F. (HTE)	7
Evaluación (EVA)	6
Actividad Física y Salud (AFS)	5
Entrenamiento deportivo y Fisiología del ejercicio. (ENF)	5
Aprendizaje motor y Motricidad Infantil (APM)	5
Antropometría (ANT)	5
EF Comparada (EFC)	4
Organización, Gestión y Legislación del Deporte (OGL)	4
Análisis documental y de la enseñanza (ANE)	3
Formación del profesorado/entrenador (FPR)	3
Sociología del deporte(SOD)	2
Educación Física Adaptada (EFA)	2
Nuevas tecnologías en la A.F. (NTA)	2
Política deportiva (POD)	2
Gerontología (GER)	1
Otros (OTR)	1

Tabla 8

Lo primero que destaca de este análisis de los resultados es que la Didáctica, la enseñanza de la E.F., pese a titularse como revistas de ciencias de la actividad física y el deporte, es la temática que más aparece, con gran diferencia ya que el 20% es un porcentaje bastante alto si consideramos que, a partir del tercer lugar el porcentaje desciende al 7% del total.

Dentro de esta temática general los temas sobre los que más se escribe es sobre la intervención didáctica (metodología), las cuestiones de organización de la clase de E.F., etc.

Esta temática está relacionada con el ámbito profesional de la enseñanza de la E.F. y con la materia troncal de enseñanza de la actividad física y el deporte del nuevo plan de estudios de 1996.

Ello está en consonancia con el empleo prioritario de los licenciados en ciencias de la actividad física y el deporte que es la enseñanza de la E.F. en Secundaria y Bachillerato. Rivadeneyra, 1996.

En segundo lugar, entre los temas que más interés despierta entre los autores que publican en la revista HM, es el deporte, la enseñanza del deporte tanto en la clase de EF en el Sistema educativo como en las actividades extraescolares. El 14% es también un porcentaje grande si se considera la anterior argumentación de la escasa frecuencia en

el resto de los temas tratados en la revista. El deporte que más se trata es el Balonmano.

Este tema puede estar muy relacionada con el ámbito tanto de la enseñanza de la E.F. como del Rendimiento deportivo o el entrenamiento como ámbito profesional. Consideramos que esta área de estudio ha de aumentar en el futuro. Está íntimamente relacionado con las materias troncales de fundamentos de los deportes y Entrenamiento deportivo y, secundariamente con la enseñanza de la actividad física y el deporte.

En tercer lugar, con un porcentaje inferior, el 9%, aparece los contenidos de la E.F. en los que se abordan el resto de los contenidos de la enseñanza de la E.F. como las actividades en el medio natural, la expresión corporal, el juego, etc.

Ya con un porcentaje menor, el 7% se encuentra el estudio de la historia, la teoría y la epistemología de la EF. Porcentaje escaso, si se considera de manera aislada cada una de estas áreas de estudio, historia 3%, epistemología, el 2% y teoría o filosofía de la E.F. con 1%.

Aisladamente habría que considerar la evaluación de la E.F. y el deporte con el 6%, tema didáctico, por tanto que preocupa de manera importante.

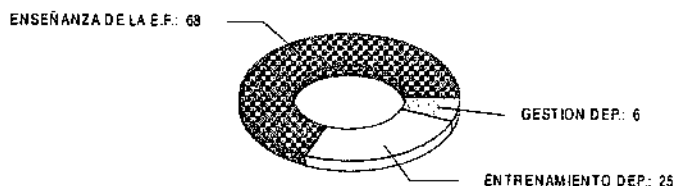
A continuación, con un 5% aparecen una serie de temas, entre los que destaca por su actualidad, Actividad Física y Salud; luego la Antropometría deportiva; el Entrenamiento deportivo y la Fisiología del ejercicio y el Aprendizaje motor y la Motricidad Infantil.

Entre los temas que restan: EF Comparada (4%); Análisis documental y de la enseñanza (3%);

Formación del profesorado / entrenador (3%); Organización, Gestión y Legislación del Deporte (4%); Sociología del deporte (2%); Educación Física Adaptada (2%); Nuevas tecnologías en la A.F. (2%); Política deportiva (2%); Gerontología (1%) y Otros (1%), destacaría:

- El escaso porcentaje de artículos relacionados con la Gestión Deportiva (4%). Ambito profesional en el que apenas se ha escrito en estos cien primeros números de H.M.
- La aparición de una temática de mucho interés para el futuro la gerontología y la actividad física.
- Importancia de la aparición de la E.F. adaptada tanto para minusvalías cognitivas, físicas y de otros tipos que están también muy relacionados con la atención a la diversidad dentro de la enseñanza de la E.F. escolar y las adaptaciones curriculares.

4.3.2.- Análisis de las frecuencias y porcentajes de las categorías agrupadas por Areas profesionales (ver tabla 9).



CATEGORÍAS Y ÁMBITOS PROFESIONALES	PORCENTAJES
ENSEÑANZA DE LA E.F.:	68
ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:	25
GESTION DEPORTIVA:	6

Tabla 9

En relación con los ámbitos profesionales aparece claramente con un 68% que sobre la enseñanza de la E.F. es sobre lo que más se escribe en la revista H.M.

Sobre el siguiente ámbito profesional, el 25%, más de la mitad, escriben sobre la enseñanza deportiva y el Rendimiento deportivo. Algunos de los artículos sobre deporte podrían ser considerados dentro de la enseñanza de la EF y el deporte pero hemos decidido incluir sólo aquellos en los que se trataba el deporte fuera del ámbito escolar.

Sobre el ámbito profesional de la gestión deportiva apenas se escribe un 6%, quizás porque existe menos tradición de publicar sobre esta temática y que la mayoría de los colegiados ejercen su profesión en la enseñanza de la E.F.

4.3.3.- Análisis de las frecuencias y porcentajes de las categorías agrupadas por las materias troncales de las directrices generales de los planes de estudios de las ciencias de la actividad física y el deporte (ver tabla 10).

MATERIAS TRONCALES	PORCENTAJE %
Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte.	29
Fundamentos de los Deportes.	20
Teoría e Historia del Deporte.	11
Bases Biológicas y Mecánicas de la actividad Física y del Deporte.	8
Actividad Física y Salud.	6
Fundamentos y manifestaciones básicas de la Motricidad humana.	6
Planificación y Gestión de la Actividad Física y del Deporte.	5
Sociología del Deporte.	4
Actividades en el medio natural.	2
Psicología de la Actividad Física y del Deporte.	2
Entrenamiento Deportivo.	3
Practicum.	3
Estructura y Organización de las Instituciones Deportivas.	1
Deporte y Recreación.	0

Tabla 10

Sobre la troncal que más se publica es Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte (29%) por las razones ya apuntadas.

Le sigue la troncal de Fundamentos de los Deportes (20%) ya que se escribe sobre la iniciación de la enseñanza deportiva.

Sorprende que sobre la materia troncal de Teoría e Historia del Deporte se publique tanto respecto a otras materias (11%) pero sea debido a que además de las propias de Filosofía, Teoría, Historia y Epistemología hemos incluido los artículos relacionados con la E.F. comparada (cuatro artículos), sin incluir éstos el porcentaje sería del 7%, pero dejaría un 4% fuera de alguna de las materias troncales y es ésta con la que tiene mayor afinidad.

Le siguen en número de publicaciones las siguientes materias troncales: Bases Biológicas y Mecánicas de la actividad Física y del Deporte (8%); Fundamentos y manifestaciones básicas de la Motricidad humana (6%); Actividad Física y Salud (6%); Planificación y Gestión de la Actividad Física y del Deporte (5%); Sociología del Deporte (5%); Entrenamiento Deportivo (3%); Practicum (3%); Psicología de la Actividad Física y del Deporte (2%); Actividades en el medio natural (2%) y Estructura y Organización de las Instituciones Deportivas (0) Destacaría la cada vez mayor preocupación existente sobre los temas de Actividad Física y la Salud (materia recientemente incluida en los planes de estudio, así como los artículos sobre la formación del entrenador y del profesor de E.F.

No se publica nada sobre la materia troncal: y Deporte y Recreación (0)

4.4.- OTROS ANALISIS

Ya hemos podido conocer qué es lo que se publica en Andalucía en la Revista Habilidad Motriz, revista de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte del Colegio Oficial de Profesores y Licenciados en Educación Física de Andalucía.

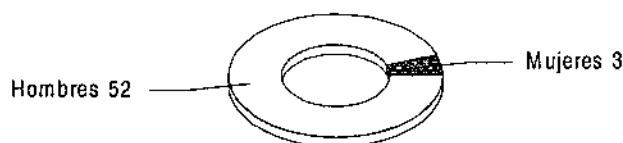
De los 100 artículos hemos podido analizar quién publica en la Revista HM. ¿Publica un sólo autor o autora?, ¿Se publican los artículos en equipo?, ¿Cuántos autores forman estos grupos? Estas y otras cuestiones las vamos a analizar a continuación:

Autores individuales

En los cien artículos encontramos 55 autores (dos autores repiten), de los que publican 57 artículos.

El 57%, más de la mitad de lo que se publica se hace de forma individual, autores en solitario. De estos 55 autores, sólo tenemos 3 mujeres y el resto hombres. El 94.54% son hombres y sólo el 5.56% son mujeres. En la última revista sólo hay una mujer en el comité científico y en la revista número 0 en equipo de redacción también había una sola mujer.

Autores Individuales



Autores en equipo:

Están casi equilibrados los artículos de un autor con los casos de artículos con varios autores.

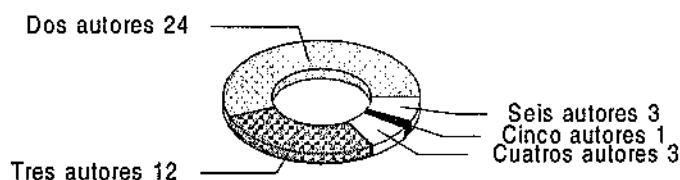
El 43% de los artículos se publica por más de dos autores. La mayoría forman equipos de dos autores, 24 artículos (55.81%).

Le siguen con tres autores, 12 artículos (27.90%); cuatro autores, tres artículos (6.97%); cinco autores, un artículo (2.32%) y seis autores, tres artículos (6.97%).

Sólo repiten el equipo de los autores en dos ocasiones, una con dos publicaciones y otra, con tres publicaciones.

Considerando el autor que aparece en primer lugar encontramos un total de 40 autores.

Autores en Equipo



Comité de Redacción:

Al inicio lo componían ocho personas que permanecen durante cuatro números (N^{os} 0, 1, 2 y 3).

A partir del número cinco, correspondiente al n^o 5 se desglosa el Comité primitivo de redacción en Equipo de redacción (10 personas), el Comité científico (seis personas) y el Comité asesor (seis personas). En sucesivos números se incorporan otras personas y en la actualidad está compuesta la revista por el equipo de redacción (nueve personas del equipo de gobierno del COPLEF-A) y el Comité Científico (15 personas).

La admisión de los artículos se realiza de la siguiente forma, una vez recibido el artículo se le envía a dos personas de reconocido prestigio en el área y realizan una valoración ciega (no conocen el autor o autores del artículo), recibida la información positiva de su publicación se incluye en el número siguiente o siguientes en función de los artículos pendientes de publicación.

El equipo de redacción y comité científico no excluye ningún tema de los enviados, sólo depende de que el artículo tenga la calidad suficiente para su publicación, es decir, se admiten temáticas tan diferentes como las que hemos visto anteriormente. La revista pretende ser un foro de intercambio de experiencias, estudios e investigaciones que los autores envía a la revista. Se podrá decir que la Revista HM refleja lo que se está estudiando en cada momento por los profesionales de la enseñanza de la Actividad Física y el Deporte.

Después de realizar estos análisis y reflexiones conviene llegar a algunas conclusiones que permitan tomar decisiones de futuro en la revista

5.- CONCLUSIONES Y PERSPECTIVAS DE FUTURO

Las conclusiones que podemos extraer de este análisis realizado de los artículos son:

- Los artículos acerca de estudios, reflexiones, experiencias e investigaciones en la enseñanza de la E.F. son las que más se publican. El ámbito profesional de los artículos está centrado en el Sistema Escolar.
- Están apareciendo temática de gran interés profesional como son las relacionadas con la Actividad Física y la Salud, temas de gerontología.
- También están apareciendo artículos que se preocupan acerca de la problemática de la integración y las adaptaciones curriculares en la escuela de personas con diversas minusvalías.
- El entrenamiento deportivo como Rendimiento Deportivo apenas goza del interés de los autores. Este ámbito profesional es poco tratado, las referencias están más relacionadas con la condición física / salud y en el entrenamiento dentro de la etapa escolar.
- Es mínima la atención prestada por los autores a temas relacionados con la Gestión Deportiva. Este ámbito profesional no tratado suficientemente.
- No aparecen artículos relacionados con algunas materias troncales de las enseñanzas de los futuros licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (nuevo plan de estudios) como Deporte y Recreación y materias relacionadas con la Gestión Deportiva.

- Es escasa la participación de la mujer como autora de artículos a de manera individual y poco significativa en trabajo en grupo o en equipo.
- No existe apenas participación de autores de otras nacionalidades.
- Apenas tenemos autores que publiquen en más de dos ocasiones.

Como perspectivas de futuro consideramos las siguientes:

- Incentivar la publicación de temáticas nuevas o apenas tratadas.
- Fomentar la participación de autores extranjeros.
- Recoger artículos de "gran interés" publicados en revistas internacionales.
- Animar a los profesionales de la Actividad Física a que publiquen en su revista ya que la misma reflejará la calidad de la profesión y de sus profesionales.

6.- BIBLIOGRAFIA

- Calatayud, F. (1997). "La Educación Física y el deporte a través de la revista Apunts (1964-1993)" Tesis doctoral inédita. Universidad de Valencia.
- Delgado, M.A. y Medina, J. "Investigación sobre las ciencias de la actividad física y del deporte en la Universidad española 1981-1996" Motricidad. Revista Euro - Americana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Vol III. 1997. Páginas 131-150.
- Gusi, N y Rodríguez, FA (1995) Análisis de las investigaciones en Ciencias del deporte en Cataluña (I, II y III). Apunts. Educación Física y deportes N^{os} 39, 40 y 42.
- Hutchinson, S (1988) Education and the Grounded Theory. En R. Sherman and R. Webb (Eds.) Qualitative Research in Education: Focus and Methods, London, Falmer Press pp. 123-140.
- Marcelo, C. (1992) La investigación sobre la formación del profesorado. Métodos de investigación y análisis de datos. Ed. Cincel.
- Rivadeneira Sicilia, María Luisa (1998): "Perspectivas laborales y Formación inicial de los licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de Granada. Evaluación del Plan de Estudios". Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Thesaurus Sport. Código de temas: SIRC/UNISPORT. 1989 y 1992. Serie deportes y documentación nº 5 y 20.

**ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE LICENCIADOS
EN
EDUCACIÓN FÍSICA
Y EN
CC. DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEL DEPORTE
DE ANDALUCÍA**



Si has realizado los estudios universitarios de CC. de la Educación Física y del Deporte y todavía no estás colegiado, has de saber que es obligatorio para el ejercicio libre de la profesión o al servicio de cualquier entidad privada (según sentencia del tribunal constitucional)

Además te estás perdiendo la serie de ventajas que ofrece el Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Ed. Física y en Cc. de la Act. Física y del Deporte de Andalucía:

¡ COLÉGIATE !

El Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA ofrece a sus colegiados un amplio abanico de servicios, entre los cuales podemos destacar:

- Seguro de Responsabilidad Civil. Todo colegiado/a por el hecho de pertenecer al Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA tiene una póliza de seguro de responsabilidad civil. ¿Qué cubre la póliza?. ¿Qué cuantía económica?... Las Garantías de la presente póliza ampara la Responsabilidad Extracontractual que civil y legalmente, hasta los límites establecidos, puedan exigir al tomador/a Asegurados, por daños corporales y/o materiales causados a terceros, en sus personas o bienes, a consecuencia del desempeño de sus funciones profesionales, tanto en horario laboral como fuera de el, así mismo queda cubierta Responsabilidad Civil del Tomador como organizador y/o promotor de excursiones, conferencias, visitas y demás. Las cuantías económicas cubiertas alcanzan hasta los 100.000.000 de pts. en función de las garantías a cubrir.

- Defensa de los derechos de sus colegiados ante los diferentes poderes públicos, tanto en temas de intrusismo profesional, como derechos laborales, honorarios profesionales, etc.

- Colaboración con la Administración en la elaboración de los planes de estudios, informar las normas de organización de los centros docentes correspondientes a la profesión, mantener contacto permanente con los mismos, etc.

... para más detalles puedes solicitar información en la dirección indicada abajo.

¿Pensabas que podía ser tan útil? pues bien, los requisitos necesarios para colegiarse en el Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA, son simplemente los siguientes:

- Solicitud dirigida al Presidente del Colegio, en la que se hará constar el deseo de figurar como colegiado ejerciente o no ejerciente. (Según modelo)
- Fotocopia compulsada del título, certificación académica de estudios, testimonio notarial, o resguardo del abono de los derechos de expedición del título.
- Hoja de Datos personales, académicos, profesionales y bancarios. (Según modelo)
- Autorización de Cobro y Orden de Pago para la domiciliación por entidad bancaria del cobro de las sucesivas cuotas. (Según modelo)
- Dos fotografías modelo D.N.I., con nombre y apellidos escritos al dorso.
- Justificante del ingreso bancario.

La documentación y modelos necesarios para colegiarse podrán ser solicitados en la siguiente dirección:

Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA
Carbonell y Morand, nº 9 - 14001 - CORDOBA

PUBLICACIONES

Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas

Autor: Maurice Piéron

Colección: La Educación Física en ... Reforma.

Editorial: INDE

Esta obra es una versión española ampliada y revisada del libro "Analyser l'enseignement pour mieux enseigner", publicado en francés y de gran difusión en el ámbito de la Educación Física francesa.

Constituye una síntesis de las investigaciones realizadas sobre la relación pedagógica en la enseñanza de las actividades físico-deportivas. Aporta fundamentos científicos al arte de la enseñanza de las actividades físicas y específicamente en la relación pedagógica.

El texto analiza el comportamiento y el modo de pensar de los profesores y de sus alumnos en función de las prácticas desarrolladas en las clases. El profesorado puede reflexionar sobre la validez de sus métodos y sobre los resultados de sus intervenciones pedagógicas en clase, así como sobre su comportamiento durante las clases de educación física y las percepciones de los alumnos a este respecto.

La obra constituye una valiosa guía de identificación de los criterios de éxito pedagógico para el estudio detallado de la planificación, del análisis de la presentación de las tareas y del feedback pedagógico así como las conclusiones y recomendaciones didácticas que de ello se derivan. Permite al profesor, o a aquél que se prepare en esta materia, a conseguir el éxito en el ámbito de la relación pedagógica.

Prólogo

En un placer para mí presentar este fantástico libro. El Doctor Maurice Piéron es una de las autoridades más importantes del mundo en el tema de la eficacia en la enseñanza del deporte y en educación física. El programa de investigación que ha llevado a cabo en la Universidad de Liège ha sido productivo durante más de un cuarto de siglo. También ha trabajado en el ámbito de la enseñanza de las actividades físicas por todo el mundo. Todos estos conocimientos y estas experiencias se ven reflejadas en este libro.

El texto del Doctor Piéron describe las estrategias de planificación, enseñanza y entrenamiento que han sido probadas con efectividad en las escuelas. Este libro no se podría haber escrito 25 años atrás. Mientras que había múltiples opiniones sobre lo que constituía la enseñanza eficaz, había muy pocas evidencias sobre lo que era realmente. Esto ya no es cierto hoy día. Actualmente tenemos suficientes evidencias, muchas de las cuales han sido recogidas a través de la observación de profesores y estudiantes en las escuelas. Gran parte de lo que conocemos sobre la eficacia de la enseñanza se basa en las oportunidades que tienen los estudiantes de aprender en educación física y en el éxito que tienen en sus empeños. Por tanto, las tácticas y las estrategias sugeridas en este libro tienen una credibilidad que está basada en los resultados obtenidos por todo el mundo de la investigación de este ámbito.

El Doctor Piéron ha invertido mucho tiempo en explicar

cómo se lleva a cabo la recolección de datos en una investigación, una valiosa aportación del texto. Esto enseñará a los lectores que la investigación de la que parten las sugerencias es creíble y realista. En este libro hay un fuerte sentido de la realidad. El profesorado debe dirigir a sus alumnos, tanto para desarrollar y sostener un ambiente de cooperación en el aprendizaje como para proveer al alumnado del tiempo óptimo para que aprenda la materia enseñada. Es sabido que el alumnado tiene conocimientos diferentes y también diversas maneras de aprender y, por lo tanto, la enseñanza debe adaptarse a las diferentes necesidades de los alumnos. Hay extensos enfoques de cómo los estudiantes emplean el tiempo en clase, de los esfuerzos que hacen por aprender una materia y de cómo contribuyen al éxito de su enseñanza. Esta focalización en los estudiantes es una de las claves del libro y, desde mi punto de vista, la fuente de información más importante relacionada con la enseñanza de la efectividad. El Doctor Piéron también añade un capítulo dedicado a las maneras en como el alumnado percibe sus experiencias en el ámbito de la educación física y cómo su proceso de pensamiento puede aumentar o disminuir su habilidad para aprender.

Los aspectos prácticos del libro son muy importantes sobre todo porque encajan perfectamente primero con una serie de conceptos básicos y paradigmas sobre la investigación de la enseñanza y, más tarde, con una focalización en la experiencia del profesorado.

Los estudiantes y los profesionales que lean este libro con seriedad, adquirirán conocimientos profundos sobre la eficacia de la enseñanza. Serán capaces de observar una clase de educación física o de deporte y darse cuenta del sentido de lo que ven así como de apreciar en su justa medida cómo se conduce la eficacia de la práctica. Serán capaces de diferencias entre los aspectos de la clase que realmente merecen su atención y los que son menos trascendentes. Esta capacidad de observación y de diferenciar entre las clases más eficaces y las que lo son menos es una habilidad profesional muy importante tanto para el profesorado como para los entrenadores.

Dr. Daryl Siedentop. Profesor de la Universidad de Ohio

Maurice PIERON

Es un autor muy conocido entre los profesionales de educación física en España y en América Latina. Ha dirigido múltiples cursos de doctorado e investigaciones sobre pedagogía del deporte y ha presentado resultados prácticos de estas investigaciones para la didáctica de las actividades físicas y deportivas en múltiples cursos y seminarios.

Durante más de 30 años ha ocupado el cargo de secretario general de la Asociación Internacional de las Escuelas Superiores de Educación Física y ha presidido el Comité Internacional de la Pedagogía del Deporte. Ha publicado cerca de 300 obras y artículos en más de 10 lenguas. Es catedrático en la Universidad de Liège en Bélgica. Es titular de un doctorado "Honoris causa" concedido por la Universidad Técnica de Lisboa.

Primera edición, 1999

NORMAS DE COLABORACIÓN

- Habilidad Motriz acepta artículos de opinión, ensayos, trabajos de investigación, estudios y experiencias relacionados con el reciclaje y actualización de los profesionales de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, así como los procedentes de otras Ciencias relacionadas con este ámbito.

- Los trabajos serán originales del autor, y no debe haber sido publicados en otra revista o medio. En caso de haberse publicado antes, indicar fecha, título y datos necesarios para su localización.

- La extensión de los mismos no excederá de 25 hojas, mecanografiadas a 1,5 espacios en papel DIN A4, utilizando una sola cara. Al final se relacionarán las notas al texto, y bibliografía, si las hubiera, utilizando la forma correcta de citar autores, años, y otros datos necesarios para su identificación. Los gráficos y dibujos que se acompañen deben ser lo suficientemente claros que permitan su reproducción, adjuntándose también al final en páginas aparte.

- En caso de utilizar material procedente de otros autores, así como reproducciones de fotografías, ilustraciones, etc., que no sean propiedad del autor del trabajo, deberá adjuntarse la autorización oportuna para su reproducción en esta Revista.

- Los envíos se harán por triplicado. En caso de enviar el trabajo en disquete, podrán utilizar los procesadores Word Perfect, Microsoft Word, y/o PageMaker. En este caso bastará con enviar el mismo junto a una copia sacada por impresora.

- La edición en procesador de textos será lo más simple posible, omitiendo sangrados, tabulaciones, cambios en el tamaño o estilo de letra, etc. si no fuera estrictamente necesario. (P.e. los encabezados, títulos, listas, etc. no hará falta tabularlas o poner en negrita, solo marcar como línea aparte). Si hubiera tablas o gráficos se incluirán en fichero aparte, y se indicará su posición en el texto indicando el nombre del fichero.

- Junto al trabajo se remitirá una hoja con los datos personales, dirección y teléfono de contacto del autor o autores, titulación académica y trabajo actual. También se hará constar el título del trabajo y un pequeño resumen del mismo de 8 a 10 líneas.

- Habilidad Motriz admite comentarios críticos de publicaciones cuya extensión estará entre 40 y 90 líneas, sin descartar revisiones bibliográficas y otros estudios que se registrarán por las normas de extensión generales citadas arriba. Se adjuntará el original para reproducción de la portada en la Revista. La publicación quedará en propiedad de la Biblioteca de Habilidad Motriz.

- La Dirección de la Revista se reserva el derecho a publicar el trabajo en el número que estime más conveniente, acusará recibo de los originales y no mantendrá otro tipo de correspondencia.

Las colaboraciones se remitirán a:

HABILIDAD MOTRIZ.
Apto. de Correos 4.136
18080 GRANADA

HABILIDAD



MOTRIZ

REVISTA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

El abajo firmante se suscribe a la revista Habilidad Motriz

Suscriptor
Domicilio
Localidad Código Postal
Provincia País
Fechado en a de de 19 ..
Firma

Forma de pago (señalar la opción escogida):

Giro Postal o telegráfico n.º por 1200 ptas.

Ingreso de 1200 ptas. en:

Caja de Madrid

Avda. Ramón de Carranza SN 11006 - Cádiz

Nº cuenta: 2038 5866 60 6000528936

Talón nominativo a Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA por un importe de 1500 ptas.

Domiciliación Bancaria (cargo en mi cuenta corriente) por un valor de 1400 ptas. En el caso de utilizar esta forma de pago, rellenar estos datos:

Sr. Director de Oficina

Ruego que a partir del presente cargue en mi cuenta bancaria

C.C. nº Nº de banco

Nº de Oficina Dígito de Control

Tarjeta de Crédito:

VISA

6.000

Nº (16 dígitos):

Caducidad:

los recibos que presente al cobro el Ilust. COLEFCAFD-ANDALUCIA, como consecuencia de esta suscripción que a continuación firmo. Atentamente.

Fechado en a de de 19 ..

Fdo.

DNI nº

Números atrasados: Precio 600 ptas. unidad.

Agotados nº 0, 1, y 2.

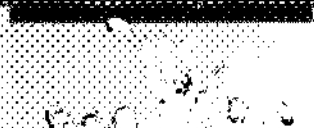
Precio otros países: Añadir al precio los gastos de Correo Aéreo

NO SERVIMOS PEDIDOS A CONTRAREEMBOLSO

(Este modelo puede ser fotocopiado)



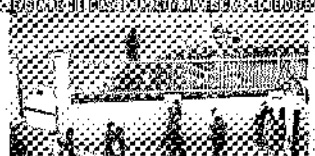
HABILIDAD & MOTRIZ



HABILIDAD & MOTRIZ



HABILIDAD & MOTRIZ



DELEGACION DE ALIMENTOS Y MEDICINAS



EXAMEN DE LICENCIACION PROVINCIAL DE CORDOBA



HABILIDAD & MOTRIZ

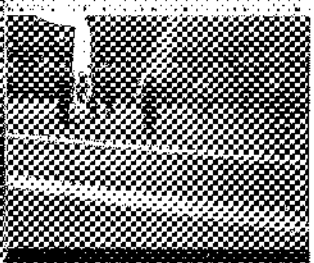
REVISTA DE CINE Y CANTO DE LA RAZA ANDALUZA Y DEL MEDITERRANEO



LIBRO N.º 108



HABILIDAD & MOTRIZ



HABILIDAD & MOTRIZ



LIBRO N.º 109