



VNiVERSiDAD  
D SALAMANCA



**TRABAJO DE FIN DE GRADO EN MAESTRO EDUCACIÓN  
INFANTIL Y PRIMARIA**

**PORTADA**

**ESCUELA UNIVERSITARIA DE MAGISTERIO DE ZAMORA**

**TRABAJO FIN DE GRADO EN MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**TÍTULO DEL TRABAJO FIN DE GRADO**

**“DESARROLLO DE LA «AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL»  
A TRAVÉS DEL BALONMANO MEDIANTE UNA INTERVENCIÓN  
PRÁCTICA EN EL CEIP NTRA. SRA. DE LA CANDELARIA”**

**AUTOR: IGNACIO-MANUEL FERRERAS VIDAL  
Tutor: ANTONIO SÁNCHEZ MARTÍN**

**Zamora, 13 de Junio de 2014**



## RESUMEN

Desde una doble perspectiva (como maestro de Educación Primaria y como entrenador de balonmano), que posee bastantes aspectos de conexión en la práctica, me surge la idea de elaborar un plan de intervención educativo con el alumnado a mi cargo como entrenador de este deporte.

Por ello, con este trabajo fin de grado se pretende analizar el desarrollo de la competencia de “Autonomía e iniciativa personal” de los alumnos que asisten a la actividad extraescolar denominada “Taller de Balonmano”, ofertada por su colegio, mediante una intervención práctica en el contexto específico de un grupo de segundo ciclo de Educación Primaria del CEIP “Ntra. Sra. De La Candelaria” de Zamora.

En este estudio se trata de observar la evolución del grupo escogido de alumnos en este campo respecto a su conducta específica en la práctica del balonmano, permitiéndoles una participación activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de juegos predeportivos o de iniciación deportiva.

En este sentido, se establecen varios parámetros de actuación y líneas claras de intervención a través del taller de balonmano: intervención directa sobre el grupo de alumnos objeto del estudio; formación específica del profesorado y agentes sociales que intervienen (como la figura del segundo entrenador); intervención en el contexto familiar y social (comunicando a las familias el objeto de este estudio); y una metodología y enfoque renovado para fomentar el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de los alumnos.

En cuanto a la estructura y secuenciación de esta intervención, se ha temporalizado la realización de este trabajo desde principios del mes de Octubre de 2013 hasta la primera quincena de Junio de 2014, dividiendo su aplicación en tres períodos:

- 1ª Fase de Análisis: elaboración y preparación de los instrumentos de observación y recogida de datos.
- 2ª Fase de Intervención: línea base de las conductas e intervención en sí misma.
- 3ª Fase de Extinción-Conclusión: reflexión sobre los datos obtenidos.

Finalmente, se puede afirmar que la pretensión de este estudio no es quedarse sólo en el análisis de la situación, sino intentar dar coherencia a la presentación de un modelo práctico de desarrollo de la autonomía e iniciativa personal a través de una intervención práctica, con la intención de mejora de la citada competencia.



## ÍNDICE

1. <b><u>INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO</u></b> .....	Pág.	2-3
2. <b><u>OBJETIVOS</u></b> .....	Pág.	3
3. <b><u>ESTADO DE LA CUESTIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA</u></b> .....	Pág.	3
3.1. ESTADO DE LA CUESTIÓN. RELEVANCIA DEL TEMA.....	Pág.	3-4
3.2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS.....	Pág.	5-9
4. <b><u>METODOLOGÍA Y SISTEMÁTICA DE LOS EJERCICIOS</u></b> .....	Pág.	9-12
5. <b><u>PROGRAMACIÓN DE BALONMANO. PROPUESTA DE MODELO ADAPTADA A LA ESCUELA EN EL CEIP “NTRA. SRA. DE LA CANDELARIA” DE ZAMORA</u></b> .....	Pág.	12-15
6. <b><u>MEDIOS DE LOS QUE DISPONEMOS</u></b> .....	Pág.	15-16
7. <b><u>ANÁLISIS DEL DESARROLLO DE LA “AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL” EN EL GRUPO DE ALUMNOS OBJETO DEL ESTUDIO</u></b> .....	Pág.	16
7.1. 1ª FASE: DE ANÁLISIS.....	Pág.	16
7.1.1. MUESTRA.....	Pág.	16-17
7.1.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	Pág.	17-18
7.2. 2ª FASE: DE INTERVENCIÓN.....	Pág.	18
7.2.1. INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN Y RECOGIDA DE DATOS.....	Pág.	18-24
7.2.2. TRANSCRIPCIÓN DE DATOS.....	Pág.	25-30
7.2.3. ANÁLISIS DE DATOS.....	Pág.	30-36
7.3. 3ª FASE: DE EXTINCIÓN-CONCLUSIÓN.....	Pág.	36-37
8. <b><u>DISCUSIÓN DE RESULTADOS</u></b> .....	Pág.	37
8.1. RESULTADOS ESPECÍFICOS DEL TFG Y RELACIÓN CON SUS OBJETIVOS.....	Pág.	37-41
8.2. RELACIÓN DE LOS RESULTADOS DEL TFG CON OTROS TRABAJOS SIMILARES.....	Pág.	41
9. <b><u>CONCLUSIONES</u></b> .....	Pág.	41
9.1. CONCLUSIONES EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS.....	Pág.	41-43
9.2. LIMITACIONES DEL TRABAJO PRESENTADO.....	Pág.	43-44
9.3. PERSPECTIVAS DE FUTURO E IMPLICACIONES EDUCATIVAS.....	Pág.	44-45
10. <b><u>BIBLIOGRAFÍA</u></b> .....	Pág.	45-48
<b><u>ANEXOS</u></b> .....	Pág.	49



## 1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

Desde el campo de la investigación sociológico-deportiva (Gutiérrez, 1995), se han concretado los valores más propicios a alcanzar en la persona, tanto a nivel personal como a nivel social, a través de la Actividad Física y el Deporte.

Todos estos valores son, en principio, legítimos y adecuados a la educación integral de la persona, mientras no se presente conflicto de intereses entre ellos.

Resaltando valores tan importantes de cualquier deporte y, en nuestro caso, del balonmano, trataremos de acercar este enfoque deportivo a la escuela, con la intención de llevar a cabo el estudio que, a continuación, esbozamos.

Para ayudar a la comprensión de las bases de esta propuesta de TFG, se expone un cuadro en el que se puede observar la alta relación entre el significado de las Competencias educativas y su utilidad en el campo de las actividades físico-deportivas en cuanto a la percepción, la decisión y la toma de decisiones personales y colectivas en las acciones del juego o/y en la vida real:



Fuente: Adaptado de Zabala y Arnau (2007), y Caturla (2008)

Así y, haciéndonos eco del apartado legislativo y curricular que trata de la contribución de cualquier área del currículo escolar al desarrollo de las “*competencias básicas*”, nuestro estudio se centrará en la “Autonomía e iniciativa personal”.



Con este trabajo se pretende analizar el desarrollo de la “Autonomía e iniciativa personal” de los alumnos<sup>1</sup> que asisten a la actividad extraescolar ofertada por su centro educativo y denominada “Taller de Balonmano”, mediante una intervención práctica en el contexto de un grupo de segundo ciclo de Educación Primaria del CEIP “Ntra. Sra. de La Candelaria” de Zamora.

En este estudio se trata de observar la evolución de los alumnos en este campo respecto a su conducta específica en la práctica del Balonmano, permitiéndoles una participación activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, a través de juegos predeportivos o de iniciación deportiva.

Pienso que el tema escogido es práctico y real y que, a la vista de los datos obtenidos tras el estudio y las reflexiones pertinentes, obtendremos unas conclusiones reveladoras de los consabidos beneficios de la práctica deportiva en edad escolar.

## **2. OBJETIVOS**

La finalidad de esta propuesta es conseguir los siguientes *objetivos didácticos*:

- Desarrollar la competencia básica de la “Autonomía e iniciativa personal” en alumnos de Primaria.
- Desarrollar una propuesta práctica del deporte del balonmano en la escuela, a través de juegos predeportivos o de iniciación deportiva.
- Analizar el nivel de consecución de esa competencia básica en el grupo de alumnos objeto del estudio.
- Reflexionar acerca de los resultados obtenidos.

## **3. ESTADO DE LA CUESTIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA**

### **3.1. ESTADO DE LA CUESTIÓN. RELEVANCIA DEL TEMA**

A pesar de ser muy extenso el número de estudios y trabajos relacionados, por un lado, con las competencias básicas (desde la publicación y entrada en vigor de la

---

<sup>1</sup> A lo largo de este trabajo el término masculino (alumnos, niños, jugadores, compañeros, maestros, tutores, ...) se referirá por igual a ambos géneros, tanto masculino como femenino, sin establecer diferencias ni discriminaciones de ningún tipo, con la intención de agilizar la redacción y la lectura de los correspondientes textos o apartados.



LOE y los decretos que la desarrollan), como por ejemplo: Cabrerizo, J., Rubio, M. J. & Castillo, S. (2008). *Programación por competencias. Formación y práctica*. Madrid: Pearson Educación, S. A. y, por otro lado, publicaciones específicas relacionadas con el deporte del balonmano orientadas, además, a la edad escolar, como por ejemplo: Lund, A. & Späte, D. (Eds.) (2014). *Enseñanza del Balonmano en la Escuela. Introducción al balonmano para niños entre 5 y 11 años*. [Versión de IHF working group “Handball at School”], debemos señalar que no hay tanto material relacionando ambos aspectos y, en especial, investigaciones centradas en la autonomía e iniciativa personal y este deporte.

Si bien es cierto que el estudio de Sánchez, A. & Del Villar, F. (1999). *El análisis de la autonomía de los alumnos en educación física como medio de formación y de reflexión del maestro especialista en educación física* (Trabajo relacionado con la formación permanente del profesorado), me ha servido de guía para la elaboración de este estudio, he pretendido ir más allá y, aunque el marco sea el mismo (un centro educativo), la intervención se extrapola del currículo escolar y se centra en una actividad extraescolar como la práctica del deporte del balonmano.

La relevancia de este estudio radica en partir de una concepción en la que entendemos como uno de los fines primordiales del actual sistema educativo el reto de formar integralmente personas autónomas.

Pensamos que un alumno que alcance cierta autonomía en sus comportamientos y en sus razonamientos conseguirá un mayor grado de libertad en sus actuaciones cotidianas, y que la práctica de un deporte, en nuestro caso el balonmano, es una actividad que ofrece múltiples posibilidades al respecto, debido a que, su carácter fundamentalmente procedimental, permite planteamientos didácticos mucho más abiertos que cualquier área curricular escolar.

En este sentido, los alumnos pueden mejorar su autonomía personal no sólo a través de las estrategias prácticas expuestas para ello, sino también por medio de la elaboración de los instrumentos planteados para la evaluación del análisis (cuestionarios, entrevistas, ...), que posteriormente explicaremos, y que les hace tomar un mayor partido en la concienciación con sus propios avances.

Pero esta búsqueda de la autonomía en los alumnos aparece porque en el docente/entrenador acaba surgiendo, tras un cierto tiempo de formación y de práctica, una preocupación por responder a las necesidades, las expectativas y el nivel de participación de los alumnos, según indican Sánchez Martín & Del Villar Álvarez (1999).



### 3.2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Ya que una parte esencial de este trabajo está fundamentada en una intervención en un centro educativo, debemos comenzar analizando la situación actual del sistema educativo en nuestro país.

El proceso de reforma educativa emprendido en España a partir de la aprobación de la Ley Orgánica 1/1990, de 3 de Octubre de 1990, de Ordenación General del Sistema Educativo o *LOGSE* y del modelo de currículo abierto establecido por el *Real Decreto 1006/1991 (Enseñanzas Mínimas para la Ed. Primaria)*, sitúa al profesorado ante una nueva perspectiva en el ejercicio profesional, dado que la normativa legal vigente le otorga una importante labor en el desarrollo del currículo. Esta situación podría haber variado con la aprobación de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo de 2006, de Educación o *LOE*, el *Real Decreto 1513/2006 (Enseñanzas Mínimas de la Ed. Primaria)* y el *Decreto 40/2007 (Currículo de la Ed. Primaria en la Comunidad de Castilla y León)*, pero no ha sido así.

Hasta este momento, la Administración Educativa establecía unos programas que había que desarrollar dentro del marco de los ciclos educativos y los maestros debían arbitrar las medidas necesarias para que los alumnos consiguieran dominar los niveles básicos propuestos en unos márgenes temporales prefijados. En la actualidad, los nuevos currículos definen los objetivos, las capacidades y las competencias básicas que deben haberse desarrollado al término de la etapa y los contenidos fundamentales para conseguirlos, pero dejan a los maestros de cada centro la posibilidad de determinar, por la vía del acuerdo, los puntos de referencia que indicarán el desarrollo del trabajo en cada uno de los ciclos que constituyen la etapa.

El protagonismo que debe asumir el maestro en las tareas de desarrollo del currículo, tanto en equipo (Proyecto Educativo y Programaciones Didácticas del centro, por ciclos) como individualmente (Programaciones Didácticas, concebidas como conjunto de Unidades Didácticas, por niveles), requiere una formación que le permita asumir ese ejercicio de libertad de forma consciente y responsable. Naturalmente, para ello, debe contar con materiales curriculares que le permitan obtener información sobre distintas formas de concreción de cualquiera de los elementos del currículo.

Por otro lado, nuestro planteamiento didáctico se va a encontrar con una serie de condicionantes, como son: las características evolutivas del alumnado (factores





psicológicos o intelectuales, socio-afectivos y motrices) y los factores organizativos (estos últimos serán tratados en el apartado específico de metodología).

En cuanto a los factores psicológicos o intelectuales, Piaget (1947) afirma que el niño entre los siete y los doce años se encuentra en lo que él denominó etapa de las *operaciones concretas*, la cual está marcada por una disminución gradual del pensamiento egocéntrico y por la capacidad creciente de centrarse en más de un aspecto de un estímulo. Pueden entender el concepto de agrupar, aunque sólo pueden aplicar esta nueva comprensión a los objetos concretos (aquellos que han experimentado con sus sentidos), ya que el pensamiento abstracto aún no se ha desarrollado.

Por lo tanto y, teniendo en cuenta también los factores socio-afectivos de los niños de este ciclo, podemos decir que: comienzan a ser capaces de reflexionar y a prestar una atención más selectiva, como consecuencia de ello aparece el análisis, la realidad está presente en cada una de sus actuaciones (ya no predomina la fantasía), están más predispuestos a la aventura (son menos tímidos), comienzan a tomar sus primeras decisiones, pueden tener criterio entre lo que está bien o no, están muy motivados, son entusiastas y atrevidos, en general respetan todas las normas, comienzan los primeros grupos de amigos o pandillas y empiezan a gustarles las actividades deportivas.

Si hablamos de los factores motrices y atendemos al desarrollo del niño en la Educación Primaria que propone Winter (citado en Marcos, 1989), nos encontraríamos entre dos fases:

- *Fase de adelantos rápidos* (7 a 10 años). La coordinación de movimientos experimenta un crecimiento importante, mejorándose en gran medida el equilibrio.
- *Fase de gran capacidad para el aprendizaje motor* (de 9 a 12 años en niñas, y de 9 a 14 años en niños). Se obtienen excelentes resultados debido a la capacidad de reacción, el valor y las ganas de aprender que presentan.

De lo que no cabe duda y, en ello coinciden la mayoría de autores, es que, de 9 a 12 años, es la etapa propia del aprendizaje motor. Existe un desarrollo cualitativo de las habilidades, y un control creciente del movimiento. Mejoran la agilidad, fuerza, y rapidez. Los movimientos son más equilibrados y armónicos, realizados con gran economía de esfuerzos, y realiza movimientos complejos y coordinados.

Por otro lado, las competencias básicas son una iniciativa de la comunidad europea cuyo fin es mejorar la calidad de la enseñanza impartida en los centros educativos europeos y tiene dos objetivos fundamentales:





- Uniformar la forma en que los países de la unión evaluamos al alumnado, logrando así una garantía de que todos compartimos unos contenidos comunes y una formación mínima común.

- Impulsar que el aprendizaje en la escuela sea más práctico y funcional para la vida diaria, garantizando que el alumnado aprenda conocimientos y destrezas que sean aplicables en su vida diaria y en su vida laboral futura. Se trata de superar el modelo de escuela donde el objetivo sea la acumulación de conocimiento en vez de su puesta en práctica.

Hay múltiples ejemplos de que esto es posible. Por ejemplo en vez de hacernos realizar innumerables ejercicios con números, esta nueva forma de educar nos pondrá frente a problemas cotidianos que tendremos que saber resolver como la lista de la compra o la gestión de los gastos de una familia al mes.

Podríamos definir las *competencias* como “aquellos conocimientos y habilidades que nos dotan de la cultura común imprescindible, que debe adquirir un ciudadano, y el alumnado en su etapa escolar, para resolver tareas de la vida real que le hagan más culto, libre y responsable”, extraído del Calendario de 2013 *Las Competencias en Aprendizajes Básicos para la Vida*, del Plan de Competencias para la Vida Escuela-Familia-Comunidad (Proyecto Atlántida, FAPA Hierro, Centros y Consejo Insular de Educación).

Estas competencias básicas, propuestas por la Unión Europea y recogidas en la LOE, son ocho: Competencia en comunicación lingüística, Competencia matemática, Competencia en el conocimiento y en la interacción con el mundo físico, Tratamiento de la información y competencia digital, Competencia social y ciudadana, Competencia cultural y artística, Competencia para aprender a aprender y Autonomía e iniciativa personal. Nuestro trabajo se va a centrar en esta última.

Con esta competencia se pretende que el alumnado, por un lado, tome decisiones con criterio y desarrolle la opción elegida asumiendo las consecuencias, adquiera habilidades personales como la autonomía, creatividad, autoestima, autocrítica, iniciativa, el control emocional y, por otro lado, sepa aprender de los errores.

Cuando nos enfrentamos a cualquier situación de enseñanza-aprendizaje, aparece un aspecto ya propuesto por Sánchez Bañuelos (1986), basado en los trabajos de Welford (1969) y Marteniuk (1976), que denomina criterio de *complejidad del aprendizaje* para lo cual se extraen los mecanismos que intervienen en dicha



complejidad y que son: *Mecanismo Perceptivo*, *Mecanismo de Decisión* y *Mecanismo de Ejecución*.

El *mecanismo perceptivo* está referido a cuestiones tales como las relativas a la detección de los estímulos, comparación de las informaciones recibidas con las almacenadas, la selección de informaciones, o la propia anticipación. Mientras que el *mecanismo de toma de decisiones* supone la comparación, transformación de la información, selección del plan de acción y del programa motor adecuado, así como la determinación del esfuerzo necesario. Por último, el *mecanismo de ejecución* actúa sobre unidades musculares provocando la realización del gesto adecuado, es decir, este mecanismo es el responsable de la organización de la respuesta.

Debemos señalar que la competencia básica de la “Autonomía e iniciativa personal” esta íntimamente relacionada con el factor decisonal del individuo, siendo ahí donde deberá incidir nuestra intervención.

Así, también debemos hacernos eco del apartado que encontramos en el *Decreto 40/2007* que trata de la *Contribución del área al desarrollo de las competencias básicas*, afirmando que la Educación Física ayuda a la consecución de la *autonomía e iniciativa personal* en la medida en que emplaza al alumnado a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar auto superación, perseverancia y actitud positiva. También lo hace, si se le da protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de las actividades físicas, deportivas y expresivas.

Si nos centramos en los deportes, como contexto pedagógico que promueve la adquisición de competencias, cobrará especial relevancia el respeto a un conjunto de principios pedagógicos que remiten a (Pérez Gómez, 2007; citado por Blázquez & Bofill, 2009):

- Propiciar, a través de los procesos de aprendizaje, la reconstrucción de los modelos mentales y de participación motriz del alumno.
- Implicar al alumno en procesos de búsqueda, de indagación, de experimentación, de reflexión, de aplicación y de comunicación de los aprendizajes.
- Presentar situaciones reales y actividades auténticas, que estén próximas a la vida cotidiana de los alumnos.
- Flexibilizar la organización de las actividades para poder vincularlas al entorno social.
- Aprender en situaciones de incertidumbre.



- Crear entornos de aprendizaje centrados en el intercambio y en la vivencia en torno a la cultura deportiva.
- Promover la metacognición, la toma de conciencia de los propios conocimientos.
- Suscitar contextos cooperativos que hagan posible el diálogo, el intercambio, la escucha activa, el respeto a las diferencias, el enriquecimiento recíproco y la creación de un clima social constructivo.
- Ofrecer un entorno de seguridad afectiva, en el que el alumno sienta que pueda explorar, integrar el error, replantearse, realimentar el proceso y volver a experimentar.
- Abrir la puerta al desarrollo de procesos de evaluación formativa, que posibiliten el progreso de cada persona.

#### **4. METODOLOGÍA Y SISTEMÁTICA DE LOS EJERCICIOS**

Consideramos que para mejorar la autonomía e iniciativa personal hay que trabajar desde un proyecto colectivo y, así, podemos afirmar que la metodología utilizada en nuestras sesiones de entrenamiento ha sido lúdica, activa y participativa. Aunque, en ocasiones, ha sido necesaria la utilización del *mando directo* y el *descubrimiento guiado* en la enseñanza de técnicas concretas y específicas, ha predominado la *resolución de problemas* como principio metodológico de todos los entrenamientos (Mosston, 1985; Piéron, 1988; Sánchez Bañuelos, 1986 & Blández, 2000).

Así, como opciones metodológicas más significativas en el desarrollo que se persigue de la autonomía e iniciativa personal, señalamos los siguientes referentes:

- Puesta en práctica de opciones metodológicas orientadas hacia la emancipación del alumno: enseñanza basada en problemas.
- Puesta en práctica de alternativas metodológicas cooperativas.
- Introducción del deporte del balonmano desde la perspectiva de la enseñanza para la comprensión.
- Implicación del alumno en procesos organizativos y de autogestión de la actividad física desde el modelo de educación deportiva.
- Alternativas metodológicas ligadas a la educación en valores.

Por otro lado, la utilización de juegos se considera un paso metodológico imprescindible para el desarrollo de los diferentes niveles que se reflejan en el juego.



Como proceso de enseñanza, la relación del niño: con el balón, con el compañero y entre ambos con los contrarios, marcan los tres puntos diferenciados del proceso metodológico en el que, sin duda, tienen mayor vivencia los argumentos de diversión, distracción y aproximación al juego que podemos definir como previo a la práctica del balonmano. Así, en ningún caso este planteamiento interferirá a otros modelos, sino que enriquecerá cualquier otro proceso que tenga relación con enseñanzas deportivas.

La sistemática utilizada en todas las sesiones de entrenamiento constaron de tres partes significativas: una primera de *animación o calentamiento*, una *parte central o principal* de la actividad y, otra final, de *vuelta a la calma o relajación* (Piéron, 1999).

- El *calentamiento* (para activar progresivamente, preparar y acomodar a los jugadores a la actividad a realizar, así como para evitar y prevenir lesiones) se realizó de forma jugada (mediante juegos de cualquier ámbito), ya sean juegos de persecución, coordinación, cooperación, oposición, cooperación/oposición, habilidad, etc., donde, sin lugar a dudas, los jugadores trabajaron además de la coordinación dinámica general, la visomotriz, su lateralidad, ..., sin hablar ya del poder socializador de este tipo de juegos, donde también se desarrollan valores como la tolerancia o el compañerismo, tan importantes para el desarrollo integral del individuo.

- La *parte principal* de las sesiones (para desarrollar las habilidades básicas que ya poseen y aprender gestos motrices y habilidades específicas que aún desconocen) se basó en la práctica del deporte del balonmano, tanto en sus diferentes formas de juego (juegos adaptados, modificados, etc.), como en sus tan diversas técnicas individuales y tácticas colectivas, rasgos tan esenciales de este deporte que si no se trabajan concienzudamente sería imposible llevarlo a su práctica global.

- La *vuelta a la calma* (para sosegar y normalizar al jugador y que éstos vuelvan a su ritmo normal) consistió en el trabajo de estiramientos, por parejas o individualmente, para evitar lesiones y así concienciar a los jugadores en este importante aspecto de la práctica de cualquier actividad física.

En cuanto al proyecto colectivo, nuestra forma de jugar pretende ser *dirigida*, estableciendo unos *medios tácticos* iniciales muy *simples*, a partir de los cuales se favorecerá el *juego libre* de los jugadores, propiciando su creatividad y su eficaz búsqueda de soluciones a una situación concreta dada, descartando los *modelos prefabricados*.

En cuanto al juego defensivo, nuestros jugadores deben realizar defensas abiertas, individuales, para potenciar la mejora defensiva individual, la inteligencia táctica del jugador y favorecer espacios amplios en el juego.



Las premisas que tendrán los jugadores en el juego ofensivo serán:

- No perder la posesión del balón.
- Desplazarse, con o sin balón, a los espacios libres y, siempre que podamos, hacia la portería contraria.
- Buscar siempre el apoyo con el compañero desmarcado más próximo.
- No botar el balón, a no ser que todos mis compañeros estén marcados (el bote como recurso).
- Intentar meter gol.

OPERATIVIZACIÓN DE LOS ELEMENTOS DEL MODELO DE JUEGO			
ELEMENTOS DEL MODELO DE JUEGO	CONTENIDOS TÉCNICOS	CONTENIDOS TÁCTICOS INDIVIDUALES	CONTENIDOS TÁCTICOS COLECTIVOS
1. Desplazamientos, con y sin balón, a los espacios libres.	1. Desplazamientos y orientaciones. El desmarque.	1. Dominio del campo visual para decidir cuándo es el momento de ocupar un espacio libre.	1. Circulación de jugadores y circulación de balón.
2. Encadenamientos simples de bote, pase y lanzamiento como forma de crear peligro.	2. Botar, pasar y recepcionar.	2. Saber cuándo botar, pasar y recepcionar y encadenarlos para crear peligro.	2. Circulación de balón y circulación de jugadores.
3. Iniciación al pase y va.	3. El pase y va. Importancia del juego sin balón.	3. Igual que 1 y 2 como forma básica de atacar un 2x2 para tratar de meter gol yo o mi compañero.	3. Pase y va.

Todas las sesiones de entrenamiento, además de tener las tres partes estructurales bien diferenciadas de: *calentamiento*, *parte principal* y *vuelta a la calma*, también constarán de otras tantas partes en las que trabajaremos, a través de juegos o actividades más o menos directivas, la mejora de elementos técnico-tácticos individuales y elementos tácticos colectivos más propios del modelo de juego.

Los medios tácticos que se han desarrollado han sido muy simples o básicos y, por tanto y, teniendo además en cuenta la edad de nuestros jugadores, se han trabajado a través de *actividades* más o menos *jugadas* o en forma de *tareas muy sencillas* durante nuestras sesiones de entrenamiento.

Así, a modo de ejemplo, para desarrollar el *medio táctico 1*. “*Desplazamientos, con y sin balón, a los espacios libres*”, hemos trabajado:



- Ejercicio muy sencillo de desplazamiento en zig-zag entre conos, con el balón adaptado. Paso rodando al siguiente.
- Ejercicios muy sencillos de adaptación y manejo del balón en carrera (uno adaptado y el otro en bote), incidiendo en que los desplazamientos sean efectivos (rápidos y eficaces). Paso un balón bien y el otro rodando.
- Ejercicios de pase en proximidad muy sencillos y desplazamiento con cruce de los jugadores de una fila a otra.
- Todo tipo de circuitos en los que se tengan que desplazar, con o sin balón (como el siguiente ejemplo: saltan de aro a aro, con bote de balón en la parte final, entre los conos, y lanzamiento de precisión a los conos).

## 5. PROGRAMACIÓN DE BALONMANO. PROPUESTA DE MODELO ADAPTADA A LA ESCUELA EN EL CEIP “NTRA. SRA. DE LA CANDELARIA” DE ZAMORA

FECHA DE INICIO	FECHA DE FINALIZACIÓN	NÚMERO DE SESIONES
01 - Octubre - 2013	17 - Junio - 2014	33 + 12

OCTUBRE – 2013							NOVIEMBRE – 2013							DICIEMBRE – 2013						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6					1	2	3							1
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29
														30	31					

ENERO – 2014							FEBRERO – 2014							MARZO – 2014						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5						1	2						1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28			24	25	26	27	28	29	30
														31						

ABRIL – 2014							MAYO – 2014							JUNIO – 2014						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6				1	2	3	4							1
7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
														30						

■ Días de entrenamiento.

■ Días de competición.



En cuanto a la planificación y lo referente al *calendario de competición*, éste viene marcado por la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Zamora, en coordinación y colaboración estrecha con el Club Balonmano Zamora, que es el organismo que se encarga de, vistos los equipos participantes y las posibles fechas de competición, completar dicho calendario y hacerlo cumplir por todos los equipos.

Así, las *sesiones de entrenamiento* se desarrollan todos los Martes, de 16:00 a 17:00 h., en el propio colegio (CEIP “Ntra. Sra. De La Candelaria” de Zamora).

En la temporada en la que se va a ejecutar este trabajo, el Comité organizador de los Juegos Escolares 2013-2014 de Zamora que forma parte del Programa “Deporte Base de Castilla y León” (Consejería de Educación y Cultura. Dirección General de Deportes y Juventud –Junta de Castilla y León–), decidió unir en una sola liga competitiva a las categorías Prebenjamín y Benjamín masculina/femenina de Balonmano, quedando configurada por los siguientes equipos:

- CEIP Ntra. Sra. De La Candelaria A Rearasa (Prebenjamín)
- CEIP Ntra. Sra. De La Candelaria B Rearasa (Prebenjamín)
- CEIP Ntra. Sra. De La Candelaria Gym Sentral
- CEIP Sancho II
- CEIP San José de Calasanz
- Colegio Ntra. Sra. Del Rocío A
- Colegio Ntra. Sra. Del Rocío B

La competición se planificó a dos vueltas, con dos fases bien diferenciadas, en las que en la primera vuelta cada equipo se enfrentó con el resto de equipos participantes, y en la segunda vuelta (tras haber separado las dos categorías que integraban esta liga) cada equipo se enfrentó con el resto de equipos solamente de su categoría. O, dicho de otro modo, la competición se desarrolló a partidos de ida y vuelta entre todos los equipos participantes; con lo cual, cada equipo, se enfrentó al resto en dos ocasiones a lo largo de toda la competición (exceptuando a los equipos prebenjamines que, en la segunda fase, sólo se enfrentaron entre ellos).

Se celebró una sesión de entrenamiento semanal en las instalaciones del centro educativo, resultando un total de 33 sesiones a lo largo de toda la temporada, que se estructuraron como a continuación se recoge:

- 5 sesiones de toma de contacto con los compañeros, el entrenador y el nuevo deporte que les une, y de preparación del inicio de la competición de los Juegos Escolares (juegos de coordinación de los tres pasos, bote, pase, recepción,





lanzamiento, defensa individual, ...). Sesiones de los días: 1, 8, 15, 22 y 29 de Octubre de 2013.

- 25 sesiones de iniciación y perfeccionamiento técnico-táctico durante dicha competición (juegos de circulación de balón, para trabajar la defensa individual, ...). Sesiones de los días: 5, 12, 19 y 26 de Noviembre; 3, 10 y 17 de Diciembre de 2013; 14, 21 y 28 de Enero; 4, 11, 18 y 25 de Febrero; 11, 18 y 25 de Marzo; 1, 8, 22 y 29 de Abril; y 6, 13, 20 y 27 de Mayo de 2014.

- 3 sesiones de reflexión, distensión y afianzamiento del deporte del balonmano, una vez concluida la competición, materializado por medio de “partidillos” amistosos con equipos participantes en los Juegos Escolares, principalmente el CEIP Ntra. Sra. De La Candelaria Rearasa A y B (Prebenjamines), por proximidad. Sesiones de los días: 3, 10 y 17 de Junio de 2014.

Debemos señalar que, debido a que la programación de actividades es el elemento fundamental para proponer las tareas que mejor desarrollen los contenidos que hemos planificado hacer llegar a nuestros jugadores y, así, cumplir nuestros objetivos, siempre proponemos actividades suficientes en cada sesión, para evitar vernos expuestos a la improvisación.

La relación de todas las sesiones de entrenamiento que estructuran esta programación de balonmano es la siguiente:

<b><u>SESIÓN Nº 1:</u></b> “Somos un equipo”	01-10-2013
<b><u>SESIÓN Nº 2:</u></b> “Respetamos las reglas: Fair Play”	08-10-2013
<b><u>SESIÓN Nº 3:</u></b> “Descubriendo el Balonmano”	15-10-2013
<b><u>SESIÓN Nº 4:</u></b> “Vamos mejorando”	22-10-2013
<b><u>SESIÓN Nº 5:</u></b> “Jugamos en equipo”	29-10-2013
<b><u>SESIÓN Nº 6:</u></b> “Nos pasamos el balón”	05-11-2013
<b><u>SESIÓN Nº 7:</u></b> “Pasamos y recibimos correctamente”	12-11-2013
<b><u>SESIÓN Nº 8:</u></b> “Hacemos el ciclo de pasos”	19-11-2013
<b><u>SESIÓN Nº 9:</u></b> “Botamos para no hacer pasos”	26-11-2013
<b><u>SESIÓN Nº 10:</u></b> “Adaptamos y manejamos correctamente el balón”	03-12-2013
<b><u>SESIÓN Nº 11:</u></b> “Lanzamos a portería”	10-12-2013
<b><u>SESIÓN Nº 12:</u></b> “Encadenamos bote, pase y recepción”	17-12-2013
<b><u>SESIÓN Nº 13:</u></b> “Nos desmarcamos”	14-01-2014
<b><u>SESIÓN Nº 14:</u></b> “Nos desmarcamos con balón”	21-01-2014
<b><u>SESIÓN Nº 15:</u></b> “Circulamos el balón”	28-01-2014



<u>SESIÓN Nº 16</u> : “Practicamos la posición defensiva”	07-02-2014
<u>SESIÓN Nº 17</u> : “Hacemos defensa individual”	11-02-2014
<u>SESIÓN Nº 18</u> : “Circulamos el balón para crear peligro”	18-02-2014
<u>SESIÓN Nº 19</u> : “Iniciamos el pase y va”	25-02-2014
<u>SESIÓN Nº 20</u> : “Jugamos abiertos, no pegados a la zona del balón”	11-03-2014
<u>SESIÓN Nº 21</u> : “Ayudo a mi compañero en defensa”	18-03-2014
<u>SESIÓN Nº 22</u> : “Encadenamos bote, pase, recepción y lanzamiento”	25-03-2014
<u>SESIÓN Nº 23</u> : “Intentamos recuperar el balón en defensa”	01-04-2014
<u>SESIÓN Nº 24</u> : “Lanzamos a ángulos inferiores de la portería”	08-04-2014
<u>SESIÓN Nº 25</u> : “Nos desplazamos al espacio libre”	22-04-2014
<u>SESIÓN Nº 26</u> : “Penetramos sucesivamente”	29-04-2014
<u>SESIÓN Nº 27</u> : “Atacamos siempre de cara a la portería”	06-05-2014
<u>SESIÓN Nº 28</u> : “Mejoramos el pase y va”	13-05-2014
<u>SESIÓN Nº 29</u> : “Hacemos transiciones rápidas”	20-05-2014
<u>SESIÓN Nº 30</u> : “Practicamos el repliegue defensivo”	27-05-2014
<u>SESIÓN Nº 31</u> : “Jugamos un partido amistoso I”	03-06-2014
<u>SESIÓN Nº 32</u> : “Jugamos un partido amistoso II”	10-06-2014
<u>SESIÓN Nº 33</u> : “Jugamos un partido amistoso III”	17-06-2014

En el **ANEXO I**, se proponen seis modelos o ejemplos de sesiones de entrenamiento (correspondientes a seis semanas no consecutivas de trabajo de nuestra Planificación) en los que se trabajan los diferentes aspectos que intervienen en el desarrollo del medio táctico 1. “Desplazamientos, con y sin balón, a los espacios libres” y como se ha propuesto en el modelo de juego de mi equipo.

## **6. MEDIOS DE LOS QUE DISPONEMOS**

El estudio de este trabajo va dirigido a alumnos de Educación Primaria del CEIP “Ntra. Sra. de la Candelaria” y, más concretamente, a alumnos del segundo ciclo (8-10 años).

He contado con la inestimable ayuda en los entrenamientos de un monitor de balonmano en prácticas, con el que me he coordinado y me ha brindado la oportunidad de evaluar las sesiones desde otro punto de vista, a través de la observación indirecta, retroalimentarlas y, así, mejorarlas.

Para los entrenamientos, hemos podido hacer uso del patio exterior de recreo del centro educativo al que asisten todos los miembros del equipo (CEIP “Ntra. Sra. De



La Candelaria”), en el que está marcado el campo de balonmano con sus medidas oficiales, además de una amplia zona aneja cubierta (porche de unos 100 m<sup>2</sup>.) que hemos podido utilizar para hacer un pre-calentamiento inespecífico o estiramientos, en el caso de estar ocupada la pista hasta el momento justo de nuestra hora de entrenamiento, o tenido que abandonarla inmediatamente después de finalizar nuestra hora y, fundamentalmente, cuando por inclemencias meteorológicas nos ha sido imposible utilizar la pista (lluvia, nieve, hielo, ...).

Además de los entrenamientos semanales desarrollados en las instalaciones del centro educativo, también hemos hecho uso de las instalaciones municipales en las que se ha desarrollado la competición en la que hemos participado: el Pabellón Polideportivo de la Universidad Laboral (CEI de Zamora) y el Pabellón Polideportivo del Campus Viriato (campus universitario de Zamora).

En cuanto a material deportivo o complementos que hemos utilizado durante los entrenamientos, contamos con: múltiples balones oficiales y de balonmano *foam* talla Nº 1, conos de señalización, aros, picas, cuerdas, ladrillos de Psicomotricidad, vallas de iniciación en el salto (20 y 30 cm.), gomas elásticas, petos de colores, silbato, cintas adhesivas de colores y tizas.

## **7. ANÁLISIS DEL DESARROLLO DE LA “AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL” EN EL GRUPO DE ALUMNOS OBJETO DEL ESTUDIO**

### **7.1. 1ª FASE: DE ANÁLISIS**

#### **7.1.1. MUESTRA**

El grupo escogido para este análisis cursaba en el momento de aplicación del estudio los niveles de 3º y 4º de Educación Primaria (segundo ciclo) en el CEIP “Ntra. Sra. De La Candelaria” de Zamora. Dicho grupo estaba integrado por un total de 19 alumnos, de los que 14 eran chicos y 5 chicas. Asimismo, diez de los alumnos pertenecían a 3º y, los otros nueve, a 4º (uno de ellos era repetidor).

En general, existía un ambiente de cohesión grupal bastante aceptable, un nivel académico bueno y, en el mismo, intervinimos dos entrenadores de balonmano.

La elección del grupo para este trabajo obedeció a unos patrones positivos de atención y de interrelación social (observados en el mismo con anterioridad a la puesta en acción de la intervención específica), que apreciamos como favorables para el desarrollo del estudio, por el alto nivel de implicación apreciado en los integrantes de este grupo, sustentando dicha selección en los siguientes razonamientos:



- El autor de este análisis lleva trabajando en dicho centro de enseñanza ya tres años, lo que facilitó su aplicación, control y seguimiento.

- Los alumnos del mismo mostraban un interés generalizado por la actividad extraescolar del Taller de Balonmano y, especialmente, por aquellas actividades que les resultaban más novedosas.

- Predisposición de todo el grupo para la realización de tareas adicionales (someterse a entrevistas y redactar cuestionarios). Todos los alumnos se ofrecieron voluntariamente para este análisis, sin mostrar objeción alguna al trabajo extra.

- Detección de una dependencia considerable de los adultos (maestros, padres/madres o entrenadores) para las iniciativas o para la toma de decisiones en algunos campos, a pesar de poseer un nivel de esfuerzo amplio para ejecutar bien sus obligaciones.

Cabe reseñar que el hecho de centrar ciertos aspectos del trabajo sólo en nueve personas (dentro de un conjunto de diecinueve) se justifica únicamente por la necesidad de operativizar el análisis de las entrevistas, para que la aplicación de este estudio de casos se convierta en algo realmente práctico.

#### 7.1.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

En cuanto a la estructura y secuenciación de esta intervención, temporalizamos la realización de este estudio desde principios del mes de Octubre de 2013 hasta pasada la primera quincena de Junio de 2014, y dividimos su aplicación en tres períodos:

- 1ª Fase de Análisis: elaboración y preparación de los instrumentos.
- 2ª Fase de Intervención: línea base de las conductas e intervención en sí misma.
- 3ª Fase de Extinción-Conclusión: reflexión sobre los datos obtenidos.

En la **Fase de Análisis** llevamos a cabo la selección del grupo de intervención, la organización del trabajo, la secuenciación del mismo, y la creación de los instrumentos, que nos ocupó los meses de Octubre, Noviembre y Diciembre de 2013 en su totalidad.

En esta fase, observamos la situación previa en la que se encontraban los alumnos. Es decir, analizamos sus conductas y sus pensamientos respecto al tema que nos ocupa de autonomía e iniciativa personal antes de la intervención propiamente dicha.



En la misma destacó un modelo de entrenamiento tradicional del balonmano, con predominio de las técnicas directivas, donde el entrenador fue el principal protagonista, al estar basado en una comunicación fundamentalmente unidireccional.

En la **Fase de Intervención** aplicamos diversas estrategias y propuestas específicas con la intención final de mejorar la autonomía e iniciativa personal de los alumnos sobre los que se llevaba a cabo el estudio. En suma, tratamos de intervenir para modificar sus conductas y sus pensamientos, y ***conducirlos hacia un comportamiento más autónomo.***

La intervención didáctica fue dirigida, como señala Ureña (2000), hacia la consecución de una creciente autonomía por parte del alumno, que, a nivel práctico se traduce en una disminución en la toma de decisiones por parte del profesor, y un aumento de éstas por los alumnos.

En esta línea, se fue reduciendo progresivamente el papel directivo del entrenador, tendiendo siempre a estilos más participativos, donde el alumno/jugador se convirtió en el protagonista de su propio aprendizaje, con escauceos, incluso, en la enseñanza de sus compañeros (micro-enseñanza).

A lo largo del desarrollo de esta fase, se buscó (como objetivo principal) la participación autónoma y responsable del alumno con una actitud crítica.

Este período abarcó los meses de Enero, Febrero, Marzo y Abril de 2014.

En la **Fase de Extinción-Conclusión** analizamos la relación causa-efecto de las estrategias empleadas. Es decir, en qué medida la intervención didáctica de la fase de Intervención ha favorecido el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de los alumnos.

Este período se extendió durante todo el mes de Mayo de 2014.

## 7.2. 2ª FASE: DE INTERVENCIÓN

### 7.2.1. INSTRUMENTOS DE OBSERVACIÓN Y RECOGIDA DE DATOS

En cuanto a los instrumentos y técnicas de observación:

#### ♦ **Entrevistas:**

Según Colás (1992), la utilización de la entrevista de investigación constituye una vía fructífera para conocer sentimientos, pensamientos o intenciones de las personas anteriores a la observación, que pueden explicar determinadas organizaciones y comportamientos de personas.

Se planteó un modelo de *entrevista semiestructurada*, con un carácter netamente evocador y abierto en las contestaciones a una redacción libre por parte del



alumno, a través de 11 preguntas que poseían una cierta flexibilidad en la formulación, para que pudieran irse adaptando en función de la fluidez del entrevistado.

La realización de las entrevistas se encubrió a través de la realización de una “redacción” en base a las preguntas formuladas, que los alumnos debían elaborar en sus casas, en el intervalo de dos entrenamientos. Así, se llevaron a cabo en un clima agradable y cordial para facilitar la sinceridad y la espontaneidad en las respuestas de los alumnos.

Para operativizar el análisis de las entrevistas reducimos a 9 alumnos (del total de 19) el número de personas a las que se les aplicó esta técnica y la selección fue realizada en función de la búsqueda de una muestra que aglutinara las características de todo el grupo.

En este sentido, elegimos los siguientes perfiles de alumnos:

- 6 chicos y 3 chicas (para representar ambos géneros).
- 3 alumnos muy autónomos técnicamente (2 chicos y 1 chica).
- 3 alumnos medianamente autónomos técnicamente (2 chicos y 1 chica).
- 3 alumnos poco autónomos técnicamente (2 chicos y 1 chica).

El formato de las preguntas de la entrevista-redacción fue el siguiente:

- ¿Por qué estás apuntado a este Taller?
- ¿Qué es lo que más y lo que menos te gusta del balonmano?
- ¿En qué crees que eres mejor y qué es lo que tú crees que se te da peor?
- ¿Cómo crees que podríamos mejorarlo?
- ¿Crees que tus compañeros son mejores o peores que tú?
- ¿En qué aspectos?
- ¿Qué harías tú para solucionarlo?
- ¿Comprendes lo que hacemos y explicamos en los entrenamientos?
- ¿Qué has aprendido?
- ¿Cambiarías algo de los entrenamientos?
- ¿Estás contento con tu entrenador?
- Escribe todo lo que quieras.

#### ◆ **Cuestionarios:**

Para poder conocer las opiniones de los alumnos acerca de su situación y de su evolución respecto a los pensamientos y a las conductas sobre su autonomía e iniciativa personal, se confeccionó un *cuestionario con carácter cerrado* que, una vez analizados, fueron valorados cualitativamente.



Fueron respondidos por todos los alumnos del grupo y, en los mismos, se les preguntaba, con un formato anónimo, sobre cuestiones generales y particulares relacionadas con: el contexto, los comportamientos propios y de los compañeros, sus sentimientos y emociones, el grado de participación, así como sus opiniones y valoraciones.

Las preguntas concretas fueron las siguientes:

- 1ª.- ¿Te gustan los entrenamientos de balonmano?
- 2ª.- ¿Tienes interés por aprender en este Taller?
- 3ª.- Durante otros cursos... ¿Te han dado responsabilidades en los entrenamientos de balonmano (crear actividades, controlar pruebas, recoger el material)?
- 4ª.- Actualmente... ¿El entrenador te encarga tareas o te da responsabilidades en los entrenamientos o en los partidos?
- 5ª.- ¿Realizas actividades en los entrenamientos de balonmano sin la ayuda del entrenador?
- 6ª.- ¿Piensas que puedes llevar a cabo tareas sin la presencia y/o ayuda del entrenador?
- 7ª.- ¿Crees que podrías realizar, por propia iniciativa, lo que se hace en los entrenamientos de balonmano?
- 8ª.- ¿Cómo valoras tu capacidad para agruparte libremente con otros compañeros en los entrenamientos de balonmano sin que tenga que intervenir el entrenador?
- 9ª.- Cuando el entrenador os propone que os agrupéis para una tarea o para un juego... ¿En qué medida tomas tú la iniciativa para organizar el grupo o para ponerte con los compañeros que tú quieres?
- 10ª.- ¿Cómo calificas tu disposición para reflexionar sobre las tareas que se hacen en los entrenamientos de balonmano y para proponer alternativas a las propuestas del entrenador?
- 11ª.- Evalúa tu capacidad para proponer actividades en los entrenamientos de balonmano.
- 12ª.- ¿En qué medida eres capaz actualmente de realizar las tareas de un entrenamiento de balonmano sin la presencia del entrenador?
- 13ª.- Valora tu disposición para resolver situaciones conflictivas sin la ayuda del entrenador (riñas entre compañeros, disputas por algún tipo de material, no quererse juntar con otros para alguna tarea concreta).
- 14ª.- ¿Cómo puntúas tu capacidad para resolver situaciones en las tareas prácticas





de los entrenamientos de balonmano?

15ª.- Cuando el entrenador os da libertad para crear o realizar juegos y actividades...

¿En qué medida los demás compañeros dependen de lo que tú decidas?

16ª.- Puntúa tu capacidad para controlar a otros compañeros en la realización de tareas durante los entrenamientos.

17ª.- Valora cómo te ves para dirigir y/o proponer tareas y juegos a tus compañeros durante los entrenamientos de balonmano.

18ª.- ¿Cómo te ha resultado de difícil pensar en todo lo anterior?

#### ◊ Confrontación de datos con un segundo observador:

Con el objeto de analizar detalladamente las conductas de los alumnos y llevar a cabo una observación sistemática e indirecta de todo el grupo (de los 19 alumnos), con posterioridad a cada sesión práctica de entrenamiento me reunía con el monitor de balonmano en prácticas (2º Entrenador) que ha colaborado en las sesiones de entrenamiento, para debatir todo lo ocurrido en cada sesión.

Dicha reunión servía para: comentar la progresión de cada jugador, coordinarnos en futuros ejercicios de mejora individual o grupal, y para autoevaluar la propia sesión de entrenamiento a modo de retroalimentación.

A través de esta *coordinación* pudimos hacer lo que se ha venido en clasificar como **reflexión sobre la acción** dentro del campo de la investigación-acción, ya que la misma nos permitió un análisis reposado de las sesiones de entrenamiento, sin las precipitaciones de la observación directa, que en muchas ocasiones está condicionada por la necesidad de tomar decisiones inmediatas relativas a la organización y al control del grupo o de las propias actividades.

Para que el análisis estuviera delimitado, y con la intención de no divagar en aspectos secundarios, establecimos un *protocolo de observación*, basado en cinco indicadores o rasgos de conducta a observar:

- Actitud y motivación de los alumnos ante la autonomía proporcionada por el entrenador.
- Modelos de organización y de distribución del material empleado en los entrenamientos.
- Tipos de agrupaciones de los alumnos en las diferentes actividades.
- Formulación de propuestas y de alternativas por parte de los alumnos.
- Resolución de problemas ante situaciones planteadas por el entrenador.



Tomando como base estos cinco rasgos, y para analizar cada una de las sesiones planteadas, con la intención de poder así categorizar y constatar las conductas de los alumnos, elaboramos una *hoja de observación*, que contaba con los siguientes apartados (aparte de los datos generales referentes al número de sesión de entrenamiento, la fecha de dicha sesión y los contenidos que se estaban trabajando):

- 0.- Descripción de la tarea y parte de la sesión de entrenamiento en la que se propone.
- I.- Actitud de los alumnos:  
a) Clase de actitud; b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud.
- II.- Distribución del material:  
a) Forma de distribución; b) Tiempo empleado; c) Número de alumnos que intervienen.
- III.- Agrupamiento de los alumnos:  
a) Modelo de agrupamiento; b) Tiempo empleado; c) Intervenciones del entrenador.
- IV.- Alternativas a las propuestas:  
a) Número; b) Tipo de alternativas; c) Número de alumnos que la proponen.
- V.- Resolución de situaciones:  
a) Tipo de situación; b) Forma de resolverla; c) Número de alumnos que intervienen.

En el **ANEXO II** aparece un ejemplo de cada mes referido a la hoja de observación y confrontación de datos a la que se hace referencia en este apartado.

**En cuanto a la aplicación secuenciada de los instrumentos:**

**Fase de Análisis:**

- .- 1ª Contestación a los *cuestionarios*.
- .- Realización y transcripción de las *entrevistas* iniciales.
- .- *Registro* de la confrontación de datos con el segundo observador.

**Fase de Intervención:**

- .- *Registro* más amplio de la confrontación de datos con el segundo observador.
- .- Contestación final a los *cuestionarios*.

**Fase de Extinción-Conclusión:**

- .- Realización y transcripción de las *entrevistas* finales.

En cuanto a las estrategias didácticas para mejorar la autonomía e iniciativa personal de los alumnos y su enseñanza participativa:



En este apartado exponemos un resumen de las estrategias de intervención didáctica que hemos empleado en la fase de Intervención para desarrollar la autonomía e iniciativa personal de los alumnos a través de unas sesiones de entrenamiento participativas, ya que en dicho período es donde pretendimos incidir en la modificación concreta de la conducta y del pensamiento de los alumnos respecto a su disposición inicial.

Entre las que nos han parecido más relevantes y significativas citamos las siguientes, aunque cada ciclo de entrenamiento (e incluso cada sesión) puede ofrecer variadas posibilidades en función de sus peculiaridades:

- ❖ Utilizar libremente el material y los espacios para la puesta en práctica de sesiones de entrenamiento creadas por los propios alumnos.
- ❖ Diseñar, en grupos, propuestas novedosas de actividades.
- ❖ Modificar las reglas, los medios o los espacios en juegos empleados para el desarrollo de algún elemento técnico-táctico específico del balonmano.
- ❖ Inventarse, en grupo o individualmente, nuevos materiales para emplearlos en las sesiones de entrenamiento.
- ❖ Formular retos sobre contenidos trabajados previamente, con el objetivo de alcanzar nuevas consecuciones en grupo a través del ensayo o el entrenamiento de los alumnos sin la ayuda directa del entrenador, mediante la organización y ejecución por ellos mismos de las actividades de preparación. El papel del entrenador, en estas tareas, se limita a la aportación de *feedback* cuando éste sea demandado por los alumnos.
- ❖ Diseñar y crear recorridos con series de tareas o circuitos, sin la ayuda del entrenador.
- ❖ Realizar las funciones de control en situaciones de juego real.
- ❖ Inventarse y organizar un juego predeportivo en el que intervenga todo el grupo.
- ❖ Realizar tareas de micro-enseñanza con los propios compañeros: Enseñar y/o comunicar a un grupo de compañeros algún elemento técnico-táctico o actividad que el propio alumno domina, o que se ha preparado previamente.
- ❖ Reflexionar y realizar una evaluación recíproca, ayudados por el entrenador, sobre conductas y rendimientos de los compañeros en un ciclo de entrenamiento específico.
- ❖ Reflexionar y realizar una autoevaluación sobre rendimientos o conductas del propio alumno.
- ❖ Proponer un proyecto colectivo para la próxima temporada, de cara a consensuarlo con el entrenador y con los demás compañeros.



Concretando los aspectos anteriores de acuerdo a las VARIABLES que intervienen en la modificación de la práctica real, se establecen de manera específica las siguientes intervenciones concretas (Méndez, 1998, 1999, 2000):

- SOBRE LOS JUGADORES:

- Modificar el número de participantes (compañeros y adversarios).
- Establecer roles concretos.

- SOBRE EL ESPACIO:

- Modificar las dimensiones del terreno de juego.
- Modificar el tamaño, la forma y el número de las porterías o zonas de marca.
- Incorporar áreas de juego restringidas.

- SOBRE EL TIEMPO:

- Limitar el tiempo para la realización de acciones concretas.
- Limitar el tiempo de posesión del balón.
- Limitar el tiempo de permanencia en determinadas zonas.
- Acelerar o ralentizar el ritmo de juego.
- Bonificar la consecución de determinados objetivos en un tiempo determinado.
- Penalizar el retraso en la culminación de un determinado objetivo.

- SOBRE LOS MATERIALES:

- Modificar el número de móviles, su forma, su tamaño, ...
- Utilizar materiales más o menos ligeros, con mayor o menor bote.

- SOBRE LAS REGLAS DE JUEGO:

- Modificar el sistema de puntuación.
- Simplificar las reglas de la modalidad deportiva del balonmano.
- Modificar normas para promover demandas técnicas.

- SOBRE LA TÁCTICA:

- Crear situaciones de equilibrio o desequilibrio.
- Delimitar las funciones de algunos jugadores.
- Establecer secuencias de juego antes de abrir vía libre a la decisión de los participantes.

- SOBRE LA TÉCNICA:

- Delimitar las formas de contacto con el móvil.
- Plantear situaciones que condicionen el uso de técnicas concretas.



### 7.2.2. TRANSCRIPCIÓN DE DATOS

En este apartado, tenemos que hacer hincapié en la disparidad de niveles en los que se encontraban y encuentran nuestros alumnos en cuanto al desarrollo de su autonomía e iniciativa personal motivado, sobre todo, por: su diferencia de edad (niños de entre 8 y 10 años), los años de práctica de este deporte (3 niños juegan a balonmano por primera vez, para 11 niños éste es su segundo año, y para otros 5 niños es su tercer año consecutivo) y la figura del entrenador (sólo 9 niños conocen al entrenador de años anteriores).

Así, si analizamos una serie de variables o indicadores específicos, podríamos señalar el perfil o nivel en el que se encontraban inicialmente nuestros alumnos, como jugadores de balonmano, en cuanto a su autonomía e iniciativa personal, antes de nuestra intervención práctica. Dichas variables han sido extraídas de la tabla de doble entrada, que a continuación se incluye, adaptada de Né, R., Bonnefoy, G. & Lauppe, H. (2000):

#### PERFIL O NIVEL DE LOS JUGADORES DE BALONMANO EN FORMACIÓN

Variable o indicador	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
<b>Morfología del proyecto colectivo</b>	El proyecto formulado es muy general, se refiere al resultado esperado y/o el clima afectivo.	El proyecto se dirige a recordar principios generales de juego.	El proyecto precisa una distribución de papeles en función del valor de los jugadores de ambos equipos.	El proyecto precisa características colectivas de los equipos y define estrategias adaptadas.	El proyecto explicita una estrategia adaptada y fundamentada. Se prevén adaptaciones según los equipos, las reacciones y los acontecimientos.
<b>Preparación práctica del proyecto colectivo</b>	Las sesiones de entrenamiento se centran en acciones individuales sin coherencia de conjunto.	El entrenamiento del equipo es formal (carreras, pases y/o lanzamientos, juego en una zona).	El entrenamiento apunta a reforzar los puntos débiles del equipo.	El entrenamiento se estructura para personalizar la organización del equipo en función de las características de los jugadores.	El equipo se entrena de modo activo en función de un proyecto explícito, estructurado y adaptado a los encuentros previstos.
<b>Calentamiento</b>	Sólo piensa en calentar cuando se lo imponen.	Aplica sin reflexión un calentamiento dirigido.	Comprende las reglas de un calentamiento eficaz. Es capaz de reproducir un calentamiento	Es capaz de encargarse, de forma autónoma, de su propio calentamiento, adaptarlo,	Es capaz de concebir y dirigir un calentamiento fundamentado y eficaz, específico de



			estándar aprendido.	basarlo en el conocimiento de sus posibilidades y las exigencias de la actividad.	una actividad para un grupo de compañeros.
Jugador con posesión de balón en la aproximación a la portería contraria	Prefiere los pases cercanos.	Prefiere pasar al líder.	Avanza si tiene espacio o busca un compañero desmarcado hacia delante.	Puede desbordar a su defensor directo y dar pases hacia delante.	Es capaz de lanzar un pase largo hacia delante o llevar a cabo un contraataque, desborda al adversario directo, si es necesario, para avanzar o transmitir el balón hacia delante.
Jugador sin posesión de balón en la aproximación a la portería contraria	Se mantiene esencialmente alejado de la portería que debe atacar.	Se desplaza al mismo tiempo que el portador del balón.	Se sitúa por delante a distancia de pase con respecto al portador del balón.	Se sitúa por delante, a distancia de pase y sale de la alineación portador de balón/defensor.	Anticipa el avance ofensivo en cuanto percibe la posibilidad de que un compañero recupere el balón.
Jugador con posesión de balón en la construcción de la situación favorable de lanzamiento	Pasa directamente sin buscar una situación favorable de lanzamiento.	Inicia un avance hacia portería, luego pasa a un compañero.	Encadena un avance hacia la portería y luego un pase.	Puede: - desbordar a su adversario directo, o - ajustar el pase al desplazamiento de sus compañeros, consiguiendo así pases decisivos.	Ataca a portería liberando un pasillo de intervención para su compañero y ajusta el pase al desplazamiento del compañero, provocando la situación favorable de lanzamiento.
Jugador sin posesión de balón en la construcción de la situación favorable de lanzamiento	Mira al compañero que tiene el balón, pero se deja sorprender por el pase.	Se orienta hacia el compañero que tiene el balón y se organiza para recibir el pase.	Se orienta hacia la portería y avanza al mismo tiempo que el compañero que tiene el balón, lo que le lleva a recibir por detrás con respecto a su desplazamiento.	Se prepara y espera el inicio del pase para intervenir en el tiempo del pase.	Se prepara, se coloca e interviene a tiempo para atrapar el balón.
Obtención del gol	Lanza poco o nada. Las trayectorias de	Lanza pocas veces. Las trayectorias	Tiene un porcentaje de lanzamientos y	Marca más que la media de jugadores,	Contribuye ampliamente al resultado



	los lanzamientos son aleatorias y débiles.	son directas. Está centrado en la búsqueda de la potencia, en dirección a la portería.	éxitos cercano a la media del conjunto. Intenta apuntar a los espacios de la portería no cubiertos por el portero.	con un porcentaje de lanzamientos positivos superior al porcentaje medio. Marca en condiciones variadas (distancia, ángulo, formas de tiro, fuerza).	del equipo y ello con un porcentaje de éxito importante, abre su ángulo de lanzamiento e intenta desequilibrar al portero antes de terminar la trayectoria.
Obtención del balón	Interviene con obstáculo cerca de su propia zona.	Molesta al portador del balón. Interviene activamente en las trayectorias adversarias inseguras.	Se repliega pronto, luego se interpone activamente ante el portador del balón. Consigue intercepciones cerca de su propia zona.	Frena el avance del adversario interviniendo sobre los jugadores relevo. Consigue intercepciones en todo el terreno de juego. Consigue bloquear tiros adversarios.	Molesta el ataque adversario en cuanto se intenta poner en marcha. Consigue intercepciones durante las trayectorias, durante la finta del adversario o con bloqueo. Provoca la falta del portador de balón, actuando directamente sobre él o anticipándose a la transmisión del balón.
Continuidad del ataque	Interviene poco en los intercambios. Se deja sorprender por los pases de sus compañeros o pierde muchos balones por acciones individuales no controladas.	Contribuye a la conservación del balón, asumiendo los intercambios.	Contribuye a llegar a portería cuando es portador de balón. Como jugador cercano al portador de balón, se organiza en función de éste, la portería y de los adversarios (se desmarca, se orienta, se comunica con el portador de balón).	Interviene activamente, no sólo como portador de balón y futuro portador, sino también para favorecer la relación entre estos dos jugadores (como pantalla o como bloqueo). Se prepara para la continuidad del ataque, incluso cuando está lejos del portador de balón.	Prosigue su acción de bloqueo o pantalla para colocarse en situación favorable de tiro o sostén.
Relación de las fuerzas en	Se implica poco en la	Contribuye eficazmente a	Explota eficazmente	Consigue modular su	Asume con lucidez el





juego	acción.	la puesta en práctica de un proyecto colectivo respetando el papel que se le atribuye.	las posibilidades ofrecidas en el marco de un proyecto estratégico definido colectivamente (sacando partido de la acción colectiva de sus compañeros o asumiendo responsabilidades).	acción en función de un proyecto colectivo definido al principio y reajustado durante los tiempos muertos. Sabe controlar sus emociones al final del partido, para mantener una ventaja o intentar remontar un resultado.	papel de conductor de juego, en estrecha relación con el entrenador.
-------	---------	--	--	---	--

Fuente: Adaptado de Né, R., Bonnefoy, G. & Lauppe, H. (2000).  
*Enseñar balonmano para jugar en equipo*. Barcelona: INDE.

Seguidamente analizamos dichas variables una a una:

- **Morfología del proyecto colectivo:**

Los alumnos se encuentran entre el Nivel 1 y el 2, ya que el proyecto formulado es muy general, se refiere al resultado esperado y/o al clima afectivo, además de dirigirse a recordar y así reforzar principios generales del juego.

- **Preparación práctica del proyecto colectivo:**

En este apartado se sitúan entre los Niveles 1, 2 y 3, ya que las sesiones de entrenamiento del equipo son formales (desplazamientos, bote, pases, y/o lanzamientos, juego en zonas determinadas, ...), trabajando de lo individual a lo colectivo, pero siempre apuntando a reforzar los puntos débiles del equipo en cuanto a elementos técnico-tácticos básicos del juego.

- **Calentamiento:**

Aquí se encuentran entre los Niveles 1 y 2, ya que el alumno sólo piensa en calentar cuando se lo imponen, aplicando sin reflexión un calentamiento dirigido. Únicamente alcanzan el Nivel 3 en los momentos puntuales previos a la disputa de un partido, comprendiendo las reglas de un calentamiento eficaz y siendo capaces de reproducir un calentamiento estándar aprendido.

- **Jugador con posesión de balón en la aproximación a la portería contraria:**

A pesar de que la mayoría de alumnos se encuentra entre los Niveles 1 y 2, ya que prefieren los pases cercanos y buscan hacerlo al líder o jugador más hábil, los



jugadores más experimentados ya se aproximan al Nivel 3, avanzando si tienen espacio o buscando un compañero desmarcado hacia delante.

- **Jugador sin posesión de balón en la aproximación a la portería contraria:**

En este apartado se sitúan en el Nivel 2, ya que los jugadores se desplazan al mismo tiempo que el portador del balón, sin desmarcarse, llegando incluso a estorbarle en su avance. Los jugadores más experimentados desisten de permanecer en el Nivel 3, situados por delante a distancia de pase con respecto al portador del balón, cuando se dan cuenta que éste no es capaz de pasarles, teniendo que aproximarse a él.

- **Jugador con posesión de balón en la construcción de la situación favorable de lanzamiento:**

Si hubiese un Nivel 0 en esta variable, ahí se encontrarían, ya que en muy pocas ocasiones y, sólo los jugadores más experimentados y generosos, construyen situaciones favorables de lanzamiento. Por lo general, si se encuentran a una relativamente cercana distancia de la portería y con posesión de balón, ejecutarán un lanzamiento, aunque ésta no sea la mejor opción ni la situación más favorable.

- **Jugador sin posesión de balón en la construcción de la situación favorable de lanzamiento:**

Aquí se vuelven a encontrar entre los Niveles 1 y 2 ya que, a pesar de que generalmente aún mirando al compañero que tiene el balón se dejan sorprender por el pase, ya hay jugadores que se orientan hacia el compañero que tiene el balón y se organizan para recibir el pase.

- **Obtención del gol:**

Se sitúan, otra vez, entre los Niveles 1 y 2 pero, en esta ocasión, la experiencia no tiene nada que ver, sino las capacidades físicas básicas del jugador motivadas por su edad. Así, las trayectorias de los lanzamientos de los más pequeños son aleatorias y débiles y, las de los más mayores, serán directas, ya que estos jugadores están centrados en la búsqueda de la potencia, en dirección a la portería.

- **Obtención del balón:**

En este apartado se encuentran en el Nivel 2, ya que los jugadores, que están debidamente aleccionados en la defensa individual (la trabajada en estas edades, en contraposición de la defensa zonal de los adultos), molestan al portador del balón, con la excepción de algún error defensivo, por otro lado, muy común en estas edades. Además, intervienen activamente en las trayectorias inseguras de los adversarios, provocándoles la pérdida de la posesión del balón.



- **Continuidad del ataque:**

Se encuentran entre los Niveles 1 y 2, ya que por lo general intervienen poco en los intercambios, dejándose sorprender por los pases de sus compañeros y perdiendo muchos balones por acciones individuales no controladas, a excepción de los más experimentados que contribuyen a la conservación del balón, asumiendo los intercambios y ofreciéndose al compañero que tiene la posesión del balón.

- **Relación de las fuerzas en juego:**

Finalmente, se vuelven a situar entre los Niveles 1 y 2 ya que, aún habiendo jugadores que todavía se implican poco en la acción, quizás por su inexperiencia o inmadurez, la gran mayoría contribuye eficazmente a la puesta en práctica del proyecto colectivo.

### 7.2.3. ANÁLISIS DE DATOS

Para poder analizar los datos obtenidos a través de los instrumentos empleados en este estudio, así como reflexionar en la interpretación de las conductas para descifrar los pensamientos, hemos recurrido a la codificación de los principales problemas e ideas clave que iban apareciendo a lo largo de las fases de Análisis y de Intervención.

Nuestra pretensión ha tendido siempre dar rigor y precisión a este estudio, pero sin caer en un excesivo tecnicismo que pueda alejarnos de una verdadera interpretación cualitativa. Como señalan Delgado Noguera & Del Villar (1995), tras hacer una valoración positiva del tratamiento informático de los datos para *El análisis de contenido en la investigación de la enseñanza de la Educación Física*, ...el uso del ordenador no sitúa la investigación cualitativa, afortunadamente, fuera del paradigma interpretativo.

Para el análisis de la confrontación de datos con un segundo observador de las sesiones:

En la *hoja de observación* (ya explicada en el apartado 7.2.1.) se valoraron cualitativamente los comportamientos observados en cada tarea, en función de la calidad de la conducta apreciada, reflexionando sobre los mismos.

Así, por ejemplo, en el apartado IV, sobre Alternativas a las Propuestas, se tuvieron en cuenta y, así se registraron y valoraron, las ideas de los alumnos referidas a la distribución del material, las referidas al agrupamiento, las referidas al control de los compañeros y, sobre todo, las referidas a variantes de la acción motriz; o en el apartado V, sobre Resolución de Situaciones, también se destacó la forma de resolver el problema, si se recurría al entrenador para que éste le diera la solución, si se



solucionaba autoritariamente por parte de un alumno, si la decisión la tomaban varios compañeros y, sobre todo, si se llevaba a cabo por consenso entre los miembros de un grupo.

Para el análisis de las Entrevistas:

Teniendo en cuenta que este instrumento aportaba información fundamentalmente sobre el pensamiento de los alumnos y que esta técnica ha sido desarrollada solamente por 9 niños (seleccionados para ello en función de los criterios expuestos en el apartado 7.2.1. de este trabajo), hemos extraído unas *constantes* que se repiten y que pueden reflejar lo que nuestros alumnos reseñaron inicialmente (**ENTREVISTAS INICIALES**), antes de nuestra intervención práctica:

- Tienen la visión del balonmano y su práctica como una: actividad divertida y placentera, alternativa al fútbol, práctica de deporte y, además, deporte en equipo.

- Aprecian su factor social: una forma de pasarlo bien y jugar con sus amigos, apareciendo el concepto de compañerismo y de *equipo*. Se dan cuenta de que, las pequeñas discusiones y su solución, hacen perder tiempo de entrenamiento.

- Su práctica les llevará al aprendizaje del reglamento del balonmano y una serie de normas básicas de convivencia durante las sesiones de entrenamiento, siempre extrapolables a otros ámbitos de la vida.

- Reconocen los diferentes niveles, en cuanto a capacidades físicas básicas y técnico-táctica elemental (según su edad y experiencia deportiva), en los que se encuentran ellos mismos y sus compañeros. Unos afirman que, para mejorar esta situación e igualar estos niveles, lo ideal sería separar el grupo por edad (3º por un lado y 4º por otro). En cambio, la gran mayoría, insiste en que el sacrificio y el esfuerzo de todos y de cada uno hará mejorar al conjunto, siendo sólo cuestión de tiempo (tiempo invertido en el entrenamiento es igual a experiencia).

- Son conscientes de sus limitaciones, afirmando que cada uno juega como sabe y como les están enseñando.

- En relación al punto anterior, los menos hábiles (desde su punto de vista) prefieren jugar de portero, para pasar más inadvertidos. Estos mismos, reclaman mayor atención, por parte del entrenador (una enseñanza más individualizada), para poder mejorar.

- Ven los entrenamientos como medio de aprendizaje para mejorar los aspectos que peor se les dan en cuanto al juego. Afirman que deben insistir en los errores y practicar más lo que les resulta más complicado, a modo de solución.



- Comprenden las explicaciones y/o correcciones de las actividades y saben que son necesarias para realizar un buen trabajo, pero alguno se queja de que, en ocasiones, éstas son muy extensas (pensando erróneamente que están perdiendo tiempo de práctica o juego).

- Todos están contentos con el trabajo y la figura del entrenador, pero pocos son conscientes de la figura del *ayudante* de entrenador.

Tras la intervención práctica, analizamos las *constant*es que se repiten en relación a las **ENTREVISTAS FINALES**:

- Debemos señalar que, como ya ocurriera con las iniciales, las entrevistas estaban encubiertas o presentadas a modo de redacciones individuales, pero que muy pocos llegaron a realizarlas como tal, sino que se limitaron a responder muy concisamente a las cuestiones planteadas.

- Las respuestas a las primeras preguntas, que podríamos denominar “de control” puesto que las respuestas no deberían ser diferentes a las dadas en las primeras entrevistas (relacionadas con los motivos por los que están apuntados a este taller y los aspectos que más o menos les gustan del balonmano), no han variado.

- Pero si comparamos las respuestas en lo referente a qué creen ellos que se les da mejor y peor, sí varían. Seguramente porque al haber transcurrido entre ambas entrevistas seis meses y haber experimentado bastantes sesiones de entrenamiento en las que se han puesto en juego múltiples actividades, finalizada la competición y habiendo adquirido un bagaje más amplio del que presentaban al principio, ellos mismos ven y sienten que sus posibilidades y limitaciones motrices son diferentes a las iniciales. Así, hablan con propiedad de conceptos como: el lanzamiento, el bote, el desmarque, el pase, el trabajo en equipo o el compañerismo, etc.

- Continúan viendo en la práctica y en la repetición de las actividades en las sesiones de entrenamiento una fuente de mejora de los aspectos técnico-tácticos que peor se les dan. Hay quien propone ampliar las sesiones a una hora y media por semana.

- Destaca que a varios alumnos no les gusta cuando el entrenador les regaña, pese a ser necesario, sólo de vez en cuando, una llamada de atención para reconducir las actividades que se están desarrollando.

- En cuanto a la pregunta acerca del nivel de juego de sus compañeros con respecto al suyo, las respuestas son muy distintas: hay quien ve a todos los compañeros iguales, en cambio otros se ven peores que otros (que opinan mejorarían con la práctica y la experiencia) y otros se ven mejores que los demás (que creen se



igualarían ayudándose entre sí, o los que proponen entrenar por separado). Esta última opción ya se pudo observar en las entrevistas iniciales, cuya razón se explica porque así era el curso anterior.

- A la pregunta de qué has aprendido también son múltiples las respuestas que son más detalladas: “a no hacer faltas”, “las reglas”, “a ayudarnos como compañeros”, “a explicar mis sentimientos”, ..., aunque la mayoría ha optado por contestar de manera más general: “a jugar a balonmano”, “muchas cosas”, “cosas que no sabía del año pasado”, ...

- Y en cuanto a las tres últimas preguntas (referidas a: 1.- la comprensión de lo que se hace y explica en los entrenamientos; 2.- si cambiarían algo de los mismos; y 3.- si están contentos con su entrenador): Las respuestas han sido unánimes: afirmativas la primera y última, y negativa la segunda.

- Finalmente, cabe destacar la respuesta de un alumno que afirma que “me gusta cómo nos está entrenando **últimamente** el entrenador” presentando síntomas de ser consciente de los cambios metodológicos que se han producido desde que comenzaran los entrenamientos a la parte final de la temporada.

Para el análisis de los Cuestionarios:

Tras la realización de los **PRIMEROS CUESTIONARIOS** por parte de los alumnos, a mediados del mes de Diciembre y, tras una valoración cualitativa, hemos de señalar que, a pesar de no ser demasiado conscientes de ello, el hecho de pensar en todos los aspectos sobre los que se les preguntaba les resultó excesivamente difícil y les supuso un gran esfuerzo pero, aún así, observamos y pudimos extraer varios aspectos significativos. Como acabamos de mencionar, la dificultad en el planteamiento de alguna cuestión ha hecho que varias de las respuestas dadas por los alumnos (cuando no las han dejado sin contestar) no sean relevantes a la hora de exponer conclusiones, por su disparidad y falta de rigor objetivo con la realidad, como podemos ver reflejado en las respuestas dadas a las primeras preguntas del cuestionario.

Pese a todo, podemos decir como rasgos más destacables de estos primeros cuestionarios que, la mayoría de los alumnos son conscientes de:

- El entrenador, hasta este momento, no les ha encargado tareas ni les ha dado responsabilidades en los entrenamientos o en los partidos.

- No han realizado actividades en los entrenamientos de balonmano sin la ayuda del entrenador, aún pensando algunos que sí serían capaces de realizarlas por sí mismos, sin ayuda y por propia iniciativa.



- A la hora de agruparse libremente para la realización de alguna actividad, sí se ven bastante capaces, aunque a veces haya tenido que intervenir el entrenador porque nadie ha tomado la iniciativa para organizar el grupo o no se le haya hecho caso a quien lo intentó.

- No reflexionan sobre las tareas que se realizan en los entrenamientos y no proponen alternativas, simplemente todo se reduce a “hacer lo que el entrenador manda” (respuesta textual recogida en uno de los cuestionarios iniciales).

- Serían capaces, actualmente, de realizar las tareas de un entrenamiento sin la presencia del entrenador, reproduciendo las actividades que se han hecho en sesiones anteriores y siempre y cuando colaboren el resto de compañeros. Aunque muchos manifiestan que aún necesitarían ayuda.

- Cuando en los cuestionarios se mencionan “situaciones conflictivas” y se pide a los alumnos que reflexionen sobre su capacidad para resolverlas sin la ayuda del entrenador, muchos las identifican con discusiones y riñas que solucionarían: cediendo pasivamente o “pidiendo perdón”, si son ellos los responsables de dicha situación, o llamándoles la atención y tratando de poner calma, si el origen de esa situación no está en ellos.

- Finalmente, en lo referente a la libertad para crear o realizar juegos y actividades en las sesiones de entrenamiento, dirigir y proponer tareas y el control en esos momentos sobre otros compañeros, saben que, por el momento, todas estas responsabilidades recaen en la figura del entrenador, no viéndose capaces de tomar esas decisiones sin su supervisión.

Tras la realización de los **CUESTIONARIOS FINALES**, a principios del mes de Mayo, hemos de señalar que, como ya ocurriera con las entrevistas, al analizar las respuestas de las tres primeras preguntas éstas no han cambiado con respecto a las dadas cinco meses atrás en los cuestionarios iniciales, por tener éstas un carácter “de control” (las referentes a: si les gustan los entrenamientos de balonmano, si les interesa aprender en este taller o si les han dado responsabilidades durante los entrenamientos en cursos anteriores).

- La respuesta a la siguiente pregunta es la que cambia radicalmente, de un “no” mayoritario o un “a veces”, pasamos a un “sí” rotundo, puesto que son totalmente conscientes de que actualmente el entrenador les encarga tareas y les da responsabilidades en los entrenamientos.





- La inmensa mayoría afirma que realiza actividades en los entrenamientos de balonmano sin la ayuda del entrenador, mientras que en los cuestionarios iniciales había división de opiniones.

- Todos se ven capaces de llevar a cabo tareas sin la presencia y/o ayuda del entrenador (aunque alguno todavía con ligeras dudas), pero lo que está claro es que su autonomía ha crecido o, por lo menos, ha aumentado su propia visión de la misma.

- Lo mismo ocurre con su iniciativa, viéndose todos capaces de realizar lo que se hace en los entrenamientos.

- A la hora de agruparse libremente con otros compañeros sin que tenga que intervenir el entrenador, muchos se ven con buena capacidad para hacerlo (por no importarles ir con unos u otros), pero otros continúan reclamando la intervención del entrenador para dirimir algún conflicto derivado de ello.

- El criterio de agrupamiento que proponen los que toman la iniciativa es: afinidad, amistad o que sean compañeros en otros juegos. Otros adoptan una actitud más pasiva y esperan a ser escogidos (los más pequeños del grupo).

- A la hora de reflexionar sobre las tareas y proponer alternativas a las mismas o, directamente, proponer alguna actividad: casi todos sí se ven capaces pero, por timidez, vergüenza, por no ocurrírseles nada en ese momento o miedo a que salga mal, no lo comparten con el grupo.

- Actualmente afirman que serían capaces de realizar las tareas de un entrenamiento sin la presencia del entrenador casi todos, con la excepción de algún niño de 3º de Primaria.

- En cuanto a la resolución de situaciones conflictivas que puedan surgir en las tareas prácticas de los entrenamientos, con o sin la ayuda del entrenador, llegamos a la conclusión que depende del carácter y forma de ser de cada alumno, puesto que las respuestas que nos encontramos son de todo tipo: desde el que se ve sumamente sobrado para resolverlo, hasta el que le parece imposible encontrar una solución.

- Cuando el entrenador les da libertad para crear o realizar juegos y actividades (recordemos que en los cuestionarios iniciales exponían que en muy pocas ocasiones tomaban ellos esas decisiones) afirman que, dependiendo de quién proponga la actividad, el resto de compañeros le hará más o menos caso (pero esto último tiene que ver fundamentalmente con el liderazgo en cualquier grupo social, no solo en este equipo).

- Todos se ven capaces de controlar al resto de compañeros en la realización de tareas durante los entrenamientos, siendo importante reseñar que varios alumnos se



quejan del comportamiento de uno en concreto, y tratan de excluirle por actuar éste de manera caprichosa en muchas situaciones que le generan algún tipo de incertidumbre.

- Y, finalmente, cuando se les pregunta por el nivel de dificultad que han encontrado a la hora de resolver estos cuestionarios finales, muchos continúan diciendo que les ha resultado difícil, pese a haberlos leído, explicado y cumplimentado en compañía de un adulto.

### 7.3. 3ª FASE: DE EXTINCIÓN-CONCLUSIÓN

A continuación, presentamos de forma global las valoraciones más relevantes a las que hemos llegado al término del proceso de este análisis, con el objetivo de facilitar la comprensión de los datos por parte del lector y no incurrir en una redacción farragosa de puntuaciones, porcentajes o/y clasificaciones.

En este sentido, volvemos a insistir en que nuestra pretensión no ha sido quedarnos sólo en el análisis de la situación, sino intentar dar coherencia a la presentación de un modelo práctico de desarrollo de la autonomía e iniciativa personal a través de una intervención práctica.

De esta manera, hemos llegado a las siguientes conclusiones generales:

La **conducta autónoma de los alumnos en la práctica del balonmano** se había modificado al final de la intervención en los siguientes extremos:

- La actitud participativa se había incrementado desde Enero hasta Mayo.
- La media de alumnos colaboradores en tareas de organización general había aumentado.
- La distribución del material no llegó a ser totalmente espontánea, pero al final de la fase de Intervención estaba dirigida por varios alumnos, y no por el entrenador, en la mayoría de los casos.
- En los agrupamientos libres destacaron las distribuciones en pequeños grupos (de 3 a 6 alumnos), sobre los agrupamientos en parejas, en grupos medianos (de 7 a 10 alumnos) y en grupos de más de 7 personas, que fueron menores.
- Las propuestas de los alumnos aumentaron la calidad de su contenido, ya que se refirieron, en su mayoría, a variantes sobre la acción motriz y, en un menor porcentaje, a actividades de control, a aspectos relativos a la distribución del material o al agrupamiento de los compañeros.
- Las situaciones conflictivas surgieron más por cuestiones de distribución del material que por falta de aceptación de las actividades propuestas por otros



compañeros, llegándose a entender el consenso como mejor manera de resolución en la inmensa mayoría de los casos.

- El control de tareas de otros compañeros se llegó a ejecutar de manera autónoma en la inmensa mayoría de las situaciones, siendo la variable más exitosa del estudio.

Los **pensamientos sobre la participación en los entrenamientos de balonmano** acabaron dirigiéndose hacia códigos relacionados con propuestas conducentes al aumento de la autonomía e iniciativa personal en las actividades motrices, aunque también destacaron aquellos que se referían a las satisfacciones positivas que les proporcionaba el aumento del grado de libertad, o al descubrimiento del buen clima que se puede generar cuando cada persona se hace responsable de sus misiones.

**A nivel de práctica docente (desde el punto de vista del entrenador)** se detectó, a pesar de que al principio pudiera parecer que se retrasaban las acciones en las sesiones de entrenamiento, un mayor tiempo de práctica motriz, como consecuencia de la soltura alcanzada por los alumnos en las tareas organizativas.

Asimismo, se descubrieron nuevas posibilidades para ganar en eficacia, respecto a la consecución de los objetivos de esta actividad, por parte de los alumnos.

Desde el punto de vista de la **formación permanente y reciclaje como entrenador**, entendemos que este tipo de trabajos obligan al entrenador a reflexionar continuamente sobre su práctica y sobre las necesidades de sus alumnos, planteándose nuevos problemas, que le conducen a descubrir otros campos de la didáctica y a reconstruirse diariamente como entrenador/docente y como persona.

## **8. DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

### **8.1. RESULTADOS ESPECÍFICOS DEL TFG Y RELACIÓN CON SUS OBJETIVOS**

En el contexto, por un lado del centro educativo y, por otro, de la práctica del deporte del balonmano, es donde nace la idea de elaborar un plan de intervención real con el alumnado a mi cargo como entrenador de este deporte.

En este sentido, establezco varios parámetros de actuación y líneas claras de intervención a través del taller de balonmano: intervención directa sobre el grupo de alumnos objeto del estudio; formación específica del profesorado y agentes sociales que intervienen (como la figura del segundo entrenador); intervención en el contexto



familiar y social (comunicando a las familias el objeto de este estudio); y una metodología y enfoque renovado para fomentar el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de los alumnos.

Analizadas las variables o indicadores específicos, para averiguar el perfil o nivel en el que se encontraban inicialmente nuestros alumnos como jugadores de balonmano en formación, en cuanto a su autonomía e iniciativa personal, antes de nuestra intervención práctica (pormenorizada en el apartado **7.2.2.** de este trabajo), vemos que, tras la misma, los alumnos ya no se encuentran en los mismos niveles, sino que, por lo general, han ascendido a niveles superiores. A continuación lo vemos con más detalle en cada variable:

- **Morfología del proyecto colectivo:**

A pesar de que muchos de los alumnos aún se encuentran entre el Nivel 1 y el 2, alguno ha alcanzado el Nivel 3, precisando el proyecto una distribución de papeles en función del valor de los jugadores (como por ejemplo: nuestro mejor defensor se empareja con el mejor jugador contrario o nuestro mejor portero se pone en los últimos cuartos de los partidos), o incluso el Nivel 4, precisando el proyecto características colectivas de los equipos rivales, y definiendo estrategias adaptadas a los mismos (conociendo con anterioridad al rival contra el que nos vamos a enfrentar, se propone algún tipo de estrategia sencilla de cara a ese encuentro), surgiendo todo esto en la segunda vuelta de la competición.

- **Preparación práctica del proyecto colectivo:**

Ni que decir tiene que en este apartado se continúan situando entre los Niveles 1, 2 y 3, ya que las sesiones de entrenamiento del equipo son formales (desplazamientos, bote, pases, y/o lanzamientos, juego en zonas determinadas, ...), trabajando de lo individual a lo colectivo, pero siempre apuntando a reforzar los puntos débiles del equipo en cuanto a elementos técnico-tácticos básicos del juego, no debiendo especializar a ningún jugador en ningún puesto específico todavía en esta categoría.

- **Calentamiento:**

Quizás éste sea el indicador en el que mejor se aprecian los logros obtenidos. A día de hoy, la inmensa mayoría se encuentra en el Nivel 3, comprendiendo las reglas de un calentamiento eficaz y siendo capaces de reproducir un calentamiento estándar aprendido, pero varios alumnos han alcanzado no sólo el Nivel 4, siendo capaces de encargarse, de forma autónoma, de su propio calentamiento, adaptarlo, basarlo en el conocimiento de sus posibilidades y en las exigencias de la actividad,



sino también el Nivel 5, siendo capaces de concebir (aunque a veces recurran a modelos ya trabajados) y dirigir un calentamiento fundamentado y eficaz, específico de una actividad o juego para el grupo de compañeros.

- **Jugador con posesión de balón en la aproximación a la portería contraria:**

Aunque la mayoría de alumnos continúan entren los Niveles 1 y 2, ya que prefieren los pases cercanos y buscan hacerlo al líder o jugador más hábil, un grupo más numeroso que al principio de jugadores ya se aproximan tanto al Nivel 3, avanzando si tienen espacio o buscando un compañero desmarcado hacia delante o incluso al Nivel 4 (sólo los jugadores más experimentados), atreviéndose a desbordar a su defensor directo (o, por lo menos, intentarlo) y dar pases hacia delante a algún compañero desmarcado.

- **Jugador sin posesión de balón en la aproximación a la portería contraria:**

En este apartado todavía muchos jugadores se encuentran en el Nivel 2, ya que se desplazan al mismo tiempo que el portador del balón y sin desmarcarse, pero ya hay un gran número de ellos que alcanzan el Nivel 3, situándose por delante a distancia de pase con respecto al portador del balón.

- **Jugador con posesión de balón en la construcción de la situación favorable de lanzamiento:**

También aquí apreciamos grandes avances. Muy pocos, y es curioso que sólo sean chicas, se encuentran en el Nivel 1: en cuanto tienen la posesión del balón, pasan directa y rápidamente, sin buscar una situación favorable de lanzamiento. La inmensa mayoría se sitúa en el Nivel 2, iniciando un avance hacia portería, pasando luego a un compañero. Pero algún jugador alcanza el Nivel 3, encadenando un avance hacia la portería y luego un pase, e incluso aspectos del Nivel 4, atreviéndose a desbordar a su adversario directo (sólo los jugadores más experimentados).

- **Jugador sin posesión de balón en la construcción de la situación favorable de lanzamiento:**

Aquí se encuentran ya en el Nivel 2, ya que todos se orientan hacia el compañero que tiene el balón y se organizan para recibir el pase (aunque no todos hayan aprendido a desmarcarse correctamente), pero ya hay jugadores que alcanzan el Nivel 3, orientándose hacia la portería y avanzando al mismo tiempo que el compañero que posee el balón.



- **Obtención del gol:**

Se sitúan, otra vez, entre los Niveles 1 y 2 pero, en esta ocasión, la experiencia no tiene nada que ver, sino las capacidades físicas básicas del jugador motivadas por su edad. Así, las trayectorias de los lanzamientos de los más pequeños son aleatorias y débiles y, las de los más mayores, serán directas, ya que estos jugadores están centrados en la búsqueda de la potencia, en dirección a la portería. Sí es de reseñar que el porcentaje de acierto de los lanzamientos de la mayoría ha mejorado con respecto al principio de la temporada.

- **Obtención del balón:**

En este apartado siguen encontrándose en el Nivel 2, ya que los jugadores, que están debidamente aleccionados en la defensa individual (la trabajada en estas edades, en contraposición de la defensa zonal de los adultos), molestan al portador del balón, con la excepción de algún error defensivo muy común en estas edades. Además, intervienen activamente en las trayectorias inseguras de los adversarios, provocándoles la pérdida de la posesión del balón. Algunos alcanzan ya aspectos del Nivel 3, sabiendo que, en cuanto no tienen la posesión del balón, deben replegarse lo más rápidamente posible e interponerse activamente ante el rival portador del balón.

- **Continuidad del ataque:**

Salvo alguna excepción individual y puntual, no sistemática, de algún jugador que aún incurriría en aspectos del Nivel 1, la inmensa mayoría se encuentra en el Nivel 2, contribuyendo a la conservación del balón, asumiendo los intercambios y ofreciéndose al compañero que tiene la posesión del balón. Los más experimentados ya alcanzan el Nivel 3, contribuyendo a llegar a portería cuando son portadores del balón y, cuando no lo son, desmarcándose, orientándose y comunicándose en todo momento con el compañero que posee el balón.

- **Relación de las fuerzas en juego:**

Finalmente, han abandonado ya el Nivel 1 y se sitúan entre los Niveles 2 y 3, ya que la gran mayoría de jugadores contribuye eficazmente a la puesta en práctica del proyecto colectivo, respetando el papel que se le atribuye y sacando partido de la acción colectiva de sus compañeros o asumiendo responsabilidades. A pesar de la inexperiencia o inmadurez inicial detectada en alguno de mis alumnos, por la forma de trabajar desde el principio con ellos (saben que entrenamos y jugamos para divertirnos e intentar aprender siempre algo nuevo y que, el resultado, sea cual sea, nos tiene que dar igual), también alcanzan aspectos del Nivel 4, sabiendo controlar en todo momento



sus emociones al final del partido, para mantener una ventaja o intentar remontar un resultado adverso.

## **8.2. RELACIÓN DE LOS RESULTADOS DEL TFG CON OTROS TRABAJOS SIMILARES**

Como ya se ha mencionado anteriormente, este trabajo se ha fundamentado en el estudio de Sánchez, A. & Del Villar, F. (1999). *El análisis de la autonomía de los alumnos en educación física como medio de formación y de reflexión del maestro especialista en educación física* (Trabajo relacionado con la formación permanente del profesorado), que me ha servido de guía en la intervención práctica llevada a cabo en el CEIP “Ntra. Sra. De La Candelaria”.

Así, debemos señalar que los resultados obtenidos han sido muy similares, en cuanto al desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de los alumnos objetos del estudio, en cuanto a:

- La conducta autónoma de los alumnos (en Educación Física y/o la práctica del balonmano).
- Los pensamientos sobre la participación (en las sesiones de Educación Física y/o los entrenamientos de balonmano).
- La práctica docente (como maestro especialista de Educación Física y/o entrenador de balonmano).
- La formación permanente y el reciclaje (como maestro y/o como entrenador).

## **9. CONCLUSIONES**

### **9.1. CONCLUSIONES EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS**

Con nuestra intervención, no sólo hemos contribuido al desarrollo y promoción del deporte del balonmano entre los participantes y su entorno, siguiendo una disciplina de equipo junto con el resto de sus compañeros y su entrenador, sino que también hemos conseguido:

- Desarrollar la responsabilidad de los individuos a través de la práctica del deporte del balonmano, creando las condiciones necesarias para que cada jugador sea realmente un actor (y no sólo un ejecutante más o menos efectivo), un sujeto capaz de decidir (y no sólo un jugador aplicado y atento), un creador de





acontecimientos (y no sólo alguien que reacciona más o menos bien ante las contingencias).

- Desarrollar la solidaridad poniendo el acento en la interdependencia de los jugadores con el equipo, desarrollando, a su vez, las habilidades para ser y actuar que se pondrán en práctica en papeles diferenciados y específicos.

Además, consideramos logros, tanto individuales como grupales, conseguidos tras nuestra intervención: su mejora en el ámbito psicomotriz (en lo referente a la coordinación sobre todo), su apertura social (en cuanto a las relaciones interpersonales), su trabajo en equipo y, sobre todo, sus ánimos y predisposición para intentar hacer siempre bien las cosas, mostrando un gran desarrollo de su autonomía e iniciativa personal.

También, hemos conseguido inculcar, a este grupo de niños, el hábito en la práctica de esta disciplina deportiva que es el balonmano. Teniendo en cuenta que partíamos de la base de que los integrantes de este equipo ya se habían iniciado en la práctica de este deporte con anterioridad, en mayor o menor grado (el primer año de algunos, el segundo año de la mayoría o el tercer año de unos pocos), la conclusión a la que llegamos es que es toda una satisfacción que niños de estas “edades tan tempranas” muestren tal entrega por la práctica de un deporte minoritario como, queramos o no, aún sigue siendo el balonmano, olvidándose del sedentarismo, de los videojuegos y el ordenador, o practicando deportes mayoritarios o de mayor repercusión social.

La valoración final de mi grupo de alumnos no puede ser de otra manera que tremendamente positiva.

Estoy muy satisfecho por la gran mejoría que han mostrado y demostrado todos y cada uno de los miembros del equipo. Ya no son sólo motivo de satisfacción los logros individuales obtenidos por ellos, los jugadores, sino el enriquecimiento personal como docente, como entrenador y como persona conseguido al comprobar el nivel de cohesión al que se ha llegado entre el propio grupo y todos sus componentes.

Finalmente, en este apartado, me gustaría hacer una reflexión final acerca del acceso al grupo de alumnos objeto del estudio. Al ser éste mi tercer año consecutivo colaborando con este centro educativo como entrenador de balonmano en las actividades extraescolares vespertinas (Taller de Balonmano), me ha resultado muy sencillo el proceso de selección del grupo de alumnos, puesto que prácticamente ya estaba hecho de los años anteriores, con alguna salvedad, como ya se ha indicado en el apartado **7.1.1.** de este trabajo. Además, una vez informados el jefe de estudios del



centro, así como los diferentes tutores de los niños (3º A, 3º B, 4º A y 4º B, por ser este centro de doble línea) del estudio que iba a llevar a cabo, así como sus objetivos y la finalidad del mismo, todo han sido facilidades por parte de la comunidad educativa, ayudándome en todo momento siempre que les he necesitado.

## 9.2. LIMITACIONES DEL TRABAJO PRESENTADO

Debo señalar que, en muchos momentos durante las sesiones de entrenamiento o en los propios partidos, ha resultado complicado conseguir que todos los componentes del equipo se compenetraran y participaran por igual. Esto ha sido ocasionado porque varios jugadores (concretamente los más experimentados), al haber practicado este deporte con anterioridad y ya haber estado sometidos a una disciplina deportiva en años anteriores, hacía que las diferencias, con respecto a los que era ésta su primera toma de contacto con el mundo del deporte, eran muy altas en cuanto a: la coordinación de cualquier movimiento, la realización de acciones eficaces, y la optimización de tareas de mayor o menor dificultad. Este hecho que, a priori, podría parecer perjudicial para el desarrollo de las actividades planteadas en las sesiones de entrenamiento, ha sido muy enriquecedor, ya que los “más hábiles” siempre han ayudado a los “menos hábiles” para conseguir los objetivos propuestos y llegar al fin común (surgiendo atisbos de *micro-enseñanza*).

En cuanto a esta patente diferencia de nivel existente entre los alumnos, se podría haber obrado de otra manera en lo que se refiere a las sesiones de entrenamiento, quizás habernos centrado más en los “mejores” para tratar de optimizar resultados de cara a la competición pero, como ya he expuesto con anterioridad, éste no era ninguno de los objetivos perseguidos. Mis alumnos tienen claro que entrenan y juegan a balonmano para divertirse e intentar aprender algo nuevo todos los días, mientras que los resultados de los partidos no es lo más prioritario en este nivel de aprendizaje.

Relacionado con este aspecto, el ensalzar en la práctica deportiva otro tipo de valores (compañerismo, cooperación y colaboración en el trabajo en equipo, superación personal, mejora del grupo...) que no sean sólo los puramente elitistas, me gustaría recoger una cita textual de Hirsch (personaje de la novela *La Bibliotecaria de Auschwitz* de Antonio G. Iturbe -2012-): “El atleta más fuerte no es el que llega antes a la meta. Ése es el más rápido. El más fuerte es el que cada vez que se cae se levanta. El que cuando siente dolor en el costado no se para. El que cuando ve la meta muy lejos no abandona. Cuando ese corredor llega a la meta, aunque llegue el último, es



un ganador. A veces, aunque quieras, no está en tu mano ser el más rápido, porque tus piernas no son tan largas o tus pulmones son más estrechos. Pero siempre puedes elegir ser el más fuerte. Sólo depende de ti, de tu voluntad y de tu esfuerzo. No os voy a pedir que seáis los más rápidos, pero os voy a exigir que seáis los más fuertes”.

Otro aspecto que me gustaría mencionar es la excesiva brevedad con la que se ha desarrollado este año la competición oficial de los Juegos Escolares en la que participaban mis alumnos. En años anteriores, dicho campeonato se prolongaba en el tiempo hasta casi finalizar el mes de Mayo y, sin embargo, esta temporada ha finalizado de manera demasiado precipitada.

Según mi criterio de entrenador entiendo que nos han privado muy pronto de ese aliciente del partido semanal en el que se ponían en juego todos los avances que se iban desarrollando en las sesiones de entrenamiento.

Considero muy importante para la mejora de las tareas de los aprendizajes autónomos de los alumnos su aplicación en una competición más larga con otros iguales: esa motivación especial por parte de los alumnos de cada Martes por ver la clasificación y la programación (rival, lugar y hora del partido) del Sábado siguiente; esa pasión y esa chispa en sus ojos cada vez que “saltaban a la pista” y se esforzaban y trataban de hacerlo lo mejor posible... Estoy convencido de que, si la competición hubiera durado más, la detección de logros en mis alumnos, en cuanto a su autonomía e iniciativa personal, habría sido más amplia.

También he de reseñar que, al aplicar los cuestionarios iniciales, hacia el final de la fase de análisis, se detectaron muchísimas dificultades en su resolución por parte de los alumnos. Aspecto rápidamente detectado por la sinceridad de la mayoría de los alumnos, que así me lo hicieron saber en la recogida de estos instrumentos, e inmediatamente confirmado tras el análisis de los mismos, en los que comprobé que algunas preguntas estaban en blanco y, además, se apreciaba la ayuda de un adulto en la contestación puntual de alguna de las cuestiones formuladas. Por este motivo y, para intentar solventar lo sucedido, decidí que los cuestionarios finales los realizaran conmigo, tras la primera sesión de entrenamiento del mes de Mayo.

### **9.3. PERSPECTIVAS DE FUTURO E IMPLICACIONES EDUCATIVAS**

Con este trabajo se podrían situar las bases de un trabajo de investigación futuro más profundo en el que, una vez analizada la evolución y el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de este grupo en el que se ha intervenido, se comparara esa misma evolución y desarrollo con un grupo de la misma edad en el que



no se realice ningún tipo de intervención enfocada a tal fin, sino que solamente participaran en sesiones de entrenamiento totalmente asépticas, en donde primaran los objetivos puramente deportivos.

Esa posible comparativa nos proporcionaría otra media de la intervención para descubrir de manera más fehaciente el incremento del desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de los primeros alumnos con respecto de los segundos.

No cabe duda que, si en un futuro no muy lejano, quisiéramos llevar a cabo esta ambiciosa investigación, tendríamos que involucrar a la comunidad educativa, al menos, en la misma medida en la que se ha venido haciendo, puesto que requeriríamos tener acceso a otro grupo de alumnos a los que estudiar directamente, con los requisitos de: tener la misma edad que el grupo estudiado en la actualidad (a efectos de igualarles en cuanto a: maduración sensorio-motriz, capacidades físicas básicas, coordinación visomotriz, ...), provenir del mismo contexto socio-afectivo, etc., para intentar aislar el único elemento a analizar, el que ha sido objeto de este estudio: el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal de los alumnos y ver en qué medida nuestra intervención sobre los primeros ha contribuido al desarrollo de dicha competencia básica.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

- ◇ Blández Ángel, J. (2000). *Ambientes de aprendizaje*. Barcelona: INDE.
- ◇ Blázquez, D. & Bofill, A. (2009). *Estrategias didácticas para la enseñanza de la Educación Física en base a competencias* (pp. 139-162). En Blázquez, D. & Sebastiani, E. M. (Ed). *Enseñar por competencias en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- ◇ Cabrerizo, J., Rubio, M. J. & Castillo, S. (2008). *Programación por competencias. Formación y práctica*. Madrid: Pearson Educación, S. A.
- ◇ Caturla, E. (2008). *Incorporar las competencias en nuestras programaciones*. Padres y maestros, nº 319.
- ◇ Colás, P. (1992). *La metodología cualitativa*. En Colás, P. & Buendía, L. (Eds.), *Investigación Educativa*, pp. 249-290. Sevilla: Ediciones Alfar.



- ◇ Delgado Noguera, M. A. (1990). *Influencia de un entrenamiento docente durante las Prácticas Docentes sobre algunas de las Competencias del Profesor de Educación Física*. Tesis doctoral. Granada: Universidad de Granada.
- ◇ Del Villar, F. (1993). *El desarrollo del conocimiento práctico de los profesores de Educación Física, a través de un programa de análisis de la práctica docente. Un estudio de casos en Formación Inicial*. Tesis doctoral. Granada: Universidad de Granada.
- ◇ González Iturbe, A. (2012). *La Bibliotecaria de Auschwitz*. Barcelona: Planeta.
- ◇ Gutiérrez Sanmartín, M. (1995). *Valores sociales y deporte*. Madrid: Gymnos.
- ◇ Lund, A. & Späte, D. (Eds.) (2014). *Enseñanza del Balonmano en la Escuela. Introducción al balonmano para niños entre 5 y 11 años*. [Versión de IHF working group “Handball at School”]. Recuperado de <http://www.ihf.info/HandballatSchool/Teachingmaterial/tabid/6000/Default.aspx>
- ◇ Marcos Becerro, J. F. (1989). *El niño y el deporte*. Madrid: Santonja Gómez.
- ◇ Méndez Giménez, A. (1999). *Efectos de la manipulación de las variables estructurales en el diseño de juegos modificados de invasión*. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 16. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd16/juegosm.htm>
- ◇ Mosston, M. (1985). *La enseñanza de la Educación Física*. Buenos Aires: Paidós.
- ◇ Né, R., Bonnefoy, G. & Lauppe, H. (2000). *Enseñar balonmano para jugar en equipo*. Barcelona: INDE.
- ◇ Pérez Gómez, A. I. (2007). *La naturaleza de las competencias básicas y sus aplicaciones pedagógicas*. Cuadernos de Educación de Cantabria. Santander: Consejería de Educación del Gobierno de Cantabria.



- ◇ Piaget, J. (1947). *Psicología de la inteligencia*. Buenos Aires: Psique (Trad. J. C. Foix, 1955)
- ◇ Piéron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.
- ◇ Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona: INDE.
- ◇ Sánchez Bañuelos, F. (1986). *Bases para una didáctica de la Educación Física*. Madrid: Gymnos.
- ◇ Sánchez Martín, A. & Del Villar, F. (2000): *El análisis de la autonomía de los alumnos en E.F. como medio de formación y de reflexión del maestro especialista en Educación Física*. En Contreras Jordán, O. R. (coord.). *La formación inicial y permanente del profesor*. Volumen II. Colección Estudios. Cuenca: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.
- ◇ Ureña, F. (2000). *Deporte escolar: Educación y salud*. En VVAA. *La Educación Olímpica*. Murcia: Ayuntamiento de Murcia.
- ◇ Zabala, A. & Arnau, L. (2007). *11 ideas clave. Cómo aprender y enseñar competencias*. Barcelona: Graó.

### **Normativa**

- ◇ Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de Educación (LOE). BOE núm. 106 de 4 de Mayo de 2006, 17158-17207.
- ◇ Real Decreto 1513/2006, de 7 de Diciembre de 2006, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación primaria. BOE núm. 293 de 8 de Diciembre de 2006, 43053-43102.



- ◇ DECRETO 40/2007, de 3 de Mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. BOCyL núm. 89 de 9 de Mayo de 2007, 9852-9896.
- ◇ Ley 2/2003, de 28 de Marzo, del Deporte de Castilla y León. BOCyL núm. 65 de 4 de Abril de 2003, 2-17.
- ◇ ORDEN CYT/642/2013, de 22 de Julio, por la que se aprueba el Programa de Deporte en Edad Escolar de Castilla y León para el curso 2013-2014. BOCyL núm. 146 de 31 de Julio de 2013, 52637-52651.

### Otras fuentes

- ◇ Calendario de 2013 *“Las Competencias en Aprendizajes Básicos para la Vida”*, del Plan de Competencias para la Vida Escuela-Familia-Comunidad (Proyecto Atlántida, FAPA Hierro, Centros y Consejo Insular de Educación). Recuperado de [http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=8695fe4b-bc52-4b0c-9add-b9490408a19d&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=8695fe4b-bc52-4b0c-9add-b9490408a19d&groupId=10137)
- ◇ Curso de Formación *on-line “Los Deportes de Colaboración-Oposición como Contexto Educativo: Alternativas Metodológicas”*. Recuperado de <http://crfptic.centros.educa.jcyl.es/aula/alogin.cgi?ID=203>





## ANEXOS

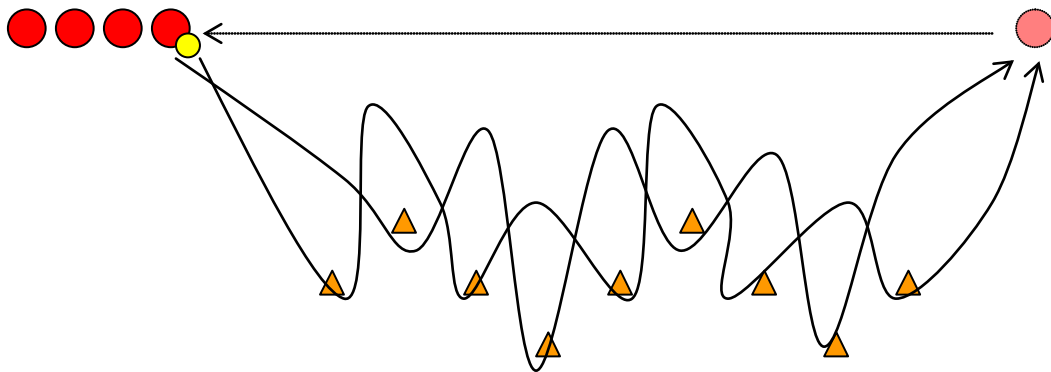


## Anexo I: Sesiones de Entrenamiento de la Programación

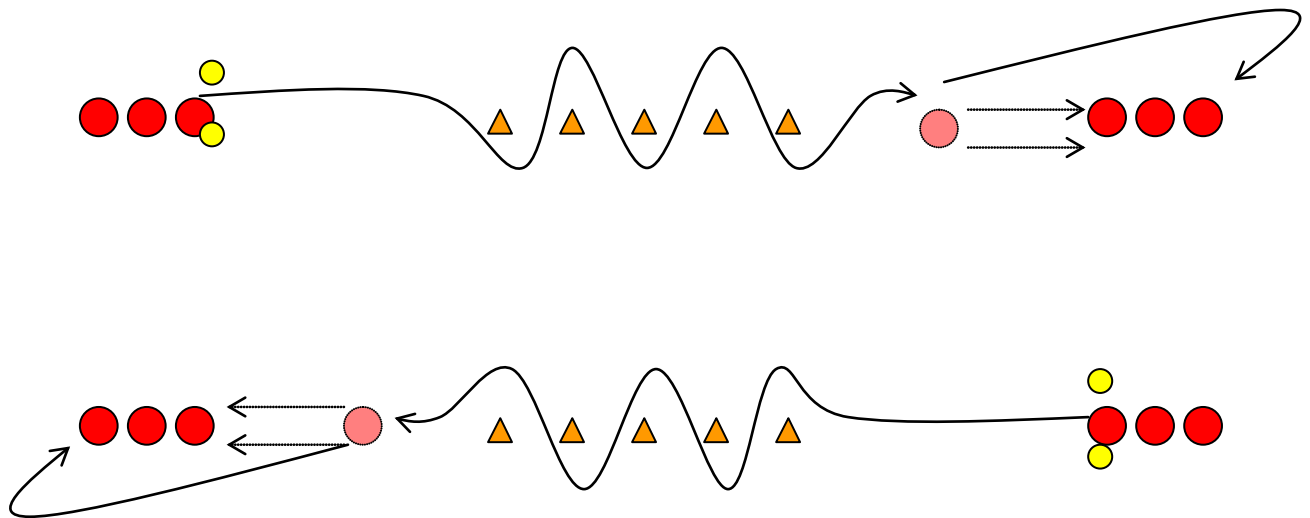


En el apartado **4. Metodología y sistemática de los ejercicios** y, para desarrollar el medio táctico 1. “Desplazamientos, con y sin balón, a los espacios libres”, hemos trabajado:

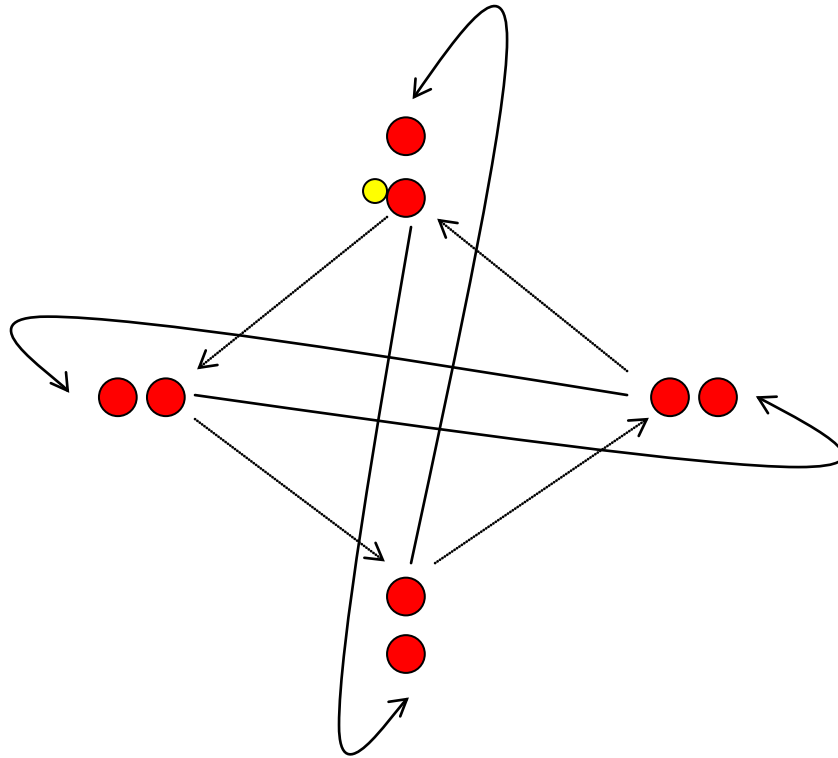
- Ejercicio muy sencillo de desplazamiento en zig-zag entre conos, con el balón adaptado. Paso rodando al siguiente.



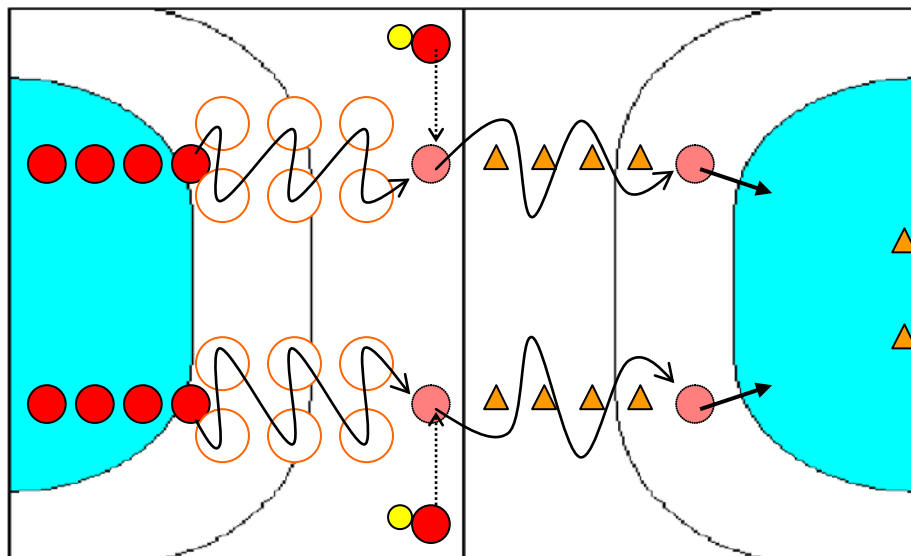
- Ejercicios muy sencillos de adaptación y manejo del balón en carrera (uno adaptado y el otro en bote), incidiendo en que los desplazamientos sean efectivos (rápidos y eficaces). Paso un balón bien y el otro rodando.



- Ejercicios de pase en proximidad muy sencillos y desplazamiento con cruce de los jugadores de una fila a otra.



- Todo tipo de circuitos en los que se tengan que desplazar, con o sin balón (como el siguiente ejemplo: saltan de aro a aro, con bote de balón en la parte final, entre los conos, y lanzamiento de precisión a los conos).





Y, en el siguiente apartado, **5. Programación de balonmano. Propuesta de modelo adaptada a la escuela en el CEIP “Ntra. Sra. De La Candelaria” de Zamora**, proponemos seis modelos o ejemplos de sesiones (correspondientes a seis semanas no consecutivas de trabajo de nuestra Planificación) en los que se trabajan los diferentes aspectos que intervienen en el desarrollo del medio táctico 1. “Desplazamientos, con y sin balón, a los espacios libres”, y así hemos propuesto, en el modelo de juego de mi equipo:

### SESIÓN Nº 3: “Descubriendo el Balonmano”

15-10-2013

#### *OBJETIVOS DE LA SESIÓN:*

##### o Objetivos didácticos:

- Conocer los elementos básicos del deporte del balonmano, así como su reglamento.

- Habituarse a los objetivos o principios básicos del juego: atacar permanentemente a portería, asegurar la posesión de balón y meter gol.

- Adquirir la técnica deportiva con vistas a la práctica de deportes individuales y colectivos como el balonmano.

##### o Objetivos ofensivos:

- Iniciarse en los elementos técnicos-tácticos del bote, pase, lanzamiento, recepción y la búsqueda de espacios libres.

##### o Objetivos defensivos:

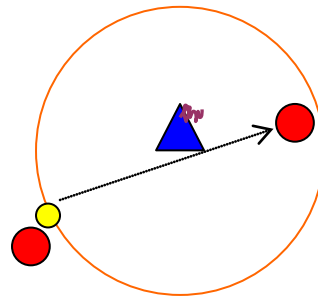
- Iniciarse en la técnica de defensa individual.

##### o Objetivos físicos:

- Mejorar las capacidades motrices de nuestros jugadores.

#### → **Calentamiento** (5-10 min.):

• “La galleta”: Distribuimos a los jugadores por tríos en una circunferencia de 3,60 m. aproximadamente de diámetro (como la “galleta” central del campo de Baloncesto o las de las dos “bombillas”): dos atacantes, sobre la línea, se pasan un balón y un defensor, dentro del círculo, lleva un pañuelo de “cola” (enganchada por detrás de su pantalón). El defensor debe robar el balón y los atacantes deben robarle la cola. Si ocurren estas situaciones, habrá cambio de rol y/o trabajo.



→ **Parte Principal** (40-45 min.):

- “Que no te roben el balón”: Cada jugador con un balón, se desplazan libremente por media pista botando. Si se cruzan con otro compañero pueden desplazarle el balón, obligándole a que vaya a buscarlo. Debemos insistir en que no deben dejar de botar su balón.

- Podemos repartir unos balones más hinchados que otros o pelotas de diferentes tamaños, pesos y texturas, para que no boten igual y permitirles que puedan intercambiarlos mientras se desarrolla la actividad.

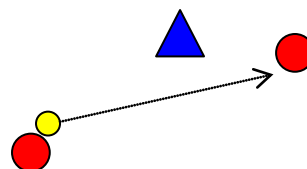
- “Quién da más pases, sin que se caiga”: Por parejas, deben pasarse un balón, desplazándose libremente por media pista. Como en la actividad anterior, si tienen la posibilidad de quitar el balón a otra pareja, lo pueden hacer.

- Podemos introducir el bote desde el inicio y, a medida que avanza la actividad, prohibirlo para obligarles a mayores desplazamientos.

- “Mareos”: Situados de tres en tres, dos se pasan el balón sin que se caiga y, el tercero, debe robarlo o hacer que se les caiga, no pudiendo tocar a los pasadores. Si lo consigue, habrá cambio de roles.

- Podemos prohibir el desplazamiento al poseedor del balón, para facilitar el trabajo del que está en medio, obligando a desmarcarse al receptor.

- Podemos limitar a tres segundos la posesión del balón, obligando a los pasadores a que lo hagan de una manera más dinámica, pero a la vez, precipitada, ayudando así al que está en medio.



- “La pulga”: Todos los participantes se situarán en un rectángulo de unos 25 m<sup>2</sup>. (1/3 del campo de Voleibol nos puede servir), excepto dos jugadores que se



moverán libremente alrededor del rectángulo con una pelota *foam* cada uno. Deberán golpear con las pelotas a todos los jugadores (debiendo sentarse en el lugar en el que le hayan dado), valiendo incluso cuando la pelota bote antes de darles o vaya rodando por el suelo. Si lo consiguen, habrá cambio de estos dos jugadores (por los últimos que permanecieron en pie) y volverá a comenzar el juego.

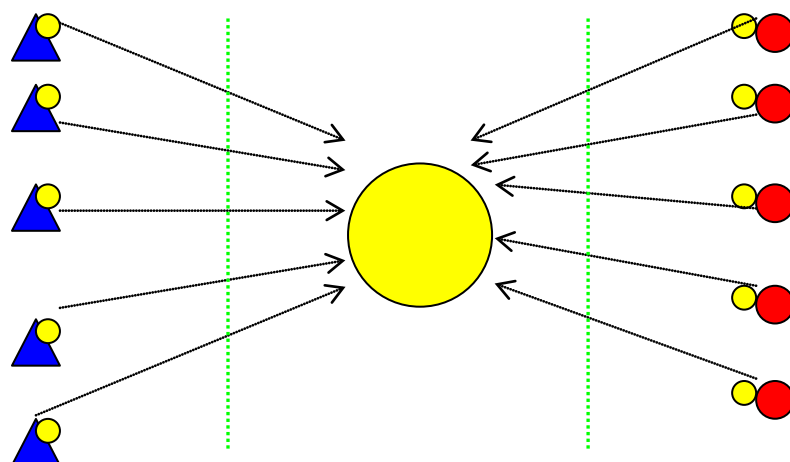
- Si un jugador recepciona la pelota sin que ésta bote anteriormente, ganará una vida, con la que podrá salvar al compañero que quiera y que ya estuviera eliminado.

- Cuando sólo queda un jugador en pie, se le pregunta su edad y, si es capaz de esquivar tantos lanzamientos como años tenga, todos sus compañeros sentados podrán volver a incorporarse y el juego comenzará de nuevo.

- “La caza del balón”: Hacemos dos equipos. Cada uno de los participantes dispondrá de un balón para lanzar. Cada equipo se colocará enfrente del otro por detrás de una línea, de tal manera que estarán separados entre sí a unos 5 metros de distancia, y situaremos entre ambos equipos una pelota gigante de Psicomotricidad. El juego consiste en mover el balón sólo con el impacto de los balones y, así, hacer cruzar la pelota gigante por la línea del campo del equipo contrario.

- En lugar de proponer la actividad como “fuego a discreción”, se pueden proponer turnos de lanzamiento, para centrar más la tarea en aspectos más específicos de la habilidad del lanzamiento, como: armado del labro ejecutor, fuerza, puntería o precisión, ...

Podemos establecer un sistema de puntuación para ayudarnos a elegir los jugadores que protagonizarán la siguiente tarea.







→ **Vuelta a la Calma** (5-10 min.):

- “Lanzamientos de 7 metros”: Los jugadores siguen distribuidos en los dos equipos anteriores. El objetivo de la actividad es que un equipo ha de meter 7 lanzamientos de 7 metros en el menor tiempo posible. Cada lanzamiento ha de ser lanzado por un miembro diferente del equipo. Cada dos goles consecutivos, sumará un punto. Una vez alcanzan la cifra de 7 goles, hay cambio de equipo.

- Podemos modificar el sistema de puntuación.

- Recogida del material utilizado.

**SESIÓN Nº 4:** “Vamos mejorando”

22-10-2013

**OBJETIVOS DE LA SESIÓN:**

o Objetivos didácticos:

- Conocer los elementos básicos del deporte del balonmano, así como su reglamento.

- Habitarse a los objetivos o principios básicos del juego: atacar permanentemente a portería, asegurar la posesión de balón y meter gol.

- Adquirir la técnica deportiva con vistas a la práctica de deportes individuales y colectivos como el balonmano.

o Objetivos ofensivos:

- Iniciarse en los elementos técnicos-tácticos del pase, lanzamiento, recepción y la búsqueda de espacios libres.

- Aprender el armado básico del brazo.

- Aprender a adaptar y manejar el balón.

o Objetivos defensivos:

- Iniciarse en la técnica de defensa individual.

- Aprender el marcaje a media distancia y en proximidad (orientaciones).

o Objetivos físicos:

- Mejorar las capacidades motrices de nuestros jugadores.

- Desarrollar la percepción espacio-temporal.

→ **Calentamiento** (5-10 min.):

- “Comecocos”: Dos o tres jugadores tendrán que atrapar al resto. Los jugadores que atrapan y los jugadores perseguidos han de desplazarse por encima de las líneas del campo de juego (nos ayudaremos de cintas adhesivas de diferentes colores). Si un jugador es tocado, intercambiarán sus papeles.



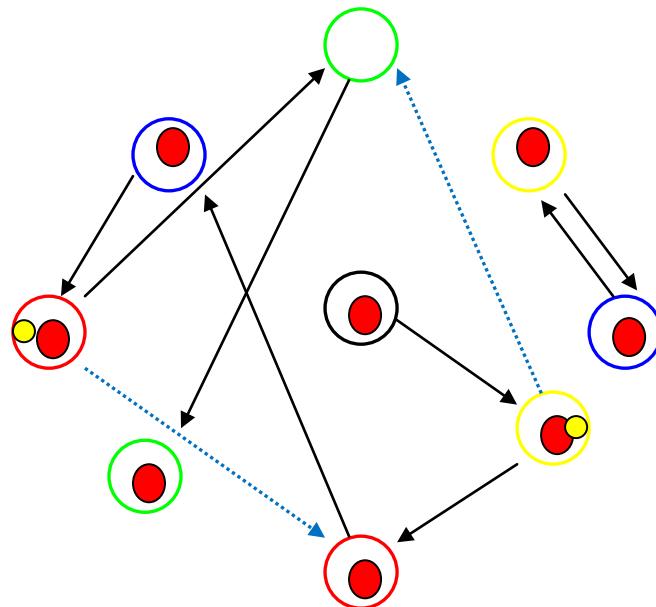
- Podemos jugar a eliminar a todos. Cuando un jugador es tocado, se sentará en el suelo, convirtiéndose en piedra, siendo un obstáculo que no se podrá rebasar (el paso por ese camino quedará cerrado).

→ **Parte Principal** (40-45 min.):

- “El reloj”: Distribuimos por el espacio aros haciendo un círculo (en cada uno se colocará un jugador) y ponemos otro en el centro. A la señal, todos deberán cambiar de aro y, el que se quede sin él, ocupará el aro central y, así sucesivamente. A medida que van cogiendo la mecánica de la tarea, se van introduciendo balones (que deberán pasarse sin caerlos) y se irán poniendo premisas como: no ir a los dos aros más próximos, no ir o no pasar al aro del mismo color que el mío, ...

- Podemos poner un aro menos que participantes tengamos, para que, cuando un aro quede libre, deba ocuparlo. Así podremos acentuar la atención en el espacio, además de en el lanzamiento y la recepción de los balones.

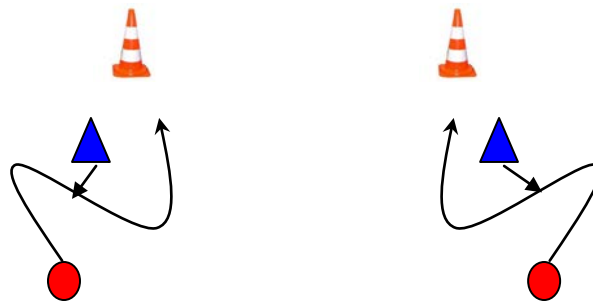
- Así, también podremos establecer un sistema de castigos para los que pierdan su aro.



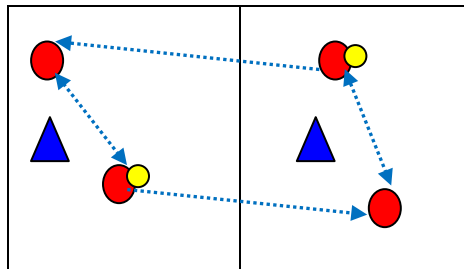
- “Toca el cono, si puedes”: Distribuimos a los participantes por parejas, con un cono y un balón por pareja. El jugador atacante ha de intentar tocar el cono. El jugador defensor debe evitar que lo toque utilizando solo su cuerpo (sin manos).

- Podemos permitir un bote de balón al atacante.

- Podemos proponer un castigo al defensor, si el atacante toca el cono tres veces seguidas.

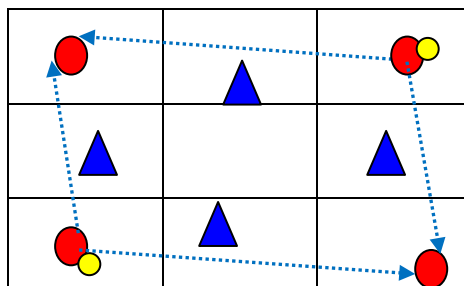


• “Los 5 + 5 pases”: Jugamos un 4x2 en dos zonas. Nos distribuimos en dos campos de 9x9 m. aproximadamente (medio campo de Voleibol) y, en cada uno, habrá un 2x1. En cada campo deben darse 5 pases y, cuando lo hayan conseguido deberán pasar al campo contrario y, así sucesivamente. Si algún defensor corta un pase, se cae algún balón o se juntan dos balones en un campo, habrá cambio de rol.



• “Tres en raya”: Distribuimos a los participantes en grupos de 8, con dos balones. Trazamos en el suelo, con cinta adhesiva o tiza, las 9 casillas donde se va a desarrollar la actividad. Se colocan los jugadores en todas las casillas, excepto en la casilla central (como indica el gráfico). 4 jugadores defienden (intentan cortar los pases) y otros 4 se pasan los dos balones, sin poder hacer diagonales. Si se corta el pase, se cae el balón o un atacante se junta con los dos balones, cambiarán de rol.

- Podemos hacer que, al principio, los pases se deban hacer en bote.
- Podemos limitar la posesión individual a tres segundos.
- Podemos prohibir el recurso del bote a los atacantes.





→ **Vuelta a la Calma** (5-10 min.):

- “Pelota amigo” o “Pelota sentado”: Se trata de un juego individual en el que gana quien consigue quedarse en pie. Jugamos con una pelota y, quien sea dado con ella, deberá sentarse en el lugar en que le dieron, sólo pudiendo levantarse si consigue coger la pelota desde su posición de sentado. Si la pelota se coge en el aire no pasa nada (por lo que cada jugador, si lo desea, podrá aliarse con quien quiera, pasándole la pelota) y tendrán tres pasos para aproximarse a sus “víctimas” o “amigos”.

- Cuando este juego no es utilizado para la Vuelta a la Calma, podemos sustituir la prohibición de más de tres pasos para los lanzadores por el límite de tres segundos de posesión de la pelota, antes de cada lanzamiento, haciéndolo muchísimo más dinámico.

- Recogida del material utilizado.

### SESIÓN Nº 13: “Nos desmarcamos”

14-01-2014

#### *OBJETIVOS DE LA SESIÓN:*

##### o Objetivos didácticos:

- Conocer los elementos básicos del deporte del balonmano, así como su reglamento.

- Habituarse a los objetivos o principios básicos del juego: atacar permanentemente a portería, asegurar la posesión de balón y meter gol.

- Adquirir la técnica deportiva con vistas a la práctica de deportes individuales y colectivos como el balonmano.

##### o Objetivos ofensivos:

- Mejorar los elementos técnicos-tácticos del pase, lanzamiento, recepción y la búsqueda de espacios libres.

- Mejorar el desmarque, como ayuda al compañero que posee el balón.

- Recepcionar en estático o en movimiento y lanzar balones eficazmente.

##### o Objetivos defensivos:

- Mejorar la técnica de defensa individual en proximidad.

##### o Objetivos físicos:

- Mejorar las capacidades motrices de nuestros jugadores.

- Desarrollar la percepción y estructuración espacio-temporal.

- Mejorar los desplazamientos, con y sin balón.



→ **Calentamiento** (5-10 min.):

- “A pillar con balón”: Se la queda uno, con un balón y, para pillar a los compañeros tiene que tocarles con el balón adaptado a su mano en la espalda (sin bote, o teniendo que botar).

- Simplemente se van pasando la *quedada*, o a quien va pillando se la va quedando con él (ahora tienen que botar y pasarse el balón entre los que se la queden), hasta que sólo quede uno, que empezará quedándosela en el siguiente juego.

→ **Parte Principal** (40-45 min.):

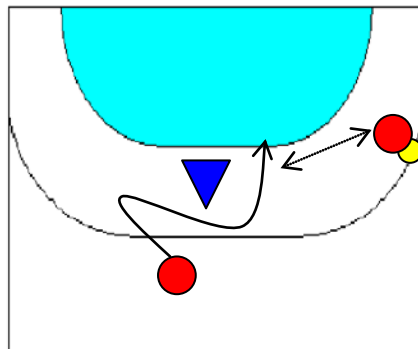
- Distribuimos material por la pista (balones, conos, cuerdas, ...) y, el jugador en desplazamiento, deberá cambiar de dirección al encontrarse con los obstáculos.

Lo mismo, pero con recepción-pase, una vez realizado el cambio de dirección ante defensa en marcaje de proximidad (1x1):

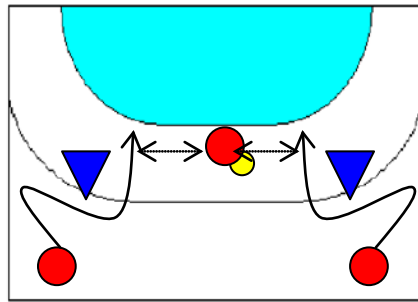
- recepción, previo desplazamiento: hacia atrás / lateral hacia el lado del balón, y pase.

- recepción, previo cambio de sentido, y pase.

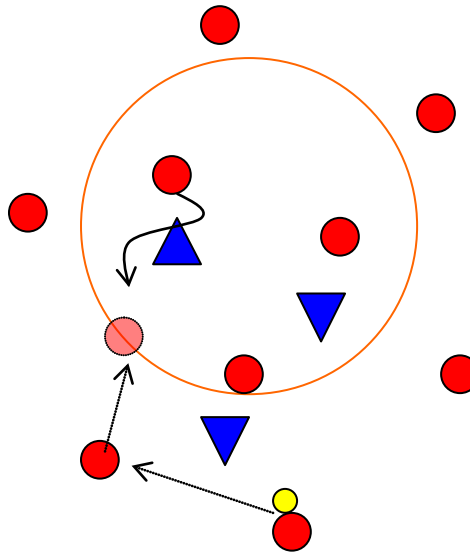
- recepción, previo cambio de dirección: hacia atrás / hacia el lado del balón / el lado contrario, y pase.



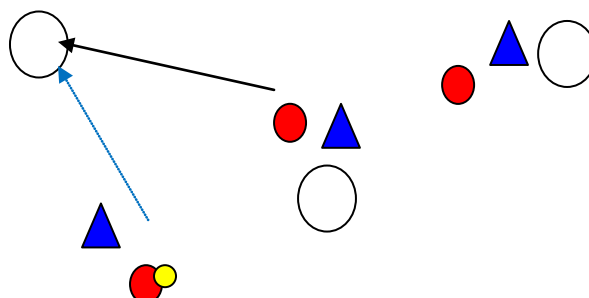
- Un pasador, 2 receptores con defensa en proximidad: el jugador con balón realizará el pase sobre el compañero que consiga un espacio libre, éste ha de recibir y devolver el balón al pasador. Iremos aumentando el número de receptores.



- En un espacio marcado, se disponen a su alrededor 5-6 jugadores, haciendo circular el balón por el exterior. En el interior 3 jugadores con sus respectivas defensas, intentan conseguir un espacio libre para recepcionar el pase.



- Pase-recepción con defensa en proximidad: 2x2, 3x3, ... 6x6.
- “El juego de los 6 pases”: Distribuimos a los participantes de tres en tres, con tres aros y un balón por trío. El trío atacante ha de completar 6 pases. Los pases que puntúan son los que son recepcionados dentro de cualquier aro.
  - No se pueden dar dos pases consecutivos en el mismo aro.
  - No se puede doblar pase (pasarse dos veces seguidas los mismos jugadores).





→ **Vuelta a la Calma** (5-10 min.):

- Estiramientos en grupo o por parejas (prolongado y específico, en relación a los grupos musculares trabajados) en el centro de la pista.
- Recogida del material utilizado.

#### **SESIÓN Nº 14:** “Nos desmarcamos con balón”

21-01-2014

*OBJETIVOS DE LA SESIÓN:*

o Objetivos didácticos:

- Conocer los elementos básicos del deporte del balonmano, así como su reglamento.

- Habitarse a los objetivos o principios básicos del juego: atacar permanentemente a portería, asegurar la posesión de balón y meter gol.

- Adquirir la técnica deportiva con vistas a la práctica de deportes individuales y colectivos como el balonmano.

o Objetivos ofensivos:

- Mejorar los elementos técnicos-tácticos del bote, pase, lanzamiento, recepción y la búsqueda de espacios libres.

- Mejorar el desmarque, como ayuda al compañero que posee el balón.

- Recepcionar en movimiento y lanzar balones con diferentes armados y variando la tipología del lanzamiento (en estático, en desplazamiento, en apoyo, en suspensión, ...).

o Objetivos defensivos:

- Mejorar la técnica de defensa individual.

- Mejorar el marcaje a media distancia.

- Iniciarse en el bloqueo defensivo.

o Objetivos físicos:

- Mejorar las capacidades motrices de nuestros jugadores.

- Desarrollar la percepción y estructuración espacio-temporal.

- Mejorar los desplazamientos con balón.

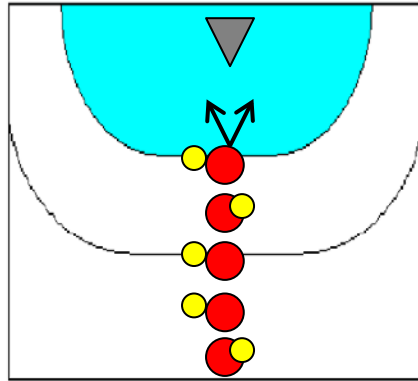
→ **Calentamiento** (5-10 min.):

- Calentamiento individual, con diferentes desplazamientos por toda la pista (frontales, laterales, de espaldas, “skipping delantero”, “skipping trasero”, en zig-zag, pasos cruzados, 3 pasos y me agacho, ...), para terminar con 2 o 3 “sprints” y un ligero estiramiento general dentro de un área de 6 m.



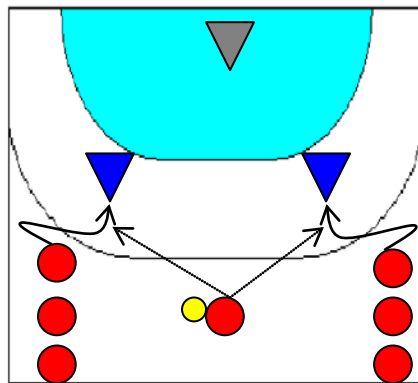


- Multi-pases por parejas y un pequeño ejercicio de marcaje y control de 1x1.
  - Calentamiento específico de porteros (todos van pasando por este puesto).
- Todos, desde la línea de 6 m. y por tandas, lanzamientos a diferentes zonas de la portería.



→ **Parte Principal** (40-45 min.):

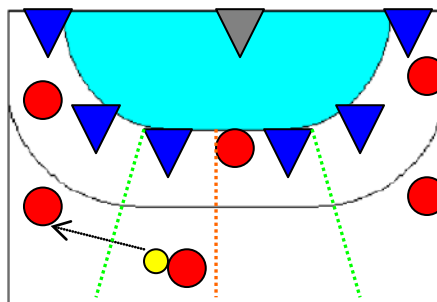
- 1x1 con defensor colocado en línea de 6 m., debiendo intervenir ante la recepción en desplazamiento de un oponente, evitando el lanzamiento de éste. Realizarlo desde distintas posiciones.



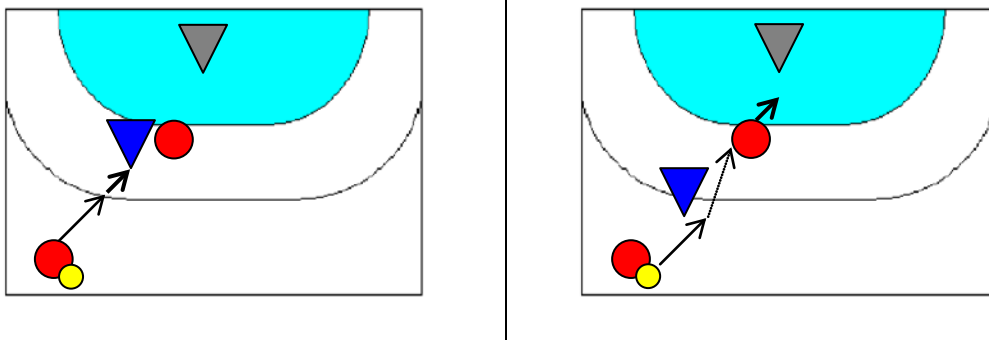
- Ahora, defensor situado entre 6-8 m., atacante en línea de 9 m., intentar bloquear los lanzamientos de éste, variando los tipos de lanzamiento en apoyo.
- Idéntica actuación, ante lanzamientos en desplazamiento, variando las trayectorias de desplazamiento del atacante.
- Intento de bloqueo, por parte del defensor, de lanzamientos en suspensión.
- Lanzamientos a portería con intervención de defensa y portero, desde distintas posiciones y distancias, variando el tipo de lanzamiento para eludir la acción defensiva, con recepción de pase en carrera.

- Juego 2x2, 3x3 (respetando las 3 zonas verdes y, después, las 2 zonas naranjas). La defensa no puede salir de línea de 9 m. Buscar la posibilidad de lanzamiento desde 9 m. en función de la acción defensiva:

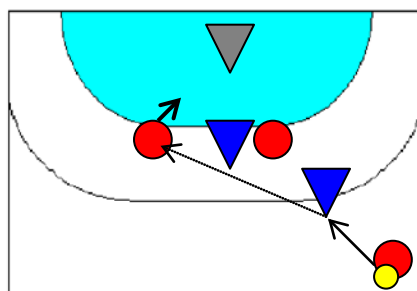
- en altura: lanzamiento en suspensión.
- evitando el bloqueo variando, sobre la marcha, el tipo de lanzamiento:
  - . clásico-cadera.
  - . clásico-rectificado.
  - . cadera-clásico.



- Juego 2x1 (un pivote): Lanzamiento desde la línea de 9 m, con acción defensiva, en caso de evitar éste el lanzamiento, pase sobre el compañero que lanzará en salto desde la línea de 6 m.



- Juego 3x2 (dos pivotes): Misma situación, pudiendo pasar sobre 2 compañeros, en función de la acción del segundo defensor.





- “El Rey del círculo”: Haremos dos equipos y utilizaremos el círculo central de la pista de Balonmano. Un equipo atacará y otro defenderá. Los jugadores atacantes han de pasarse el balón e intentar meter el balón al jugador que se encuentra dentro del círculo. Si un pase no es correcto o hay una mala recepción hay cambio de roles.

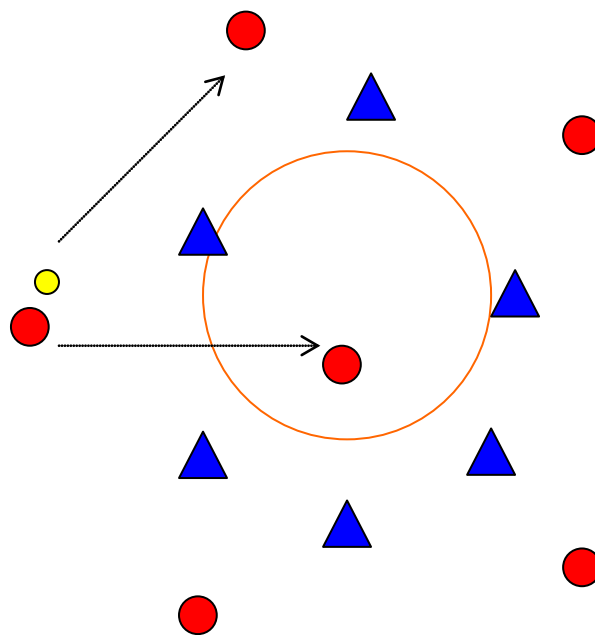
- Podemos obligar a que todos los jugadores del equipo poseedor del balón tengan que tocarlo, para promover la plena participación.

- Podemos limitar la posesión individual del balón a tres segundos.

- No se permite desplazarse al jugador que tenga la posesión del balón.

- Podemos establecer un sistema de castigos para el equipo perdedor, en caso de que el otro equipo consiga el objetivo del juego tres veces seguidas: 3-5 saltos subiéndolo las rodillas al pecho, un *sprint* hasta una de las porterías, ...

- Podemos realizar la actividad en dos zonas distintas de la pista, para dividir el grupo en dos y limitar así el número de jugadores.



→ **Vuelta a la Calma** (5-10 min.):

- Estiramientos en grupo o por parejas (más prolongado y específico que durante el calentamiento) en el centro de la pista.

- Recogida del material utilizado.



**SESIÓN Nº 25:** “Nos desplazamos al espacio libre”

22-04-2014

**OBJETIVOS DE LA SESIÓN:**

o **Objetivos didácticos:**

- Conocer los elementos básicos del deporte del balonmano, así como su reglamento.

- Habitarse a los objetivos o principios básicos del juego: atacar permanentemente a portería, asegurar la posesión de balón y meter gol.

- Adquirir la técnica deportiva con vistas a la práctica de deportes individuales y colectivos como el balonmano.

o **Objetivos ofensivos:**

- Perfeccionar los elementos técnicos-tácticos del bote, pase, lanzamiento, recepción y la búsqueda de espacios libres, así como mejorar los medios técnico-tácticos simples y básicos.

- Perfeccionar el desmarque, con o sin balón.

- Recepcionar en estático o en movimiento y lanzar balones eficientemente.

o **Objetivos defensivos:**

- Perfeccionar la técnica de defensa individual.

- Perfeccionar el marcaje a media distancia y en proximidad.

- Mejorar el bloqueo defensivo.

o **Objetivos físicos:**

- Perfeccionar las capacidades motrices de nuestros jugadores.

- Desarrollar la percepción y estructuración espacio-temporal.

- Mejorar los desplazamientos, con y sin balón.

→ **Calentamiento** (5-10 min.):

• “La arañita glotona”: Todos se sitúan en un lado de la pista de balonmano y, a una orden de otro compañero que se sitúa sobre la línea central (la arañita glotona), deberán pasar al lado contrario, sin ser tocados por la arañita (siempre tendrá que estar en contacto con la línea central, a modo de tela de araña). Quien es tocado, también se convierte en arañita. El último que quede, comenzará otra vez el juego como nueva arañita glotona

• Multi-pases por parejas y un pequeño ejercicio de marcaje y control de 1x1.

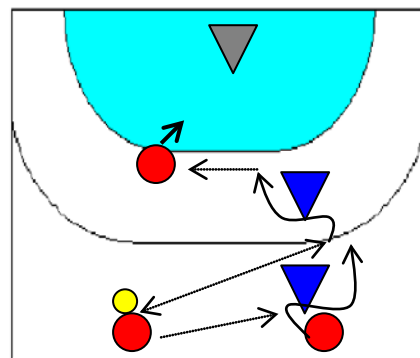
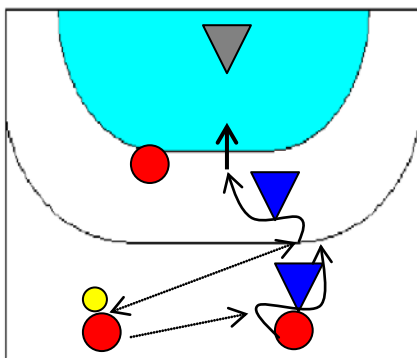
→ **Parte Principal** (40-45 min.):

*(Como la enseñanza del elemento técnico de la finta en sí no es propio de esta categoría, en los siguientes ejercicios incidiremos en los desplazamientos generales y*



no en su técnica específica, aunque en la redacción de dichos ejercicios se nombre en más de una ocasión para facilitar su explicación).

- Ante un obstáculo, *fintas* partiendo con el balón adaptado y lanzamiento a puerta.
  - en trayectoria normal o en “falsa”.
  - con doble cambio de dirección.
  - con amago de lanzamiento clásico en apoyo.
  - progresando en bote.
  - desde distintas posiciones y distancias.
- Mismo ejercicio, previa recepción de balón en carrera (hacer coincidir la recepción con el comienzo de la *finta*: primer paso).
  - Mismo ejercicio, con defensa:
    - en marcaje a distancia y aproximación al atacante.
    - con balón adaptado.
    - con recepción de pase.
    - defensa en marcaje de proximidad.
    - con balón adaptado.
    - con desmarque para recepción de pase.
  - Grupos de 4 jugadores: 1 jugador atacante es colaborador, otro realiza una *finta* al primer oponente y pasa al colaborador; recibe de nuevo, *finta* al segundo oponente y termina lanzando en salto o pasando a un jugador desmarcado.

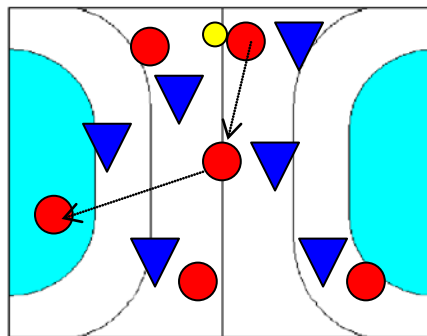


- Mismo ejercicio pero, ahora, sustituimos la primera *finta* por desmarque para recibir.



- Juego de 1x1 con continuidad: Por parejas, una atacante y otra defensora. Cada atacante intenta *fintar* a su oponente para penetrar a portería. Si no lo consigue, debe pasar el balón a su compañero, antes de que le realicen golpe franco. Cuando el otro atacante recibe, actúa de la misma forma, hasta que uno de los dos tenga éxito, no hay ayudas entre los defensores.

- “Rugby”: Dos equipos, no se pueden tocar. El juego consiste en intentar posar el balón dentro del área de 6 m. contraria, consiguiendo así un punto. Para ello, puedo correr con el balón (hasta que me toque un jugador contrario, teniendo que pararme y pasar) o pasar el balón a mis compañeros, directamente para, así, ir avanzando y acercándonos hasta la zona de marca. Si puntúo (poso el balón en la zona de marca –área de 6 m. contraria– sin que un defensor me toque, consiguiendo puntuar), se cae el balón al suelo (a algún jugador o durante algún pase) o bota durante algún pase, o me lo roban, habrá cambio de posesión.



→ **Vuelta a la Calma** (5-10 min.):

- Estiramientos en grupo o por parejas (prolongado y específico, en relación a los grupos musculares trabajados) en el centro de la pista.
- Recogida del material utilizado.

## SESIÓN Nº 26: “Penetramos sucesivamente”

29-04-2014

### OBJETIVOS DE LA SESIÓN:

#### o Objetivos didácticos:

- Conocer los elementos básicos del deporte del balonmano, así como su reglamento.
- Habitarse a los objetivos o principios básicos del juego: atacar permanentemente a portería, asegurar la posesión de balón y meter gol.



- Adquirir la técnica deportiva con vistas a la práctica de deportes individuales y colectivos como el balonmano.

o Objetivos ofensivos:

- Perfeccionar los elementos técnicos-tácticos del bote, pase, lanzamiento, recepción y la búsqueda de espacios libres, así como mejorar los medios técnico-tácticos simples y básicos.

- Perfeccionar el desmarque, con o sin balón.

- Recepcionar en estático o en movimiento y lanzar balones eficientemente y con precisión.

o Objetivos defensivos:

- Perfeccionar la técnica de defensa individual.

- Mejorar en las ayudas defensivas.

- Perfeccionar el marcaje a media distancia y en proximidad.

o Objetivos físicos:

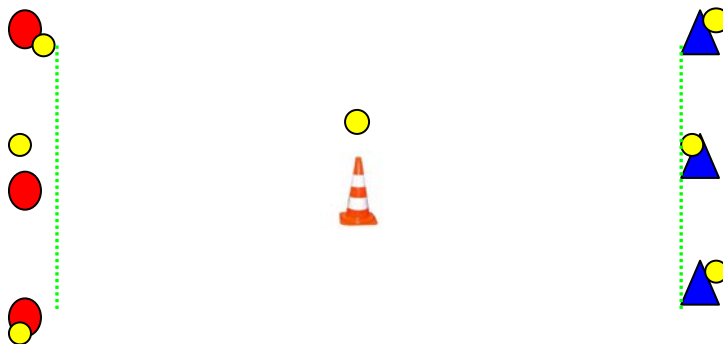
- Perfeccionar las capacidades motrices de nuestros jugadores.

- Desarrollar la percepción y estructuración espacio-temporal.

- Mejorar los desplazamientos, con y sin balón.

→ **Calentamiento** (5-10 min.):

• “El Pañuelo”: Dos equipos jugarán al Juego del Pañuelo (pelota o balón sobre un cono). Todos los desplazamientos han de ir acompañados de bote. Si en cualquier momento un jugador deja de botar o pierde el bote, ese equipo perderá.



• Multi-pases por parejas y un pequeño ejercicio de marcaje y control de 1x1.

→ **Parte Principal** (40-45 min.):

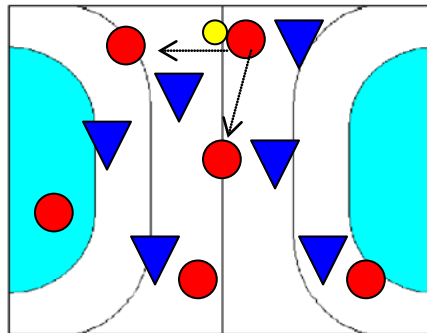
• “Juego de los 10 pases” en espacios amplios y pocas reglas. Paulatinamente, vamos reduciendo los espacios (obligando a mayor exigencia en el desmarque) y vamos añadiendo muchas más reglas o premisas.



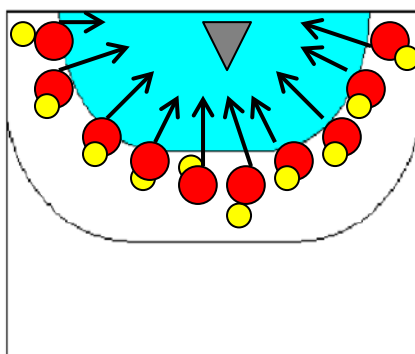
Se hacen dos equipos. El equipo que tiene el balón tiene que intentar hacer 10 pases seguidos con las manos, sin que el balón bote, esto supondría un punto. Cada jugador podrá dar 3 pasos cada vez que tenga el balón. Gana quien más puntos obtenga.

Posibilidad de variantes:

- Sobre el espacio: Mayor = más intenso.
- Sobre el tiempo: Más / menos tiempo = mayor / menor trabajo de resistencia.
- Sobre los contrarios: Pueden tocarse o no, ...
- Sobre las normas: Menor número de jugadores por equipo en el mismo espacio = más intenso, pero en menor tiempo, por lo tanto no tan aeróbico.
- Sobre el material: Poder botar, utilizar dos balones, ...



- Calentamiento específico de porteros. Lanzamientos consecutivos de izquierda a derecha (o de derecha a izquierda), desde 6 m., variando la zona de lanzamiento (uno lanza arriba, el siguiente abajo y, así, sucesivamente).

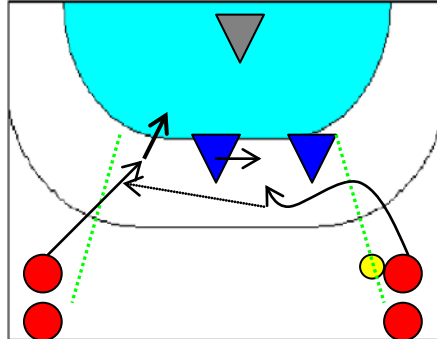


- 2x2 en penetraciones sucesivas (respetando las zonas):
  - cada atacante por su carril.
  - en anchura o trayectorias al centro.
  - invadiendo el espacio del compañero, obligándole a cruzarse.

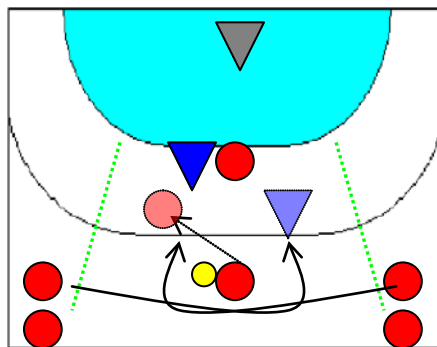




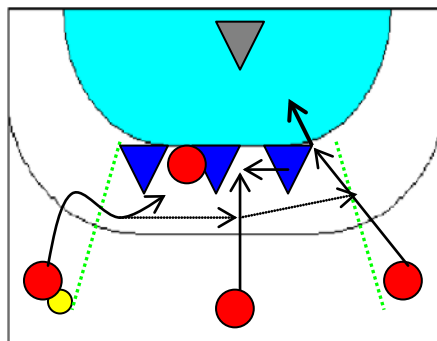
Al final del ejercicio, los atacantes sólo se pueden dar un pase, debiendo recibir el balón en carrera. El balón lo paso yo y ellos no saben a quién se lo voy a dar.



- 2x2 con pivote atacante y central defensor fijos (van cambiando): se disponen en dos filas en los laterales y yo paso desde el centro. Deberán pasar por detrás de mí (para obligarles a hacer trayectorias largas) y, quien reciba mi pase, atacará y, el otro, tendrá que defender.



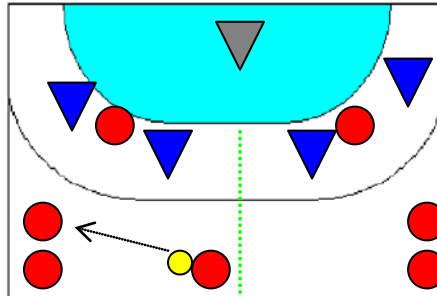
- 3x3 con penetraciones sucesivas al impar para generar espacios al compañero: Se inicia en un lateral y no se puede volver (máximo dos pases).



- 4x4 con los defensores en 6 m. y dos pivotes atacando (entre postes y laterales): se disponen en dos filas en los laterales y yo paso desde el centro (sólo



paso). Originamos un 2x2 en cada zona lateral; si hay éxito, bien y, si no, la continuo al lado contrario. El lateral, de vez en cuando, puede atacar sorpresivamente con trayectoria hacia el centro. Vamos cambiando a los defensores.



→ **Vuelta a la Calma** (5-10 min.):

- Estiramientos en grupo o por parejas (prolongado y específico, en relación a los grupos musculares trabajados) en el centro de la pista.
- Recogida del material utilizado.

INCIDENCIAS:

Debemos señalar que, durante el desarrollo de las sesiones expuestas, no se produjeron incidencias que reseñar.



**Anexo II: Hojas de Observación y Confrontación de Datos con un Segundo Observador**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 8 de Octubre de 2013.

Sesión N.º. 2: “Respetamos las reglas: Fair Play”.

Contenidos: Aprender a no cometer faltas: golpes, pasos o dobles. El bote del balón.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

Tras el Calentamiento, en el que hemos empleado para tal fin un juego de persecución muy sencillo, damos un balón de balonmano a cada alumno y pedimos que boten libremente en un espacio delimitado (unos 50 m<sup>2</sup>), procurando no cometer faltas (pasos o dobles, en ninguna de sus variantes).

Pasado un tiempo prudencial, les decimos que pueden intentar quitar el balón al resto de sus compañeros, cambiándolo por el suyo o tirándoselo lejos para que vayan a buscarlo, sin descuidar su propio balón ni cometer faltas.

### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

a) Clase de actitud: **Sólo les preocupa perder su propio balón, rehyendo a sus compañeros.**

b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **12.**

### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

a) Forma de distribución: **Aleatoria: cada alumno recibe un balón, sin importar el modelo.**

b) Tiempo empleado: **1 minuto.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **Todos.**

### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

a) Modelo de agrupamiento: **Gran grupo.**

b) Tiempo empleado: **1 minuto.**

c) Intervenciones del entrenador: **Mínimas, pero indispensables para, en la primera parte de la actividad, recordar y reforzar cuáles son las faltas que no deben cometer y, en la segunda parte de la actividad, insistir en que, primero deben intentar robar otro balón y, después, que no cometan faltas ni descuiden su propio balón.**

### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

a) Número: **0.**

b) Tipo de alternativas: **Ninguna.**

c) Número de alumn@s que la proponen: **0.**



V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- a) Tipo de situación: **Quejas de quien le ha tocado un balón que bota poco.**
- b) Forma de resolverla: **Decirles que lo intenten cambiar, robándolo a otro compañero.**
- c) Número de alumn@s que intervienen: **5.**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 5 de Noviembre de 2013.

Sesión N.º. 6: “Nos pasamos el balón”.

Contenidos: El pase. La recepción. Los tres pasos. Bote y desplazamiento.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

En la parte principal de la sesión de entrenamiento, se propone un circuito en el que, cada alumno, entre otras tareas, tiene que: recepcionar un pase, dar tres pasos dentro de tres conos, botar en zig-zag entre conos, adaptar el balón en su mano, dar los tres pasos dentro de otros tres aros y pasar el balón al siguiente compañero. Primero, con su mano hábil y, después, con la otra mano, variando así el ciclo de pasos.

#### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

- Clase de actitud: **Tienden a botar y pasar sólo con su mano hábil.**
- Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **15.**

#### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

- Forma de distribución: **Es el entrenador quien distribuye y organiza el material para preparar adecuadamente el circuito.**
- Tiempo empleado: **3 minutos.**
- Número de alumn@s que intervienen: **Todos.**

#### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

- Modelo de agrupamiento: **4 filas enfrentadas (2 y 2, para optimizar tiempos e impedir que los alumnos tengan demasiados tiempos de espera) a ambos lados de dos circuitos.**
- Tiempo empleado: **5 minutos.**
- Intervenciones del entrenador: **Innumerables.**

#### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

- Número: **0.**
- Tipo de alternativas: **Ninguna.**
- Número de alumn@s que la proponen: **0.**

#### V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- Tipo de situación: **Incorrección en la ejecución de cualquiera de las tareas.**



b) Forma de resolverla: **Dejar terminar cada ronda o turno y hacer las correcciones de manera general, para todos, intentando evitar que se vuelvan a repetir los errores.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **Todos.**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 3 de Diciembre de 2013.

Sesión N.º. 10: “Adaptamos y manejamos correctamente el balón”.

Contenidos: Pase y recepción. La defensa. Corte de balón. El desmarque.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

En la parte principal de la sesión se distribuye a los alumnos de tres en tres con un balón cada trío. La actividad consiste en que dos de ellos se tienen que pasar el balón sin que se les caiga y sin que se lo toque el tercer alumno. Si éste la corta o dan un mal pase y se les cae el balón, habrá cambio con el que está en medio. El que tiene el balón no se podrá mover y tendrá 3 segundos para pasar el balón. Pretendemos, así, propiciar los desmarques para poder recibir el pase de balón y facilitar la labor defensiva que se centrará, ya que el que tiene el balón no se puede mover, en el que va a recibir el pase.

### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

- a) Clase de actitud: **Los defensores, erróneamente, tienden a defender al poseedor del balón.**
- b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **En un principio, casi la totalidad. Una vez que se corrige, son menos los que reinciden en este mismo error defensivo.**

### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

- a) Forma de distribución: **Impositiva: es el entrenador el que da un balón a cada trío.**
- b) Tiempo empleado: **1 minuto.**
- c) Número de alum@s que intervienen: **6.**

### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

- a) Modelo de agrupamiento: **Grupos de tres alumnos.**
- b) Tiempo empleado: **3 minutos.**
- c) Intervenciones del entrenador: **Múltiples, para conseguir que en los grupos estén mezclados alumnos y alumnas de 3º y de 4º de Primaria y los más y menos experimentados.**

### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

- a) Número: **0.**
- b) Tipo de alternativas: **Ninguna.**
- c) Número de alum@s que la proponen: **0.**





V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- a) Tipo de situación: **La defensa no es la correcta (como ya se ha señalado).**
- b) Forma de resolverla: **Parando la actividad, corrigiendo las incorrecciones de manera general, para todos, y explicando y demostrando cómo se debe hacer.**
- c) Número de alumn@s que intervienen: **Todos.**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 14 de Enero de 2014.

Sesión N.º. 13: “Nos desmarcamos”.

Contenidos: El desmarque. La defensa individual. Pase y recepción.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

Durante la parte principal de la sesión, realizamos el juego de “los 10 pases” con balón de balonmano. Distribuimos el grupo en dos equipos. Cada equipo tendrá que intentar dar 10 pases seguidos con sus compañeros, sin que se caiga el balón. En la defensa, está prohibido tocar a los jugadores contrarios y, quien tiene la posesión del balón, no puede moverse y sólo tiene 3 segundos para pasar. Sólo habrá cambio de posesión del balón, si se corta un pase o se les cae el balón al equipo que se está pasando.

### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

a) Clase de actitud: **Atacantes y defensores tienden a perseguir el balón y situarse en zonas muy próximas a él, olvidándose de desmarcarse para ayudar a sus compañeros.**

b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **Casi la totalidad.**

### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

a) Forma de distribución: **Los “capitanes” que eligen los dos equipos, son los encargados de repartir los petos de dos colores diferentes a sus compañeros, según los van seleccionando, además de elegir el balón con el que se va a jugar.**

b) Tiempo empleado: **5 minutos.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **2.**

### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

a) Modelo de agrupamiento: **La actividad impone que deba haber dos equipos, que son elegidos libremente por dos alumnos.**

b) Tiempo empleado: **5 minutos.**

c) Intervenciones del entrenador: **Directamente ninguna, sólo supervisa que todo el proceso se haga correctamente.**

### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

a) Número: **3.**

b) Tipo de alternativas: **Contar los pases en voz alta para saber cuántos llevan, que tengan que tocar el balón todos los componentes del equipo (para evitar que sólo se la pasen los más hábiles), e imponer un castigo al equipo perdedor (sprints o saltos).**

c) Número de alumn@s que la proponen: **3.**



V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- a) Tipo de situación: **Algún jugador, al defender, comete faltas reiteradas, no respetando la regla del juego de no tocar al jugador contrario.**
- b) Forma de resolverla: **Amonestando verbalmente al jugador y, si continúa con su actitud, se le excluirá del juego durante 2 minutos.**
- c) Número de alumn@s que intervienen: **2.**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 18 de Febrero de 2014.

Sesión Nº. 18: “Circulamos el balón para crear peligro”.

Contenidos: El lanzamiento: aproximación y ejecución. La puntería.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

Llegando al final de la parte principal y, habiendo insistido antes de comenzar la sesión en la cantidad de errores de lanzamiento cometidos en el anterior partido, un alumno propone practicar el lanzamiento abajo. Se distribuirán por parejas y deberán saltar y lanzar, por turnos, para que el balón bote dentro de un aro que situaremos entre los dos alumnos.

#### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

- a) Clase de actitud: **Positiva y de esforzarse en mejorar sus lanzamientos a portería.**
- b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **La inmensa mayoría.**

#### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

- a) Forma de distribución: **Un representante de cada pareja se encarga de coger un balón y un aro, y colocarlo en el lugar que haya escogido su compañero.**
- b) Tiempo empleado: **2 minutos.**
- c) Número de alumn@s que intervienen: **9.**

#### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

- a) Modelo de agrupamiento: **Libre, por parejas.**
- b) Tiempo empleado: **1 minuto.**
- c) Intervenciones del entrenador: **Ninguna.**

#### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

- a) Número: **1.**
- b) Tipo de alternativas: **Hacerlo de manera individual, cada uno con un balón y colocando el aro próximo a una pared para que, después de cada lanzamiento, el balón rebote y regrese a las manos del lanzador.**
- c) Número de alumn@s que la proponen: **1.**

#### V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- a) Tipo de situación: **Las parejas se estorban, unas con otras, por su proximidad.**



b) Forma de resolverla: **Alejando las parejas unas de otras lo suficiente y orientando a todos en el mismo sentido, para que la direccionalidad de los lanzamientos sea para todos la misma.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **8.**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 11 de Marzo de 2014.

Sesión N.º. 20: “Jugamos abiertos, no pegados a la zona del balón”.

Contenidos: Percepción espacio-temporal. La búsqueda de espacios libres.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

Una alumna de 3º de Primaria propone una actividad de Calentamiento al principio de la sesión. Se trata de un “*pilla-pilla*” en toda la pista de balonmano, a modo de juego de persecución, en el que uno se la queda y deberá pillar a otro compañero para librarse y así pasar la quedada.

#### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

a) Clase de actitud: **A algunos alumnos no parece gustarles la propuesta de esta actividad por parecerles aburrida, por su sencillez, mostrando su desgana al participar.**

b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **7.**

#### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL: **No se precisa material alguno.**

a) Forma de distribución:

b) Tiempo empleado:

c) Número de alumn@s que intervienen:

#### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

a) Modelo de agrupamiento: **Gran grupo.**

b) Tiempo empleado: **1 minuto.**

c) Intervenciones del entrenador: **Una inicial, para señalar que la alumna que propuso la actividad será la primera en quedársela y, otra final, para marcar el final de la actividad.**

#### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

a) Número: **2.**

b) Tipo de alternativas: **Una sencilla, para acotar el espacio a la mitad de la pista de balonmano y, una variante un poco más complicada, que modifica la dinámica del juego inicial: El juego pasa a denominarse “*pilla y descansa*” y consistirá en que, quedándose uno, una vez que pase la quedada a otro, saldrá del espacio de juego y descansará (introduciendo un tiempo de espera) hasta que no quede nadie por pillar. Lo realizaremos varias veces.**

c) Número de alumn@s que la proponen: **2.**



V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- a) Tipo de situación: **Se quejan porque la actividad les parece tan sencilla que les aburre.**
- b) Forma de resolverla: **Invitándoles a que aporten alguna alternativa a la propuesta inicial.**
- c) Número de alumn@s que intervienen: **5.**



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 8 de Abril de 2014.

Sesión N.º. 24: “Lanzamos a ángulos inferiores de la portería”.

Contenidos: Lanzamientos desde diferentes posiciones. Lanzamientos en suspensión. Puntería.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

Ya al final de la parte principal y, habiendo insistido antes de comenzar la sesión en que debemos mejorar el porcentaje de lanzamientos efectivos, una alumna propone practicar la puntería a la hora de ejecutar lanzamientos a portería. Se distribuirán en filas ocupando las posiciones de los dos laterales y el central, debiendo saltar y lanzar, por turnos, para intentar conseguir los objetivos planteados: que el balón pase por cualquiera de los aros situados en ambas escuadras o derribe cualquiera de los conos situados en ambas bases de los postes.

### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

a) Clase de actitud: **A algunos alumnos les cuesta respetar el orden en la secuencia de tareas de la actividad propuesta: el turno de lanzamiento, colocación del material (si algún elemento se ha movido), recogida del balón tras el lanzamiento, entrega del balón a un compañero que no tenga y colocación al final de la fila siguiente a la que se ha ejecutado el lanzamiento anterior.**

b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **6.**

### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

a) Forma de distribución: **El entrenador es el encargado de atar con dos cuerdas cada aro a cada escuadra (al larguero y al poste) y de situar un cono en cada base de los postes, ayudado por la alumna que ha propuesto la actividad. Los balones necesarios son recogidos de su cesta ordenadamente por el resto de alumnos.**

b) Tiempo empleado: **3 minutos.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **Todos.**

### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

a) Modelo de agrupamiento: **Tres filas, en tres posiciones distintas (lateral izquierdo, central y lateral derecho), por las que irán pasando todos los alumnos.**

b) Tiempo empleado: **1 minuto para la colocación inicial y 2 minutos más para la explicación de cómo deben ir cambiando de fila a medida que se desarrolla la actividad.**

c) Intervenciones del entrenador: **Una primera, para generar la estructura inicial de la actividad y, varias más, para igualar filas durante el desarrollo de la misma.**





#### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

- a) Número: 1.
- b) Tipo de alternativas: **Disponer a todos los alumnos en una sola fila, para facilitar la actividad y evitar las dificultades en el cambio de posiciones.**
- c) Número de alumn@s que la proponen: 1.

#### V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

- a) Tipo de situación: **Algún alumno, tras ejecutar un lanzamiento, no tiene claro en qué fila debe colocarse a continuación.**
- b) Forma de resolverla: **Tratar de orientarle sin detener la actividad o, cuando no ha sido posible por el número de alumnos que lo estaban haciendo mal, parar un momento, igualar filas y volver a explicar dónde deben situarse tras ejecutar un lanzamiento.**
- c) Número de alumn@s que intervienen: 5.



# TALLER DE BALONMANO

## HOJA DE OBSERVACIÓN

Fecha de registro: Martes 6 de Mayo de 2014.

Sesión N.º. 27: “Atacamos siempre de cara a la portería”.

Contenidos: Ataque posicional en superioridad. Defensa en inferioridad: la disuasión.

### 0.- DESCRIPCIÓN DE LA TAREA Y PARTE DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN LA QUE SE PROPONE:

**Ataques posicionales 2x1 con portero.** En la parte principal de la sesión, los alumnos se sitúan en dos filas en ambos laterales con balón y, desde el centro de la pista, deberán atacar a un único defensor y tratar de meter gol al portero. Tras cada ataque, los jugadores cambiarán de fila e intentarán cambiar también de pareja. Después de cada ronda de ataques, cambiaremos al defensor y al portero.

Tras varias rondas de ataques libres, introduciremos la variante de la prohibición del bote.

### I.- ACTITUD DE LOS ALUMN@S:

a) Clase de actitud: **Algunos alumnos no cambian de posición ni de pareja.**

b) Número de alumnos que intervienen en esa clase de actitud: **6.**

### II.- DISTRIBUCIÓN DEL MATERIAL:

a) Forma de distribución: **Los alumnos de una de las filas cogen un balón cada uno y el alumno designado como defensor se pone un peto.**

b) Tiempo empleado: **2 minutos.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **9.**

### III.- AGRUPAMIENTO DE LOS ALUMN@S:

a) Modelo de agrupamiento: **En dos filas en ambos laterales, de número de alumnos igualado.**

b) Tiempo empleado: **3 minutos.**

c) Intervenciones del entrenador: **Una inicial, para explicar la actividad y, al terminar cada ronda de ataques, para cambiar al portero y al jugador defensor, pero también para insistir en que deben cambiar de pareja y de fila, o para igualar éstas.**

### IV.- ALTERNATIVAS A LAS PROPUESTAS:

a) Número: **1.**

b) Tipo de alternativas: **Un alumno propone aumentar en una persona tanto el número de atacantes como de defensores y convertir la actividad en ataques posicionales 3x2 con portero. Además, ampliamos la zona de juego de media pista a todo el campo de**



**balonmano. Podemos limitar a los defensores a dos zonas: uno defiende hasta medio campo y, el otro, en la otra media pista.**

c) Número de alumn@s que la proponen: **1.**

V.- RESOLUCIÓN DE SITUACIONES:

a) Tipo de situación: Algunos alumnos siempre atacan con la misma pareja.

b) Forma de resolverla: **Al terminar una ronda, ponemos a cualquiera de ellos a defender o de portero.**

c) Número de alumn@s que intervienen: **4.**