



# 1. Identificación

## + Identificación de la Asignatura

**Asignatura:** Habilidades y destrezas motrices básicas

**Titulación:** Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Materia:** Manifestaciones de la motricidad humana

**Código:** 2681      **Curso:** 1º      **Grupos:** A, B, C y D

**Tipo:** Obligatoria

**Modalidad:** (de formación básica, optativa...)

**Coordinador:** M<sup>a</sup> Isabel Moreno Contreras

**Créditos ECTS de la asignatura:** 6

**Número de horas por crédito ECTS:** 25-30 horas.

**Estimación del volumen de trabajo del alumno (horas):** 160h (150-180 h)

**Duración:** 1º cuatrimestre

**Idiomas en los que se imparte:** Castellano

## + Equipo docente

**Coordinador:**

**M<sup>a</sup> Isabel Moreno Contreras**

**Área:** Didáctica de la Expresión Corporal

**Departamento:** Actividad Física y Deporte

**Categoría profesional:** Profesor asociado

**E-mail:** [maribelmoreno@um.es](mailto:maribelmoreno@um.es)

**Páginas Web:**

**El profesor está adscrito a las tutorías electrónicas.**

**Horario de atención al alumnado:**

PERIODO(1)	DIA	HORA INICIO	HORA FIN	TELÉFONO Y UBICACIÓN
1º C	Miércoles Jueves	11:00 h.	12:30 h.	868884561/ despacho 210
2º C	Miércoles	9:30 h.	12:30 h.	868884561/ despacho 210

(1) Anual 1º o 2º cuatrimestre

## 2. Presentación

Esta asignatura pretende presentar las bases para la enseñanza de las habilidades y destrezas motrices básicas como manifestación de la motricidad humana y enmarca las líneas básicas de aplicación del proceso de adquisición, enseñanza y aprendizaje de las mismas en el ámbito escolar desde la perspectiva de la educación infantil y primaria, para que los alumnos y alumnas conozcan las posibilidades que ofrecen la motricidad y el conocimiento del propio cuerpo. A continuación, y con la intención de ceñirnos en los grandes aspectos de organización de la motricidad en infantil (control y conciencia corporal, locomoción, manipulación, giros, habilidades genéricas, espacialidad y temporalidad) y en primaria (motricidad general y habilidades básicas), se organizarán las distintas adquisiciones motrices en función de una clasificación cuyo punto de partida sean estos aspectos, de forma que el alumnado pueda tener puntos de referencia para su conocimiento teórico y posibles aplicaciones prácticas, pretendiendo desarrollar la capacidad de análisis y reflexión utilizando una bibliografía rica y variada, el trabajo en grupo, el intercambio de ideas, potenciar la creatividad poniendo en práctica los conocimientos teórico-prácticos adquiridos y aprender siendo conscientes de su potencialidad docente valorando los contenidos que se presentan como uno de los conocimientos fundamentales que deberán aplicar en su futuro profesional intentando por ello despertar la curiosidad, el interés y la necesidad de seguir profundizando y renovando los conocimientos durante el curso.

Los contenidos de esta asignatura, están estrechamente relacionados con otras dentro de la materia de manifestaciones de la motricidad humana, como competencia motriz, teoría y práctica del juego y expresión corporal y danza, así como con algunas de otras materias como anatomía, fisiología, psicología y educación. Por otra parte, es una asignatura que sirve de apoyo a otras como las que pertenecen a la materia de fundamentos de los deportes y educación.

## 3. Condiciones de acceso a la asignatura

### Incompatibilidades

Ninguna

## **+ Recomendaciones**

Para cursar esta asignatura no se requiere ningún conocimiento previo específico. Sin embargo, si es imprescindible asistir, como mínimo al 80% de las sesiones práctico-teóricas, no pudiendo sustituir esta actividad por ninguna otra.

## **4. Competencias**

### **+ Competencias transversales**

- 1) Ser capaz de expresarse correctamente en español.
- 2) Ser capaz de gestionar la información y el conocimiento, incluyendo saber utilizar como usuario las TIC.
- 3) Considerar la ética y la integridad intelectual como valores esenciales de la práctica profesional.
- 4) Capacidad para trabajar en equipo y para relacionarse con otras personas del mismo o distinto ámbito profesional.
- 5) Desarrollar habilidades de iniciación a la investigación.

### **+ Competencias de la Asignatura**

- 1) Capacidad de análisis y síntesis en relación con los contenidos relacionados con las habilidades y destrezas motrices básicas estructurados en los aspectos perceptivos del propio cuerpo, del entorno, las habilidades básicas y genéricas.
- 2) Capacidad de interrelacionar la teoría y la práctica empleando recursos adecuados y variados para llevar a cabo un proceso de enseñanza aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas de calidad.
- 3) Habilidad para trabajar de forma autónoma, construyendo su propio aprendizaje.
- 4) Capacidad de comunicación interpersonal (trabajo en grupo).
- 5) Compromiso con el trabajo colaborativo.
- 6) Capacidad para promover valores y actitudes en relación con el cuerpo y su motricidad.
- 7) Actitud reflexiva y crítica en las actividades propuestas.

## 5. Contenidos

**Bloque 1:** Introducción. Conceptos y contenidos relacionados con las habilidades y destrezas motrices básicas.

**TEMA 1** Fundamentación general de la asignatura

**Bloque 2:** Habilidades perceptivas del propio cuerpo.

**TEMA 2** Introducción al esquema corporal

**TEMA 3** Educación del esquema corporal

**Bloque 3:** Habilidades perceptivas del entorno.

**TEMA 4** Introducción a las habilidades perceptivas del entorno

**TEMA 5** Las habilidades perceptivas del entorno

**Bloque 4:** Habilidades y destrezas básicas.

**TEMA 6** Introducción a las habilidades y destrezas motrices básicas

**TEMA 7** Habilidades y destrezas motrices básicas de dominio y control del propio cuerpo

**TEMA 8** Habilidades y destrezas motrices básicas de dominio y control de algún móvil u objeto

**Bloque 5:** Habilidades motrices genéricas.

**TEMA 9** Introducción a las habilidades genéricas

## 6. Actividades Prácticas (se pueden introducir por bloques/temas o no)

**Bloque 1: Introducción. Conceptos y contenidos relacionados con las habilidades y destrezas motrices básicas.**

**TEMA 1:** Fundamentación general de la asignatura

**Práctica 1:** Sesión de familiarización

.....

**Bloque 2: Habilidades perceptivas del propio cuerpo**

**TEMA 3:** Educación del esquema corporal

**Práctica 1:** Conocimiento y control del propio cuerpo

**Práctica 2:** Lateralidad

**Práctica 3: Relajación y respiración**

**Práctica 4: ATPE( actividad tónico postural equilibradora)**

**Práctica 5: Sensopercepción**

.....  
**Bloque 3: Habilidades perceptivas del entorno.**

**TEMA 5: Las habilidades perceptivas del entorno**

**Práctica 6: Espacialidad**

**Práctica 7: Temporalidad**

**Práctica 8: Estructuración espacio-temporal**

.....  
**Bloque 4: Habilidades y destrezas básicas.**

**TEMA 7: Habilidades y destrezas motrices básicas de dominio y control del propio cuerpo**

**Práctica 9: Desplazamientos, saltos y giros**

**Práctica 10: Trepas, suspensiones y balanceos**

**TEMA 8: Habilidades y destrezas motrices básicas de dominio y control de algún móvil u objeto**

**Práctica 11: El manejo de objetos**

**Práctica 12: Lanzamientos recepciones y botes**

## **6. Metodología y Estimación del volumen de trabajo**

Durante el cuatrimestre se van a utilizar las siguientes modalidades formativas: sesiones presenciales; trabajo autónomo; trabajos dirigidos o de campo y tutorías.

### **SESIONES PRESENCIALES**

Las sesiones presenciales tendrán como actividades formativas:

- Clases teórico-prácticas (no obligatorias) en las que se propondrán pequeños trabajos de reflexión individuales o en grupos para plasmar por escrito y entregar, a partir de los cuales puede plantearse situaciones de debate al formular la profesora una pregunta relacionada con el tema de reflexión y tras el intercambio de opinión por parejas (Técnica del cuchicheo). (Sesión de los miércoles).

- Clases prácticas-teóricas (obligatorio superar el 80% de asistencia), en las que el alumno participa activamente de las propuestas prácticas que pueden proceder de la profesora, y/o de los estudiantes derivadas de las “actividades de aplicación prácticas” del trabajo autónomo.
- Trabajo colaborativo (de las lecturas básicas y preparación de actividades de aplicación práctica). Normalmente se llevará a cabo en la sesión presencial de los jueves.
- Exposición de los trabajos de campo. Los tríos que han desarrollado su trabajo de campo dispondrán de 10 minutos para la exposición utilizando algún medio audiovisual (en la que deben intervenir todos los componentes del grupo). Al finalizar habrá un turno de preguntas y respuestas.
- Tutorías. Las tutorías las vamos a clasificar en concertadas, no concertadas y electrónicas.
  - Tutorías concertadas: tienen un carácter obligatorio cuando la profesora programe estas visitas. Serán entre 1 y 2 individuales para aclarar dudas, resolver problemas, revisar la evolución del trabajo, orientar, sugerir.... Cuando un grupo decida realizar un trabajo de campo, todos los componentes del mismo deberán asistir al menos a 2 tutorías concertadas para dicho trabajo.
  - Tutorías no concertadas: voluntarias y recomendadas para exponer cualquier duda o problema, bien de carácter individual o grupal.
  - Tutoría electrónica: al igual que las no concertadas pero a través del correo electrónico.

## TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO: PORTAFOLIOS

El trabajo autónomo del alumn@ será evaluado a través de los siguientes elementos que deberán ir incluyendo en su carpeta virtual de trabajo (portafolios):

- Resumen de lecturas básicas
- Actividades de reflexión
- Actividades de aplicación práctica
- Trabajos de campo

### Estimación de volumen de trabajo del estudiante (ECTS)

Tamaño de Grupo (2)	Actividad Formativa	Horas presenciales	Trabajo Autónomo	Volumen de trabajo
Grupo completo	Clase teórico-práctica (X)	21 h	68 h	89 h
Mitad Grupo	Seminario/grupos laborativos (J)	10 h	11 h	21 h
Reducido	Clase práctica-teórica	30 h	18 h	48 h
Reducido	Tutorías (concertadas, no concertadas, virtuales)	2 h.		2 h
<b>Total</b>		<b>63 h</b>	<b>97 h</b>	<b>160 h</b>
Relación: Horas de trabajo/ECTS		40%	60%	100%

(2) completo, reducido, tutorías...

## 8. Cronograma

Bloque temático	Tema	Título	Fechas previstas de inicio (por semanas)(3)	Fechas previstas de fin (por semanas)	Horas presenciales
1	1	Fundamentación general de la asignatura	1	1	5
2	2	Introducción al esquema corporal	2	2	5
2	3	Educación del esquema corporal	3	5	15
3	4	Introducción a las habilidades perceptivas del entorno	6	6	1
3	5	Las habilidades perceptivas del entorno	6	8	11,5
4	6	Introducción a las habilidades y destrezas motrices básicas	9	9	1
4	7	Habilidades y destrezas motrices básicas de dominio y control del propio cuerpo	9	11	13,5
4	8	Habilidades y destrezas motrices básicas de dominio y control de algún móvil u objeto	12	14	8
5	9	Introducción a las habilidades genéricas	14	14	1
		<b>Evaluación final</b>			61 h
<b>Totales</b>					

(3) (Se desplegarán las semanas del año académico para poder elegir. Por ejemplo: semana segunda de octubre)

## 9. Evaluación

### Evaluación del Aprendizaje.

Instrumentos	Criterios de calidad	Ponderación
Lista de control de asistencia y trabajo continuo	Presencia o ausencia del estudiante en clase práctica-teórica y en tutorías concertadas. Pequeños trabajos de reflexión propuestos en las clases teórico-práctica y práctico-teórica. Participación en las propuestas de debates. Exposición de actividades colaborativas.  Entrega de tareas a tiempo	2 puntos
Portafolios (individual, aunque apoyado en el trabajo por tríos)	Presentación Inclusión de todas las actividades Corrección en su realización Claridad expositiva Estructuración y sistematización Originalidad y creatividad Capacidad crítica y autocrítica Capacidad de análisis y síntesis Organización del tiempo Incorporación de bibliografía y corrección en la utilización de la misma. Aplicaciones prácticas Resumen y esquematización de lecturas básicas (obligatorio) y complementarias (no obligatorio). Propuesta de sesiones prácticas Propuesta de preguntas y respuestas en cada tema Entrega de tareas a tiempo Autoevaluación y evaluación recíproca (grupos de tres)*	6 puntos
Prueba escrita	Tipo test (en convocatoria ordinaria), de respuesta única entre tres posibles. Cada tres preguntas respondidas erróneamente se resta una. Tipo test y/o preguntas cortas en convocatoria extraordinaria.	2 puntos

\*A partir de los criterios de calidad explicitados, los estudiantes realizarán, grupalmente, una Autoevaluación justificada respecto al trabajo reflejado en el portafolios. Igualmente, cada alumno realizará una evaluación de sí mismo y evaluará a otros compañeros de grupo en función del trabajo realizado por él mismo y por sus compañeros, respectivamente.

Las sesiones presenciales tendrán como actividades formativas:

- Clases teórico-prácticas (no obligatorias) en las que se propondrán pequeños trabajos de reflexión individuales o en grupos para plasmar por escrito y entregar, a partir de los cuales puede plantearse situaciones de debate al formular la profesora una pregunta relacionada con el tema de reflexión y tras el intercambio de opinión por parejas (Técnica del cuchicheo). (Sesión de los miércoles).



- Clases prácticas-teóricas (obligatorio superar el 80% de asistencia), en las que el alumno participa activamente de las propuestas prácticas que pueden proceder de la profesora, y/o de los estudiantes derivadas de las “actividades de aplicación prácticas” del trabajo autónomo.
- Trabajo colaborativo (de las lecturas básicas y preparación de actividades de aplicación práctica). Normalmente se llevará a cabo en la sesión presencial de los jueves.
- Exposición de los trabajos de campo. Los tríos que han desarrollado su trabajo de campo dispondrán de 10 minutos para la exposición utilizando algún medio audiovisual (en la que deben intervenir todos los componentes del grupo). Al finalizar habrá un turno de preguntas y respuestas.
- Tutorías. Las tutorías las vamos a clasificar en concertadas, no concertadas y electrónicas.
  - Tutorías concertadas: tienen un carácter obligatorio cuando la profesora programe estas visitas. Serán entre 1 y 2 individuales para aclarar dudas, resolver problemas, revisar la evolución del trabajo, orientar, sugerir.... Cuando un grupo decida realizar un trabajo de campo, todos los componentes del mismo deberán asistir al menos a 2 tutorías más concertadas para dicho trabajo.
  - Tutorías no concertadas: voluntarias y recomendadas para exponer cualquier duda o problema, bien de carácter individual o grupal.
  - Tutoría electrónica: al igual que las no concertadas pero a través del correo electrónico.

## **TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO: PORTAFOLIOS**

El trabajo autónomo del alumno@ será evaluado a través de los siguientes elementos que deberán ir incluyendo en su carpeta virtual de trabajo (portafolios):

- Resumen de lecturas básicas
- Actividades de reflexión
- Actividades de aplicación práctica
- Trabajos de campo

Este bloque, tiene una ponderación del 60% (6 puntos de los que al menos hay que obtener 3 para poder superarlo)

## **LECTURAS BÁSICAS**

De carácter obligatorio, las lecturas básicas de cada tema podrán ser repartidas entre los tres componentes de cada grupo (tríos formados dentro del mismo grupo de prácticas), debiendo realizar un resumen o esquema de cada una de ellas para posteriormente ponerlo en común, reflexionar sobre ellas y plasmar esa reflexión por escrito si así lo creen conveniente. Hay que incluirlo en la carpeta personal de cada alumno (virtual y física que cada alumno tendrá).

Las lecturas recomendadas no son obligatorias, y cada componente del grupo tiene la opción de tratarlas de manera individualizada (resumen o esquema y reflexión).

## **ACTIVIDADES DE REFLEXIÓN**

Es obligatoria una por tema. Se realiza la lectura individualizada del texto elegido. Se reúnen y expone cada uno las ideas fundamentales del texto para realizar una reflexión conjunta por escrito.

## **ACTIVIDADES DE APLICACIÓN PRÁCTICA**

Tiene un carácter obligatorio e individual y/o grupal (tríos). Cuando en un tema haya dos o más propuestas de aplicación práctica, el alumno seleccionará una. En cada propuesta se incorporará información de apoyo para su elaboración.

## **TRABAJO DE CAMPO**

Voluntario y necesario para poder optar a matrícula de honor.

De entre todos los propuestos, se escogerá uno y se desarrollará en el grupo de tres. En este trabajo, hay que redactar un marco teórico a partir de diversas fuentes de información consultadas, recoger datos, analizarlos, extraer conclusiones y redactar un informe final.

## **PROPUESTA DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS DE CADA TEMA**

De carácter voluntario y como ayuda al estudio y preparación del tema cada alumno podrá presentar en cada tema una propuesta propia de 10 preguntas tipo test de respuesta única con tres opciones (de las tres opciones de respuesta sólo una es verdadera).

## **PRUEBA ESCRITA**

Al finalizar el cuatrimestre y en la fecha oficialmente establecida se realizará una prueba tipo test que podrá incluir preguntas propuestas por los alumnos y entregadas al finalizar cada tema.

### **Observaciones/requisitos**

La evaluación está estructurada en tres bloques a valorar (sesiones presenciales obligatorias, portafolios, prueba escrita). Para poder ser evaluado en cada uno de ellos, será criterio *imprescindible y excluyente* la asistencia al 80% de las clases prácticas (máximo 3 faltas no justificadas oficialmente). Se considera asistencia a clase la participación activa del alumno en el desarrollo de las mismas.

## **+ Evaluación de la docencia**

Al finalizar el cuatrimestre los estudiantes realizarán una encuesta anónima con respecto a la actuación docente de la profesora y respecto al plan docente, para poder hacer un análisis grupal sobre los puntos fuerte, puntos débiles y propuestas de mejora del plan docente.

## **+ Fechas de exámenes**

### **Convocatorias de exámenes oficiales**

EXAMEN FINAL DE FEBRERO:

EXAMEN FINAL DE JUNIO:

EXAMEN FINAL DE SEPTIEMBRE:

## **+ Fechas de otras actividades de evaluación**

ACTIVIDAD (4)	SEMANA PREVISTA
Lista de control de asistencia y trabajo continuo	Diario al finalizar cada sesión presencial.
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Resumen de lecturas básicas</li><li>2. Actividades de reflexión</li><li>3. Actividades de aplicación práctica</li><li>4. Trabajos de campo</li><li>5. Preguntas y respuestas de cada tema</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Semana posterior al término del tema correspondiente</li><li>2. Semana posterior al término del tema correspondiente</li><li>3. Semana posterior al término del tema correspondiente</li><li>4. Tres semanas a partir de la primera tutoría</li><li>5. Dos días después de finalizar el tema correspondiente</li></ol>

(4) por ejemplo, entrega de trabajos, exposiciones, etc.

## 10. Bibliografía

### Bibliografía básica

- Batalla, A. (2000). *Habilidades motrices*. Barcelona: INDE.
- Blázquez, D. y Ortega, E. (1984). *La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años*. Madrid: Cincel.
- Blández Ángel, Julia. (1995). *La utilización del material y del espacio en educación física: propuesta y recursos didácticos*. Barcelona: INDE
- Blández Ángel, Julia. (2000). *Programación de unidades didácticas según ambientes de aprendizaje*. Barcelona: INDE
- Conde, J. L. (2001). *Juegos para el desarrollo de habilidades motrices en Educación Infantil*. Málaga: Aljibe.
- Conde, J. L. y Viciano, V. (1997). *Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas*. Málaga: Aljibe.
- Da Fonseca, V. (1998). *Manual de observación psicomotriz*. Barcelona: INDE
- Díaz Suárez, A. (1999). *Actividades para el desarrollo de las habilidades motrices básicas*. Murcia: Diego Marín Librero Editor.
- Giménez, F.J. (2000). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva*. Sevilla: Wanceulen.
- Grupo la Tarusa (2001). *La Educación Física en primaria a través del juego*. Barcelona: INDE.
- Le Boulch, J. (1997). *El movimiento en el desarrollo de la persona*. Barcelona: Paidotribo.
- Le Boulch, J. (1997). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Buenos aires: Paidós.
- Trigo, E. (2000). *Fundamentos de la motricidad. Aspectos teóricos, prácticos y didácticos*. Madrid: Gymnos.
- Ureña, N. (2006). *Habilidades motrices básicas en primaria*. Barcelona: INDE
- Viedma Martínez, J.M. (2000). *Habilidades motrices básicas*. Sevilla: Wanceulen.

### Bibliografía complementaria

- Arnaiz, P.; Rabadán, M. y Vives (2001). *La Psicomotricidad en la escuela. Una práctica preventiva y educativa*. Málaga: Aljibe.
- Aznar, P.; Morte, J. L.; Serrano, R. y Torralba, J. (1999). *La Educación Física en la*

*Educación Infantil de 3 a 6 años*. Barcelona: INDE.

Benito, J. (2001). *Cuerpo en armonía. Leyes naturales del movimiento*. Barcelona: INDE

Díaz Suárez, A. (2001). *Educación Infantil. Cuerpo y movimiento*. Murcia: Diego Marín Librero Editor.

García, J. A. y Berruezo, P. P. (1994). *Psicomotricidad y Educación Infantil*. Madrid: CEPE.

Lleixá, T. (1995). *La Educación Física de 3 a 8 años (Segundo Ciclo de Educación Infantil y Ciclo Inicial de Enseñanza Primaria)*. Barcelona: Paidotribo.

Prado, D. de y Charaf, M. (2000). *Relajación creativa*. Barcelona: Inde.

Ruibal, O. y Serrano, A (2001). *Respira unos minutos*. Barcelona: Inde.

Ruiz Juan, F. y García Montes M. E. (2001). *Desarrollo de la motricidad a través del juego. Materiales convencionales y no convencionales como recursos metodológicos*. Madrid: Gymnos.

Ruiz Juan, F.; García López, A.; Gutiérrez Hidalgo, F.; Marqués Escámez, J; Román García, R; Samper Márquez, M. (2002). *Los juegos en la motricidad infantil de los 3 a los 6 años*. Barcelona: INDE