



TEMA 30: LAS HABILIDADES BÁSICAS. CONCEPTO, CLASIFICACIÓN Y ANÁLISIS. EVOLUCIÓN EN EL DESARROLLO MOTOR DE LOS ALUMNOS Y LAS ALUMNAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA. FUNCIÓN EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria
Especialidad: Educación Física · Andalucía



ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN

- I.1. Justificación
- I.2. Importancia
- I.3. Estructura del tema

2. LAS HABILIDADES BÁSICAS

- 2.1. Concepto
 - 2.1.1. Habilidad motriz
 - 2.1.2. Habilidades motrices básicas
- 2.2. Clasificación
- 2.3. Análisis
 - 2.3.1. Análisis de las habilidades motrices
 - 2.3.2. Análisis de las habilidades motrices básicas
 - 2.3.3. Análisis en el alumnado

3. EVOLUCIÓN EN EL DESARROLLO MOTOR DE LOS ALUMNOS Y LAS ALUMNAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

- 3.1. Evolución de las habilidades básicas
- 3.2. Consideraciones en el desarrollo del alumnado de Secundaria

4. FUNCIÓN EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

- 4.1. Como evaluación inicial
- 4.2. Como prerrequisito para las habilidades genéricas, específicas y especializadas
 - 4.2.1. Fases para el desarrollo de las habilidades en Educación Física
 - 4.2.2. Fases para el desarrollo de las habilidades en la iniciación deportiva
- 4.3. Las habilidades en el currículo de Educación Física
 - 4.3.1. Lugar de las habilidades motrices en los saberes básicos
 - 4.3.2. Propuestas de trabajo en el aula y orientaciones metodológicas

5. CONCLUSIONES

6. BIBLIOGRAFÍA



I. INTRODUCCIÓN

1.1. Justificación

Este tema se encuadra en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE), y su concreción curricular mediante el RD 217/2022 (ESO) y el RD 243/2022 (Bachillerato), competencia del Estado, que en Andalucía se completan con los Decretos 102/2023 y 103/2023, de 9 de mayo, y las Órdenes de 30 de mayo de 2023, en el marco de la Ley 17/2007, de Educación de Andalucía (LEA).

Las habilidades motrices son la base del desarrollo motor en la infancia y la adolescencia. Por eso las Órdenes de 30 de mayo de 2023 les dedican el bloque de saberes C, "Resolución de problemas en situaciones motrices": toma de decisiones, esquema corporal, utilización consciente del cuerpo y adaptación de los movimientos.

1.2. Importancia

Las habilidades motrices básicas son la base del movimiento y de la actividad física futura. Su carencia tiene un coste: "la incompetencia motriz puede llevar a una inhibición o inactividad progresiva que a la vez genera más incompetencia" (Fort-Vanmeerhaeghe, Román-Viñas y Font-Lladó, 2017).

También hay beneficios cognitivos: en adolescentes, la coordinación motriz y las habilidades perceptivo-motrices están entre los factores más asociados a la atención, la memoria y las demás funciones ejecutivas (Ruiz-Ariza et al., 2017).

1.3. Estructura del tema

El tema se estructura en tres partes: primero, el concepto, la clasificación y el análisis de las habilidades básicas; después, su evolución en el desarrollo motor del alumnado de Secundaria, y, por último, su función en el currículo de Educación Física.

2. LAS HABILIDADES BÁSICAS

2.1. Concepto

2.1.1. Habilidad motriz

La habilidad motriz se entiende, según Guthrie (en Sánchez Bañuelos, 2003), como la capacidad adquirida por aprendizaje para alcanzar unos resultados esperados con un máximo de éxito, un mínimo de tiempo y una máxima eficiencia energética.



Sus elementos constitutivos, según Cañizares y Carbonero (2016), son la eficacia y la eficiencia: la eficacia se relaciona con la consecución de los objetivos y la eficiencia, con el nivel de esfuerzo requerido.

La tarea motriz es el acto concreto en el que se pone de manifiesto una habilidad. Por ejemplo, lanzar un balón es una habilidad motriz; lanzar a canasta, en cambio, es una tarea motriz.

Cuando la tarea motriz se debe ajustar a una técnica específica basada en la manipulación de objetos, siendo susceptible de evaluación, se denomina destreza (Sánchez Bañuelos, 2003).

2.1.2. Habilidades motrices básicas

Ruiz (1987) define las habilidades motrices básicas como patrones motores de movimientos fundamentales que evolucionan a partir de los patrones motrices elementales y se muestran decisivos para el desarrollo entre los 6 y los 8 años. En ellas el mecanismo de ejecución es el más relevante, y pasan a un segundo plano la precisión y la eficacia.

Para Singer (1986), son comunes a todos los individuos porque han permitido la supervivencia de la especie y son la base de aprendizajes motrices posteriores, deportivos o no.

Para Fort-Vanmeerhaeghe et al. (2017), son el "campo base" de las habilidades específicas y de un estilo de vida saludable.

Sobre esta base se desarrollan las habilidades motrices genéricas y específicas, más encaminadas a la eficacia, la eficiencia y el rendimiento.

2.2. Clasificación

Cepero (2000) distingue:

- Locomotrices: desplazamientos, saltos y giros.
- Manipulativas: lanzamientos y recepciones.

Sánchez Bañuelos (2003), para la Educación Física, las clasifica en:

- Desplazamientos: marcha, carrera, cuadrupedia, reptaciones, trepas y deslizamientos.
- Saltos.
- Giros.
- Lanzamientos.
- Recepciones.



2.3. Análisis

2.3.1. Análisis de las habilidades motrices

Para analizar una habilidad hay que conocer los mecanismos que intervienen en su ejecución. El criterio de referencia en Educación Física es el modelo de procesamiento de la información de Marteniuk (1976), con tres mecanismos considerados fundamentales para ejecutar una habilidad (Cepero, 2000):

1. Mecanismo perceptivo:

- Propioceptivo: esquema corporal.
- Exteroceptivo: organización espacial y temporal.
- Interoceptivo: vísceras y dolor.

2. Mecanismo de decisión:

- Comprensión y simbolización de la situación.
- Invención de respuestas nuevas, transfiriendo aprendizajes anteriores.

3. Mecanismo de ejecución:

- Nivel de regulación: tono muscular y equilibrio.
- Nivel automático: innato o adquirido.
- Nivel consciente: disociación de sincinesias y nuevas sinergias.

Romero (en Cepero, 2000) concreta en la siguiente tabla los elementos de análisis de las habilidades motrices:

Mecanismos	Elementos de análisis
1. Perceptivo	Número de estímulos de la tarea; estímulos del entorno; características del entorno.
2. Decisivo	Número de decisiones y de alternativas; velocidad requerida en la decisión; nivel de riesgo que se acepta; influencia del entorno; número de elementos de información que es necesario procesar.
3. Ejecutivo	Requerimiento cuantitativo: fuerza, velocidad, resistencia o flexibilidad. Requerimiento cualitativo: número de grupos musculares implicados, coordinación, rapidez de ejecución y precisión requerida.

Desde mi punto de vista, este modelo tiene hoy respaldo normativo directo: la competencia específica 2 de las Órdenes de 30 de mayo de 2023 pide adaptar las habilidades y destrezas motrices "aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución".



2.3.2. Análisis de las habilidades motrices básicas

Siguiendo a Cepero (2000) y a Sánchez Bañuelos (2003), se analizan de forma aplicada.

Desplazamientos. Toda progresión de un punto a otro del espacio mediante el movimiento corporal. Se trabajan la puesta en acción, los cambios de dirección, la velocidad, la duración y las paradas.

- Marcha: apoyos sucesivos y alternativos sin fase aérea, con fases de apoyo simple y doble y movimientos compensatorios de los brazos. Ejemplo: el senderismo.
- Carrera: incluye una fase de vuelo, sin ningún apoyo en el suelo. Ejemplo: carreras con esquivas o interceptaciones.
- Cuadrupedias: apoyo de las cuatro extremidades, como en el acrosport.
- Reptaciones: propulsión con el tren superior o inferior, con el tronco en contacto parcial o total con el suelo.
- Trepas: acción prensil de las manos para desplazarse en vertical, como en la iniciación a la escalada.
- Deslizamientos: impulsados por una fuerza propia o externa sobre superficies de poco rozamiento (patines, esquíes), con el equilibrio como factor esencial.

Salto. Acción explosiva de una o ambas piernas que separa al sujeto de la superficie de apoyo. Requiere fuerza, velocidad, equilibrio y coordinación. Sus fases son:

- Fase previa (con o sin carrera).
- Impulso (con dos o una pierna).
- Vuelo (dirección, altura, profundidad y tiempo de suspensión).
- Caída (con continuidad, final de acción, superficie de contacto).

Aparece en juegos tradicionales como la comba y en los saltos atléticos (longitud, altura, triple salto y pértiga).

Giros. Rotación del cuerpo sobre los ejes que lo atraviesan imaginariamente:

- Eje longitudinal: piruetas.
- Eje transversal: volteos.
- Eje anteroposterior: giros laterales, como la rondada.

Están presentes en las habilidades gimnásticas y en la danza.

Lanzamientos. Aplicación de una fuerza sobre un objeto: con posesión del objeto es lanzamiento; sin ella, golpeo. Sus elementos determinantes son la velocidad, la distancia y la



precisión.

Recepciones. Acción de atrapar un objeto estático o dinámico, o de alterar su trayectoria, sincronizando las propias acciones con el móvil. Incluyen paradas, controles, despejes y recogidas, en tres fases:

- Contacto con el objeto.
- Amortiguación del móvil.
- Preparación de las acciones siguientes.

Están presentes en multitud de juegos y deportes.

2.3.3. Análisis en el alumnado

En Secundaria conviene una batería validada en esa edad: el Test Motor SportComp de Ruiz-Pérez et al. (2017) evalúa la coordinación motriz global de 12 a 17 años y se validó con 5.651 adolescentes. Consta de cinco pruebas:

- Carrera de 7 metros a la pata coja.
- Carrera de 7 metros con los pies juntos.
- Carrera de ida y vuelta.
- Desplazamiento sobre soportes.
- Saltos laterales.

Sus autores destacan su "bajo coste económico", el "poco tiempo de aplicación" y sus "normas ajustadas por edad y sexo", que permiten detectar al alumnado con sospecha de problemas de coordinación motriz. Su fiabilidad test-retest es alta (CCI = 0,91).

A mi juicio, su límite es que no valora lanzamientos ni recepciones, así que lo completaría observando tareas de manipulación de móviles.



3. EVOLUCIÓN EN EL DESARROLLO MOTOR DE LOS ALUMNOS Y LAS ALUMNAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

3.1. Evolución de las habilidades básicas

Las habilidades motrices difícilmente se crean como nuevas, sino que evolucionan de otras anteriores, en el momento más propicio para su desarrollo. Winter (en Oña et al., 1999) habla de fases sensibles, en las que el organismo responde con más intensidad a determinados estímulos. Cañizares y Carbonero (2016) destacan estas etapas:

Patrones motores y capacidades perceptivas. Los patrones, que Harrow (en Sánchez Bañuelos, 2003) llama movimientos fundamentales, son innatos y reflejos y ocupan los dos primeros años (gateo, reptación, bipedestación y control postural). Desde el tercer año aparecen las capacidades perceptivas corporales, espaciales y temporales (Oña et al., 1999).

Habilidades motrices básicas. A partir de los seis años, los patrones motores se transforman en habilidades gracias a experiencias de aprendizaje formales e informales (apartado 2).

Habilidades genéricas. Según Hernández Moreno y Rodríguez Ribas (2004), suponen la ampliación y el desarrollo de las habilidades motrices básicas y se relacionan con gestos comunes de distintos deportes. Suelen combinar dos habilidades básicas, como la conducción del balón en el fútbol o el bote en el baloncesto.

Se desarrollan entre los 8 y los 10 años, con el apoyo de la coordinación, la Educación Física y la iniciación deportiva. Son:

- El bote.
- Los golpeos.
- Las fintas.
- Las conducciones.
- Los pases.
- Las interceptaciones.

Habilidades específicas. Buscan un objetivo concreto, tipificado por un reglamento deportivo, y requieren capacidades perceptivas, físicas y estrategias de resolución motriz. Se inician entre los 11 y los 12 años. Dependen de variables como el móvil, el espacio, el tiempo, los compañeros y adversarios y un reglamento.



Estos elementos explican las diferencias entre el lanzamiento en suspensión del baloncesto, el del balonmano y el del voleibol.

Habilidades especializadas. Dominadas las específicas, llega el dominio de un puesto concreto, normalmente a partir de los 14 años. Exigen un gran desarrollo coordinativo y físico, propio del final de la pubertad.

3.2. Consideraciones en el desarrollo del alumnado de Secundaria

En Secundaria (12-18 años, ESO y Bachillerato), las capacidades físicas y coordinativas no progresan de forma continua, y eso repercute en las habilidades. Oña et al. (1999) señalan estas fases sensibles:

- Prepubertad: entre los 8 y los 12 años, primera fase sensible, sobre todo para las capacidades coordinativas: es la "edad de oro" de las habilidades básicas y genéricas.
- Pubertad: entre los 12 y los 14 años, período crítico de la coordinación y de las habilidades (salvo las ya automatizadas), por el rápido crecimiento y la inestabilidad del sistema nervioso. Se reestructura el esquema corporal y aumentan la masa y la fuerza.
- Pospubertad: a partir de los 17 años aparece una segunda fase sensible para las habilidades (principalmente especializadas) de las técnicas deportivas. El progreso es rápido si hay un desarrollo multilateral previo.

Por eso hay que distinguir al alumnado con buen bagaje motriz del que carece de él, que suele mostrar desarmonías y escasa coordinación. Desde mi punto de vista, esta es la razón de más peso para no dar por supuestas las habilidades básicas en 1.º y 2.º de ESO: coinciden con la fase en que más se desajustan.



4. FUNCIÓN EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

4.1. Como evaluación inicial

Las Órdenes de 30 de mayo de 2023 regulan la evaluación inicial (artículo 12 para la ESO y 14 para el Bachillerato). En ambos casos:

- Debe ser competencial y tener como referentes las competencias específicas.
- Se utilizará como herramienta principalmente la observación diaria.
- No figurará en los documentos oficiales de evaluación.
- Se celebrará una sesión de coordinación docente antes del 15 de octubre para compartir conclusiones sobre el alumnado.
- Se adoptarán propuestas y medidas educativas para abordar las diferencias individuales bajo el asesoramiento del departamento de orientación.

Además, "en ningún caso consistirá exclusivamente en una prueba objetiva". Por eso, desde mi punto de vista, un test como SportComp debe servir de apoyo y el eje ha de ser la observación de las habilidades en situaciones de juego.

Creo que merece especial atención 1.º de ESO: el alumnado con dificultades en las habilidades básicas o genéricas debe retomarlas, trabajando los elementos espaciotemporales y la percepción cinestésica para reconfigurar su esquema corporal (Sáenz-López, 2002).

Es una medida general de atención a la diversidad: el artículo 31 de la Orden de 30 de mayo de 2023 para la ESO incluye las "actuaciones de coordinación en el proceso de tránsito entre etapas que permitan la detección temprana de las necesidades del alumnado".

Ruiz (2021) pide no dejar al margen al alumnado con baja competencia motriz, el que siempre llega el último o nadie elige.



4.2. Como prerrequisito para las habilidades genéricas, específicas y especializadas

Cada habilidad se forma combinando y adaptando las anteriores, así que las básicas son prerrequisito del resto, tanto en Educación Física como en la iniciación deportiva.

4.2.1. Fases para el desarrollo de las habilidades en Educación Física

Sánchez Bañuelos (1986) propone cuatro fases:

- Fase 1, de 4 a 6 años: capacidades perceptivas a través de tareas habituales.
- Fase 2, de 7 a 9 años: desarrollo de las habilidades motrices básicas e iniciación a las habilidades genéricas, a partir de los 8 años.
- Fase 3, de 10 a 13 años: combinación de las habilidades básicas, de la que resultan las habilidades genéricas, e iniciación a las habilidades específicas.
- Fase 4, de 14 a 17 años: desarrollo de las habilidades específicas e iniciación a algunas habilidades especializadas.

4.2.2. Fases para el desarrollo de las habilidades en la iniciación deportiva

Blázquez (2010) propone cuatro fases para el proceso de aprendizaje deportivo:

- Familiarización: juegos multideportivos sobre la base de las habilidades básicas, para construir las genéricas.
- Iniciación: situaciones individuales que consolidan las genéricas e inician las específicas.
- Perfeccionamiento: situaciones grupales que consolidan las específicas e inician las especializadas.
- Especialización: los elementos más complejos del deporte, con las especializadas orientadas al rendimiento.



4.3. Las habilidades en el currículo de Educación Física

4.3.1. Lugar de las habilidades motrices en los saberes básicos

Las Órdenes de 30 de mayo de 2023 (anexo II) sitúan las habilidades en el bloque de saberes C, "Resolución de problemas en situaciones motrices", con esta progresión de las habilidades motrices específicas:

- En 1.º y 2.º de ESO: habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas (EFI.1.C.4 y EFI.2.C.4).
- En 3.º no las menciona. Me parece un vacío llamativo: el alumnado sigue practicando deporte y se rompe la progresión que sí marcan 1.º, 2.º y 4.º.
- En 4.º: profundización, identificación y corrección de errores comunes en esas habilidades (EFI.4.C.4).
- En 1.º de Bachillerato: perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes que respondan a sus intereses, sin hablar de especializadas, y organización de eventos físico-deportivos (EDFI.1.C.4). La norma los agrupa en seis familias: individuales, de bate y campo, de blanco y diana, de combate, de invasión y de red y muro.

4.3.2. Propuestas de trabajo en el aula y orientaciones metodológicas

Diversos autores (Díaz Lucea, 1999; Sánchez Bañuelos, 2003) nos indican cuáles son las orientaciones didácticas en el proceso de adquisición de las habilidades motrices básicas:

- Detectar y trabajar las deficiencias perceptivas y coordinativas, en lo cuantitativo (saltar más) y en lo cualitativo (explorar todas las formas de saltar).
- Estilos de enseñanza y metodologías activas con situaciones-problema (trepar, transportar, golpear) en las que el alumnado descubra sus posibilidades de movimiento por ensayo y error, exploración e imitación.
- Tareas en forma de juegos de destreza con repertorios variados, desde un enfoque global, multilateral y creativo.
- Seguridad en el material y en la organización.
- Progresión de lo sencillo a lo complejo, dando al alumnado opciones para elegir.



Siguiendo a Lleixà y Sebastiani (2016), las propuestas giran en torno a una tarea competencial (producto final) aplicable a la vida real. Tres situaciones de aprendizaje ancladas en la competencia específica 2:

- 1.º de ESO, "Ninja Warrior": prueba de obstáculos inspirada en el programa de televisión, con contenidos gimnásticos, de parkour y de iniciación a la escalada. Criterio 2.3 (evidencias de control y dominio corporal) y saber EFl.I.C.2 (esquema corporal).
- 2.º de ESO: juegos modificados de invasión con bote, pases y fintas, en superioridad numérica. Criterio 2.2 (toma de decisiones a partir de la anticipación en juegos modificados) y saber EFl.2.C.4.
- 4.º de ESO: coevaluación en vídeo del lanzamiento en suspensión de balonmano, en la que cada pareja identifica los errores por fases y propone su corrección. Criterio 2.2 (procesos de percepción, decisión y ejecución) y saber EFl.4.C.4.

5. CONCLUSIONES

Existe cierto consenso en que todos los movimientos humanos son variaciones y combinaciones de unos patrones fundamentales: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones. He expuesto su concepto y clasificación, su análisis desde el modelo de Marteniuk, su evolución en el alumnado de Secundaria y su función en el currículo.

Desde mi punto de vista, los criterios de análisis de las habilidades motrices sirven para graduar la dificultad de las tareas y ajustarlas al alumnado, y su utilidad va más allá de la evaluación inicial.

El currículo de Secundaria solo recoge las habilidades motrices específicas: da por hecho que las básicas y las genéricas se consolidaron en Primaria. Sin embargo, no debemos quemar etapas. Si parte del alumnado no las ha adquirido, por falta de madurez o de práctica, retomarlas es la condición para su alfabetización física.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Blázquez, D. (2010). La iniciación deportiva y el deporte escolar. INDE.
- Cañizares, J. M. y Carbonero, C. (2016). Habilidades, destrezas y tareas motrices en la edad escolar. Wanceulen.
- Cepero, M. M. (2000). Las habilidades motrices y su desarrollo. En M. M. Ortiz Camacho (coord.), Comunicación y lenguaje corporal (pp. 171-206). Proyecto Sur.
- Díaz Lucea, J. (1999). La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. INDE.



- Fort-Vanmeerhaeghe, A., Román-Viñas, B. y Font-Lladó, R. (2017). ¿Por qué es importante desarrollar la competencia motriz en la infancia y la adolescencia? Base para un estilo de vida saludable. *Apunts. Medicina de l'Esport*, 52(195), 103-112. <https://doi.org/10.1016/j.apunts.2016.11.001>
- Hernández Moreno, J. y Rodríguez Ribas, J. P. (2004). La praxiología motriz: fundamentos y aplicaciones. INDE.
- Lleixà, T. y Sebastiani, E. M. (coords.) (2016). Competencias clave y educación física. INDE.
- Marteniuk, R. G. (1976). Information processing in motor skills. Holt, Rinehart and Winston.
- Oña, A. (coord.), Martínez, M., Moreno, F. y Ruiz, L. M. (1999). Control y aprendizaje motor. Síntesis.
- Ruiz, L. M. (1987). Desarrollo motor y actividades físicas. Gymnos.
- Ruiz, L. M. (2021). Educación física y baja competencia motriz. Morata.
- Ruiz-Ariza, A., Grao-Cruces, A., Loureiro, N. E. M. y Martínez-López, E. J. (2017). Influence of physical fitness on cognitive and academic performance in adolescents: a systematic review from 2005-2015. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 108-133. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1184699>
- Ruiz-Pérez, L. M., Barriopedro-Moro, M. I., Ramón-Otero, I., Palomo-Nieto, M., Rioja-Collado, N., García-Coll, V. y Navia-Manzano, J. A. (2017). Evaluar la coordinación motriz global en Educación Secundaria: el Test Motor SportComp. RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 13(49), 285-301. <https://doi.org/10.5232/ricyde2017.04907>
- Sáenz-López, P. (2002). La educación física y su didáctica: manual para el profesor (2.ª ed.). Wanceulen.
- Sánchez Bañuelos, F. (1986). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos.
- Sánchez Bañuelos, F. (coord.) (2003). Didáctica de la educación física. Pearson Educación.
- Singer, R. (1986). El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte. Hispano Europea.

Normativa

- Jefatura del Estado (2006). Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE). BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006.
- MEFP (2022). Reales Decretos 217/2022, de 29 de marzo (ESO), y 243/2022, de 5 de abril (Bachillerato), de ordenación y enseñanzas mínimas.
- CEDJA (2007). Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía (LEA).
- CEDJA (2023). Decretos 102/2023 y 103/2023, de 9 de mayo, de ordenación y currículo de la ESO y del Bachillerato en Andalucía.
- CEDJA (2023). Órdenes de 30 de mayo de 2023, por las que se desarrolla el currículo de la ESO y del Bachillerato en Andalucía.