

APRENDIZAJE Y DESARROLLO MOTOR.

BLOQUE 1: INTRODUCCIÓN

TEMA 1: INTRODUCCIÓN AL COMPORTAMIENTO MOTOR.

- La ciencia del comportamiento motor.
- Concepto de comportamiento y de comportamiento motor.

La psicología lo define como la ciencia que estudia el comportamiento humano (Watson 1930). La Psykhé es el tratado del alma (connotaciones religiosas y filosófica. Por lo tanto podemos decir que la psicología es la ciencia del comportamiento.

Los principios propios de la ciencia son los siguientes:

- Intersubjetividad: la ciencia no es opinión sino es objetiva y clara.
- Especialización.
- Operativización: es evaluable y medible, se puede plasmar en operaciones.
- Relaciones funcionales: causa–efecto.
- Control: conocer datos de investigación

El **comportamiento** es todo aquello que un organismo hace o dice o el producto de la interacción entre el organismo (o) y el medio (H) donde habita

$C = f(O, M)$ O= organismo como sistema autónomo.

M= medio donde se desarrolla dicho organismo.

El comportamiento se estructura en dos niveles:

- fenómenos observables.
- patrones específicos.
- Áreas de comportamiento motor.

Comportamiento motor:

–control motor.

–aprendizaje motor.

–desarrollo motor.

Control motor:

- sensación y percepción.
- Memoria.
- Atención.
- Programas motores.

Aprendizaje motor lo podemos definir como proceso de adquisición de nuevas formas de moverse (Singer

1986) o proceso de mejorar y automatización de habilidades motrices, como resultado de la repetición de una secuencia de movimiento, de manera consciente, consiguiéndose una mejora entre el SNC y el sistema muscular (Grosser y Neuimaier).

El aprendizaje motor supone un proceso de modificación de la conducta, más exactamente un cambio estable de la conducta como consecuencia de la práctica, en el caso que nos ocupa, que es el aprendizaje motor, las conductas modificable son las motoras.

El desarrollo motor utiliza el método descriptivo por lo tanto el método científico.

Psicología evolutiva+desarrollo biológico

Estudios:

–Longitudinales: desde que se nace hasta que se madura.

–Transversales: en un periodo mucho individuos.

Estudios de patrones motores.

–Postural.

–Desplazamientos.

–Presión.

Revisión Histórica:

- Etapa filosófica:
 - MitoFilosofíaPsicología.
 - Dualismo cuerpo–alma.
 - Inicio separación psicología–filosofía.
 - Dualismo mente–cuerpo.
- Antesala científica.

Hasta el S XIX basada en dualismo. Antesala psicológica.

- Fisiología.
- Darwinismo.
- Psicofísica: relación cuerpo–mente.
- Psicometría: medición de conducta memoria.
- CC. Sociales.

- Trayectoria científica de la psicología

Apertura de laboratorio de psicología 1879 (Alemania). Etapas de la evolución de la ciencia:

- Etapa precientífica.
- Etapa preparadigmática
- Etapa paradigmática: cosas desde un mismo punto de vista.
- Historia específica del comportamiento motor.

Nos vamos a encontrar con dos grandes etapas:

Primera etapa: líneas de investigación

- Línea neurofisiológica.

Comportamiento ligado a las ciencias biológicas.

Sherrington: arcos reflejos.

Herrick función del cerebro en movimiento.

- Línea psicológica

Comienzo por demanda de habilidades profesionales. Ej mecanografía.

Woodmott estudios sobre la atención y movimiento.

Fitts velocidad/precisión.

Segunda etapa: las dos líneas se unen

Síntesis de la dos líneas anteriores: interés ejecución-----interés de procesos.

- Posner Atención y memoria en la automatización del movimiento.
- Adan Importancia del feedback.
- Creación de revistas especializadas:

Comportamiento motor en España: inicio en los INEFs. No tanto en Facultades de Psicología o de CC de Educación. Psicología del deporte: Cagical, congresos internacionales, asociaciones y revistas.

BLOQUE 2: APRENDIZAJE MOTOR.

TEMA 1: CONCEPTOS FUNDAMENTALES DEL APRENDIZAJE MOTOR.

- Concepto de aprendizaje.
- Proceso de adquisición de nuevas formas de moverse Singer 1986.

- Cambio relativamente permanente de la conducta motriz de los alumnos como consecuencia de la práctica y el entrenamiento Lawther 1986.
- El aprendizaje motor supone un pensamiento informativo, no solamente un aprendizaje ejecutivo de respuestas motrices, es también un aprendizaje discriminativo y toma de decisiones Schmidt 1892
- Resultado-----procesos.

EstímulosORGANISMORespuestas

Grito girar la cabeza

Daño apretar la mano

Disparo salida.

EstímuloMECANISMO DE PERCEPCIÓNOrganismoMECANISMO DE DECISIÓNRespuestaMECANISMO DE EJECUCIÓN.

La actividad establecer estímulos, mecanismo de decisión implicados, respuestas posibles:

1. salida.
2. contraataque 2x3 final del partido.
3. carrera de 800m lisos.

- Fases y variables en el proceso de aprendizaje motor.
- Proceso perceptivo: sensación y percepción.

La **sensación** es la impresión que las cosas producen por medio de los sentidos o la transformación de energía externa en energía nerviosa.

La **Percepción** es la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos o proceso de recepción de la información de un nivel superior que implica una organización de la información de grado superior a la información.

Las fases de la sensación son: estímulo retina cerebro. La primera fase se llama traducción, la segunda transmisión y la tercera y última elaboración.

Los tipos de receptores sensoriales según Sherrington son:

CLASE DE RECEPTORES	TIPOS DE ESTÍMULO	ORGANOS
Interoreceptores	Presión	Órganos internos, vasos sanguíneos y terminaciones nerviosas.
Exteroreceptores	Luz, Sonido, Temperatura	Ojo, oído y tacto
Propioreceptores.	Equilibrio y aceleración	Postura y movimientos, músculos y tendones.

Los receptores propioceptivos son más importantes para el aprendizaje motor. Informan de la posición y del movimiento. Encontramos dos tipos :

- Vestibulares:

- Unos aros inciden en que eje nos movemos.
- El oído interno como está en la cabeza si hay aceleración o deceleración.

- Cenestésicos:

- Táctiles: textura de lo que tocamos, temperatura, variación de presión
- Articulares: posición de la articulación.
- Tendinoso: Golgi: como esta el tendón.
- Hueso muscular: situación del músculo.

Visión

audición exteroceptores

tacto. Interacción Procesamiento

sensorial superior

Vestibulares

Propioceptores

Cenestésico

Dos tipos de umbrales:

- Absoluto: valor mínimo que se capta.
- Diferenciales: la mínima variación para poder percibir el cambio.

La **Percepción** es un proceso de recepción de la información de un nivel superior que implica una organización de grado superior a la información o también actividad del sujeto que vas más allá de la orfeneación de lo recibido del exterior, mediante la cual determina, filtra y pon condiciones a esa estimulación externa

Las teorías que explican la percepción son:

- Teoría genética

- Sujeto mero receptor pasivo

- Imagen percibida=realidad.

- Teorías comportamentales.

- Imagen externa+actividad perceptiva del sujeto (compresión, memoria,)

Percepción del movimiento:

- Movimiento real: Zona periférica del ojo que capta mejor el movimiento. Mínimos 0,254 cm/s
- Movimiento aparente: +200 ms dos líneas sucesivas. Menos de 30ms líneas simultáneas y menos 60 línea en movimiento.

Percepción de trayectorias

Muy importante en el deporte. Estudios de Whiting. Tiempo de visión del móvilEfectividad. Periodo de lanzamiento, de visión y de oclusión.

La **anticipación** es el proceso por el cual un sujeto usa información avanzada para preparar y coordinar el comportamiento consecuente. Hay dos tipos de anticipación el temporal y el espacial.

- Proceso de decisión: programación. Memoria

Proceso de decisión:

- Codificación.
- Memoria.
- Programación.
- Decisión.

Según Lashley en 1917, el **programa motor** es una serie preestructurada de comandos musculares capaces de producir un movimiento, según Keele es la representación central de una habilidad motriz.

El **programa motor** tiene 2 tipos o fases:

- Restringido.

Teoría del memory–drum (Henry y Rogers, 1960).

- Cada habilidad motora nueva se graban como un programa motor diferente.
- Complejidad en función de tiempo de movimiento, la fuerza, dirección, precisión o número de segmentos corporales.
- Críticas: no tiene en cuenta la práctica, problema de almacenamiento.

- Generalizado.

· Esquema motor (Schmidt, 1975)

· Lo almacena es un esquema general que deberá actualizarse en función de cada contexto. Una persona nunca produce un moviendo absolutamente nuevo, ni nunca repite absolutamente el mismo movimiento.

· Almacenamiento de:

–Condiciones generales (posiciones corporales, peso)

–Parámetros asignados a priori (velocidad, fuerza)

–Feedback sensorial.

–Conocimiento de resultados.

· Complejidad en función de: cantidad de incertidumbre o información a procesar, grado de aprendizaje.

La **Memoria** es el espacio donde se almacena la información (Ruiz) o la capacidad de reconstruir la información contenida en un mensaje en su ausencia, o la de reconocer dicha información cuando es presentada (Leury)

Estructura de la memoria:

Memoria sensorial Memoria Inmediata Memoria Mediata (Mayer 1981)

Memoria sensorial Memoria a corto término Memoria a largo término (Schmidt)

Memoria sensorial Memoria a corto plazo Memoria a larga plazo (Hunt)

La memoria sensorial se produce inmediatamente después de recibir el estímulo. Registra toda la información y retención desde 250ms (Averbach y Sperling) hasta 15s (Ruiz Pérez, 1994)

La Memoria a corto plazo codifica y elabora información de la memoria sensorial. Limita la cantidad de información y la retención es de 15–30 s.

La memoria a larga plazo almacena información de la memoria a corto plazo. Almacena información significativa y la retención es ilimitada.

Los procesos de información son:

Codificación: es la transformación del estímulo sensorial en pautas asimilables por el sistema de memoria.

Recuperación: depende de la codificación empleada, congruencia del movimiento, motivación

Olvido: tenemos dos tipos:

–Olvido pasivo o debilitamiento: los conocimientos adquiridos se van debilitando progresivamente con el tiempo.

–Olvido activo o interferencia: es producido por una habilidad sobre otra, puede tener efecto proactivo y retroactivo

Los niveles de retención son:

- Naturaleza y tipo de habilidad: habilidades rítmicas y continuas se retiene mejor
- Grado de codificación informativa: A mayor codificación más fácil de retener
- Grado de significatividad de la habilidad deportiva: un aprendizaje motor significativo tiene más posibilidades de ser consolidado y retenido.
- Distribución de los periodos de la práctica: la práctica distribuida favorece mejor la retención

- Existencias o no de interferencias.
- La ejecución.

El movimiento se produce gracias al sistema nervioso y a los músculos.

Tenemos tres tipos de neurona: la sensitiva, motora e interneurona.

Las variables que definen el grado de coordinación muscular:

- *Número de grupos musculares implicados*: habilidades motrices globales y motrices finas.
- *Estructura del movimiento deportivo*: habilidades cíclicas, acíclicas y acíclicas en sucesión.
- *Velocidad de ejecución requerida*: enseñanza en velocidades reales
- *Precisión requerida en la ejecución*: a mayor velocidad más complejidad de ejecución
- La retroinformación. Tipos, objetivos y aplicación.

Conjunto de informaciones correspondiente al aprendizaje deportivo (Perez 94)

Informaciones no relacionadas.

Sistemas de aprendizaje

Deportivo

Recibidas antes de practicar (feedback)

Informaciones

relativas a las habilidades

deportivas

Recibidas como resultado

de la acción

Feedback sensorial Feedback aumentado

Visual Cinetésico Acústico Entrenador Compañeros

Tipos de administración de información.

· Antes de la acción

–Feedforward

–Intrínseco.

–Extrínseco.

· Como resultado de la acción

–Feedback

–Intrínseco

–Extrínseco

Tipos de feedback extrínsecos:

· En función del momento.

- Feedback simultáneo.
- Feedback inmediato.
- Feedback aplazado.

· En función de la frecuencia.

- Separado
- acumulado

· En función del contenido.

- Conocimiento de resultado.
- Conocimiento de ejecución.

· En función de la intencionalidad.

a) Evaluativo e) Descriptivo.

b) Prescriptivo f) Afectivo.

c) Comparativo g) Neutral

d) Explicativo h) Interrogativo.

Feedback y E.F.

La información retroactiva es un elemento esencial de la calidad de la enseñanza, y características de una enseñanza eficiente Ruiz Perez

Las clases numerosas perjudican la cantidad de feedback emitida por el profesor. Los profesores veteranos emiten mayor número de feedback a sus alumnos (Pieron)

Importante la calidad informativa: variar expresiones, evitando dobles negaciones y siendo concreto. Buscar el predominio de Conocimientos de Resultados positivos.

Cuestiones a tener en cuenta por el profesor/entrenador

- Referencia de comparación clara.
- Modelo de referencia con posibilidad de variabilidad.
- Correcta valoración de la necesidad de feedback

- Establecer prioridades de corregir.
- Seguimientos del efecto del feedback
- Feedback por medios audiovisuales es eficaz si se práctica después.
- Efecto muleta.
- No intercalar otras prácticas entre el ensayo y el feedback.
- Efecto motivador del feedback

TEMA 2: MODELOS EXPLICATIVOS DEL APRENDIZAJE MOTOR.

TEMA 3: LA TRANSFERENCIA EN APRENDIZAJE MOTOR.

- Conceptos de transferencia.

Determinados movimientos tienen un punto de unión entre el aprendizaje previo y el aprendizaje de otro movimiento posteriores. (Grehaigne y Godbout 95)

Lo que aprendemos no es algo que sea estrictamente nuevo, sino que es una combinación nueva de habilidades y estrategias ya adquiridas (Schmidt 82)

Dado que el horario de EF es limitado, es muy difícil conseguir aprendizajes motrices, de tal forma que la transferencia es una gran ayuda para conseguir estos aprendizajes (Giménez 2000)

- Tipos de transferencia.

Teorías explicativas de la transferencia según Pinon

· Explicaciones basadas en la similitud de tareas:

–las tareas diferentes con elementos comunes nos llevan a utilizar psicológicas idénticos. Ej: Remate de VB, Remate BD, tiro en salto BM

Respuestas

Diferentes Similares

Similares Transferencia Transferencia

negativa positiva

Estímulos

Diferencias Transferencia Transferencia

cero. positiva.

· Explicaciones basadas en la actividad del individuo:

Entendemos la transferencia como la capacidad del hombre para sacar beneficio de aprendizaje anteriores y aplicarlo a situaciones similares. Construyendo programas motoras claro y organizados en niveles.

Basados en técnicas cognitivas: el aprendizaje de una actividad nos lleva a desarrollar estructurar que pueden aparecer al realizar otro ejercicio. (Relación entre las dos tareas)

Tipos de transferencias.

- En función del tiempo (Ruiz Perez)
- Preactiva: el efecto de A ayuda a B
- Retroactiva: lo aprendido en B me ayuda a mejorar la habilidad de A.
- En función del sentido (Ruiz Perez)
- Intra-sensorial: el aprendizaje se transfiere de un miembro a otro (Bilateral) Ej. Lanzamiento BM mano derechaizquierda.
- Inter-sensorial: la actividad perceptiva de un sentido es modificada por el entrenamiento de otros (diferentes sentidos). Ej. Cambio de marcha
- Intra-tareas: se da gracias al entrenamiento de una misma habilidad o de habilidades diferentes con un cuerpo común. Ej. Jugar al matar jugar al BM
- Entre-tareas: efecto del aprendizaje de una tarea sobre el aprendizaje o práctica de otras. Ej. Saque de tenisvoleibol.

Transferencia analítica:

División de una tarea motora en componentes más simples para facilitar su aprendizaje transferencias de las partes al todo

- Eficacia en tareas seriadas: salta de longitud.
- Eficacia en tareas que pueden provocar miedo o ansiedad: gimnasia artística.

Elementos para mejorar la transferencia

- Forma del gesto: Posiciones y movimientos parecidos en si ejecución. Ej. Tenis y voleibol.
- Estructura rítmica: en un calentamiento transferido de un deporte a otro. Ej. Baloncesto y balonmano.
- Percepción de la relación cuerpo-entorno. Ej. Percepción de trayectoria (baloncesto y fútbol)
- Tipo de coordinación motriz: Ej. Tenis y squash: tocar el piano y escribir a máquina.
- Dominio de implementos (instrumentos similares): Ej. Tenis y bádminton, esquí de nieve y acuático.
- Principios similares: Ej. Tácticas de ataque, principios biomecánicos.
- Características psicológicas. Agresividad.
- Análisis de la conducta de transferencia.

Consideraciones a tener en cuenta.

- El profesor debe terminar y aumentar las similitudes entre las habilidades aprendidas y las que se van a

aprender.

- El profesor debe dar la suficiente experiencia a los alumnos en la tarea original.
- Se debe proporcionar a los alumnos a analizar las habilidades y a establecer relaciones entre diferentes tareas y situaciones.
- Se deben enseñar a los alumnos a analizar las habilidades y a establecer relaciones entre diferentes tareas y situaciones.
- El profesor debe asegurar de que los principios de las tareas, son comprendidos por los alumnos.
- Se debe favorecer que los alumnos se impliquen cognitivamente en sus aprendizajes.
- Se debe llevar a la práctica lo antes posible a situaciones similares a los reales.
- El profesor debe preocuparse para favorecen en los alumnos la intención de aprender para aplicar.

TEMA 4: PROCESOS COMPORTAMENTALES Y APRENDIZAJE MOTOR.

- Introducción: la motivación en el deporte. Concepto e importancia.

Estudios demuestran que la motivación, es la variable psicológica más importante y determinante en el rendimiento deportivo

La motivación nos permite conocer con respecto al deportista:

- ¿Por qué realiza la actividad?
- Factores que limitan la cantidad de energía invertida.
- Factores de persistencia.

En latín motivación: latín movee=moverexistación, energía, intensidad o activación.

Procesos o condición que puede ser fisiológico a psicológico innato o adquirido, interno o externo al organismo el cual determina o describe por qué o respecto a qué, se inicia la conducta, se mantiene, se guía, se selecciona o finaliza; este fenómeno también se refiere al estado por el cual determinada conducta frecuentemente se logra o sea también se refiere al hecho de que un individuo aprenderá, recordará u olvidará cierto material de acuerdo con la importancia y el significado que el sujeto dé a la situación .

Dos dimensiones de la motivación:

- D. intensiva: aspecto de energía, activación para realizar una actividad.
- D. direccional: orientación de los sujetos hacia el objetivo o meta y que indica la finalidad del comportamiento.

En ámbito de competición: analizar ambas dimensiones para sí: primero definir un objetivo o meta y segundo centrar toda la energía en él.

En el ámbito educativo, analizar también ambas dimensiones.

Resulta de aprendizaje influido por 2 factores:

- Bueno resultados si es elevada la motivación.
- Fracaso escolar se baja la motivación.

Factores a tener en cuenta en la motivación:

- El aula.
- El currículo.
- Factores socioeconómicos.
- Factores culturales.

Motivación deportiva desde diferentes perspectivas:

- Aproximación interaccional que es la más respaldada. Afirman que la motivación no es el resultado únicamente de variables como la personalidad, motivos sino más bien la mejor forma de comprender la motivación deportiva es examinar el modo en que interactúan esos dos conjuntos de factores.
- Aproximación del rasgo.
- Aproximación situacional.
- Tipos de motivación.

La motivación varía de unas personas a otras, por lo que una característica importante es su carácter individual. La motivación se puede modificar, para ello es necesario conocer los diferentes tipos para poder utilizar las estrategias más adecuadas para la intervención. Tenemos tres tipos de motivación.

- Motivación básica y motivación cotidiana.

Es la base estable de la motivación, la que determina el compromiso del deportista con el deporte. Depende de los resultados y del rendimiento personal. La cotidiana se refiere al interés del deportista por la actividad en sí misma, con independencia de los logros deportivos. Relacionado con el rendimiento personal cotidiano y el constructo divertimento deportivo.

- Motivación intrínseca y motivación extrínseca:

La intrínseca se refiere a los deportistas que están motivados desde sí mismos, su propia actividad y determinación son suficientes. No requiere de esfuerzos, externos, sino de internos y está relacionada con la autosuperación. La relación extrínseca, se relaciona con deportistas que dependen de esfuerzos del exterior, necesarios para entrenar y competir: becas, trofeos, prestigio social

Mientras que la interna es más duradera, al estar controlada por autorecompensar, la externa varía constantemente de recompensar, por lo que es una motivación más inestable para el deportista. Ambas pueden convivir aunque siempre una conlleva más peso, según el momento en el que se encuentre el deportista.

La motivación intrínseca se puede explicar desde una triple dimensión:

- Motivación intrínseca de conocimiento: practicar una actividad por el placer que se obtiene cuando se aprende o explora.
- Motivación intrínseca de ejecución: practicar una actividad por el placer que se obtiene al ejecutar algún ejercicio o enfrentarse a una situación nueva.
- Motivación intrínseca de experimentar sensaciones: practicar una actividad por el placer de experimentar sensaciones diferentes a las habituales.

- Motivación orientada hacia el ego y motivación orientada hacia la tarea.

La motivación orientada al ego hace referencia a que los deportistas están motivados por la competencia con otros deportistas, tanto en retos como en resultados. La motivación orientada hacia la tarea depende de estos retos y resultados, pero no en comparación con los demás sino con las impresiones subjetiva de dominio y progreso personal.

- Teorías de la motivación

La psicología y la actividad física del deporte han sido una búsqueda continua de la teoría correcta. Las diferentes teorías que se han planteado a lo largo del tiempo pueden situarse en un continuo que va desde el *paradigma mecanicista* en el la cual la motivación depende de estímulos ambientales al *paradigma cognitivista* en la cual de deportista es el sujeto activo en la construcción de su conocimiento, ejerce control sobre la motivación.

Otros planteamientos sobre la motivación son:

· *Perspectiva humanista*: psicología de tercera fuerza que surge como reacción a la perspectiva conductual y al psicoanálisis de Freud. Las fuentes intrínsecas de la motivación son necesidades que tiene la persona de autorrealización, actualización o autodeterminación. La persona esta motivada por la continua necesidad innata de explotar su potencia.

· *Aprendizaje social*: comprende una serie de teorías como la teoría social-cognitiva de Bandura. Integra a los conductuales y los cognitivos. La motivación es el producto de 2 fuerzas: 1) expectativa del individuo de alcanzar una meta, 2) valor que otorgan a ésta.

FUENTES DE MOTIVACIÓN.

	CONDUCTUAL	HUMANISTA	COGNOSCITIVO	APRENDIZAJE SOCIAL
FUENTES DE MOTIVACIÓN	Refuerzo extrínseco	Refuerzo intrínseco	Refuerzo intrínseco	Refuerzo extrínseco
INFLUENCIAS IMPORTANTES	Refuerzos, recompensa, incentivos y castigos.	Necesidad de autoestima, autorrealización y autodeterminación	Creencias, atribuciones de éxito y fracaso, expectativas	Valor de las metas, expectativa de alcanzar metas
TEÓRICOS CLAVE	Skinner	Maslow Deci	Weiner y convigton	Bandura

- Teoría de las metas de logro.

La motivación de logro hace referencia a los esfuerzos de una persona para dominar una tarea, sobresalir, rendir más que los demás y enorgullecerse de sus cualidades. Una de las teorías para explicar la motivación del logro y de cómo ésta determina el rendimiento deportivo, es la teoría de las metas de logro.

Adier en 1924 establece las bases en la cual otorga al deporte de un carácter de logro, es decir los sujetos intenta superarse.

Escartín y Cervello en 1994 y Weinberg y Gould en 1996 nos dicen que la motivación de logro depende de:

- Factores personales: motivos de conseguir éxito o evitar fracaso.

· Situacionales: probabilidad de éxito/fracaso y valor incentivo del éxito/fracaso.

La interacción de todos estos elementos determina la conducta de logro

Los antecedentes determinan la motivación y hacen que el deportista se comporte de una manera u otra. Estos antecedentes definen los motivos de logro: alcanzar éxito, evitar fracaso.

Las influencias situacionales, la probabilidad de éxito dependerá del adversario, dificultad de la tarea y el valor del incentivo será mayor si el éxito se consigue en situaciones donde la dificultad de la tarea es alta.

Esta teoría demuestra por un lado que los deportista de alto nivel se concentran más en el orgullo eligiendo situaciones de riesgo y buscando el desafío, mientras que los deportista de niveles inferiores se centran en el miedo al fracaso, evitando riesgos.

- Teoría de la motivación intrínseca–extrínseca.

Basada en la teoría de la evaluación cognitiva de Deci de 1971, en la cual trata de estudiar los efectos de las actividades que realiza el sujeto en la motivación intrínseca, extrínseca y desmotivación. El deportista busca sentirse competente, de lo contrario la motivación intrínseca disminuye y se produce la desmotivación.

Modelos de jerarquía de Motivación intrínseca/Extrínseca.

- Nivel global (personalidad–rasgos): se relaciona con los rasgos de personalidad, por lo que hace referencia a una orientación motivacional general, características de cada uno, que explica que los deportistas tengan motivación interna, otras externas y otras sin motivación.
- Nivel contextual (vida cotidiana): hace referencia a la orientación motivacional que tiene el deportista en los diferentes contextos en los que se realiza la actividad cotidiana.
- Nivel situacional (estado): se considera que al igual que existe motivación a nivel global, existe una motivación de estado, por lo cual el deportista tiene un tipo u otro de motivación, dependiendo de la situación en que se encuentre.
- Teoría de la atribución (aproximación cognitiva)

Teoría basada en el modelo cognitivo de la motivación deportiva.

La teoría de la atribución de Heider 1958 nos dice que el modo que tiene el deportista de interpretar su conducta y la de los demás. Estudia las atribuciones que hace el individuo y permite entender el grado de motivación con el que se enfrentará a distintas actividades.

El resultado de actuaciones sobre éxito y fracaso son:

- Habilidad o capacidad.
- Esfuerzo.
- Dificultad de la tarea.
- Suerte

La teoría establece que las atribuciones se establecen por causas internas y externas y que no es hasta pasado años cuando se añaden otras dimensiones que influyen en la atribución al éxito o fracaso: estabilidad/Inestabilidad y controlable/incontrolable.

LOCUS DE CONTROL, ESTABILIDAD Y GRADO DE CONTROL DE LAS ATRIBUCIONES DEL DEPORTISTA

LOCUS DE CONTROL	ESTABILIDAD	GRADO DE CONTROL	EJEMPLOS		
Interno	Estable	Controlable	No realizar entrenamientos		
		Inestable	Incontrolable	Habilidad/Capacidad	
			Controlable	Faltar a una competición	
		Externo	Estable	Controlable	Opción del entrenador
			Inestable	Incontrolable	Lesión
		Inestable		Incontrolable	Valor del adversario
			Inestable	Controlable	Acción de un compañero
		Inestable		Incontrolable	Azar.

El deportista tiene papel activo en procesos atribucional. Según atribuya es el resultado de su actuación a una causa u otra afectará a futuras competiciones y entrenamientos, así como el esfuerzo que necesitará para la ejecución.

- Teoría social–cognitiva.

Bandura (1986) se basa en las expectativas y valores que los individuos adjudican a diferentes metas y actividades de ejecución.

Mini–teoría para explicar la motivación en el deporte.

- Teoría de la autoeficacia. (Bandura 1977): hace referencia a los juicios que tiene el individuo sobre su capacidad de motivación y conducta. Expectativa del deportista pueden ser de autoeficacia y de resultado. La primera capacidad percibida para ejecutar con éxito una determinada acción, la segunda la probabilidad percibida de que un comportamiento producirá una resultado específico.
- Teoría de las competencias percibidas (White 1959): se basa en que los deportistas se motivan por la necesidad de ser competentes en su entorno. Depende de factores físicos, sociales y cognitivo que sirven para discernir cuál es el motivo para que un deportista se mantenga en la actividad. La percepción de competencia suele variar con la edad.
- Teoría de las perspectivas de metas: se sitúa en el enfoque de teoría motivacionales de metas, de logros. Existencia de objetivos de logro que reflejan el criterio por el que los sujetos juzgan su competencia y como subjetivamente, definen el éxito o el fracaso en es contexto de logro: metas de maestría y de competitividad. Mas adelante , están metas se han definido como tarea–ago, aprendizaje–ejecución, maestría–habilidad

Cuando la meta es la tarea, los sujetos juzgan su nivel de capacidad comparándose con ellos mismo.

Cuando la meta es el ego, los sujetos juzgan su nivel de capacidad comparándose con los demás.

Los sujetos orientados a la tarea, perciben el deporte como una actividad que fortalece la capacidad de cooperación y responsabilidad social, interés por el aprendizaje, ser mejores ciudadanos, cumplir las reglas, esforzarse al máximo, mejorar la salud y las habilidades propias del deporte.

Los sujetos orientados hacia al ego perciben la actividad como sistema de enseñanza para la vida en sociedad, ayuda para el reconocimiento y estatus social, aumenta la popularidad y conseguir riqueza económica.

- Un nuevo modelo motivacional: teoría de la asociación cognitiva.

Partiendo de las teorías cognitivas y de las aportaciones de la interacción ambiente–individuo, la motivación es el producto de la interacción deporte–ambiente

El modelo teórico se basa en que el deportista ante cualquier situación realiza asociaciones, cognitivas, que depende de varios factores que hacen que una situación se perciba como positiva y negativa o neutra.

Situaciones con aspectos positivos: más motivante.

Situaciones con aspectos negativos: menos motivante.

Sin apenas aspectos: sujeto neutro.

- Evaluación de la motivación en el ámbito de la actividad física y del deporte.
- Escala de Orientación hacia el Logro (AOI)

Mide la orientación hacia la habilidad deportiva, la tarea, y aprobación social.

- Escala de Orientación hacia la Competición (COI)

Mide la orientación a la ejecución y la orientación a los resultados.

- Cuestionario de Orientación en el Deporte (SOQ)

Mide la competitividad, la orientación al triunfo y la orientación a la meta.

- Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea (TEOSQ)

Mide la orientación hacia la tarea y la orientación hacia el ego.

- Cuestionario de Percepción del Éxito. (POSQ)

Mide la competencia y la maestría.

BLOQUE 3: DESARROLLO MOTOR.

TEMA 1: CONCEPTOS BÁSICOS.

1. Aproximación al estudio del desarrollo motor.

- Crecimiento.

En latín significa crecer, lo podemos definir como la formación progresiva, gradual y continuada. Es un concepto anatómico, manifestado por el aumento de la masa corporal, a través del peso y la talla. Ello se cumple por un proceso de hiperplasia.

1.2. Desarrollo.

Diferencia de órganos y sistemas, es decir evolución de la materia viva hacia el estado de perfeccionamiento definitivo o también la especialización de la función de los distintos órganos. Se logra por medio del crecimiento, la maduración y el aprendizaje.

1.3. Maduración.

Es el grado de desarrollo de un órgano en un momento determinado. Suele usarse para describir un cambio en la complejidad de una estructura que hace posible que esta empieza a funcionar o lo haga en un nivel superior.

1.4. Aprendizaje.

Proceso por el cual con la experiencia de cambia la conducta.

1.5. Desarrollo físico.

Conjunto de dos procesos que comienzan en el momento que se produce la primera división del óvulo fecundado y termina cuando el hombre o la mujer ha alcanzado su forma definitiva. El primero es un proceso cuantitativo pues viene definido por el peso y la talla. El segundo es cualitativo pues desarrolla que determina el perfeccionamiento definitivo de una estructura.

Ambos son continuos, irreversibles y complejos. Dos tipos de estudios.

· *Estudio longitudinal*: estudian los mismos sujetos en diferentes periodos de su evolución

· *Estudio transversal*: estudian sujetos de distintas edades, pero en un momento concreto.

1.6. Ontogénesis.

Evolución a partir del ovulo.

1.7. Filogéneis.

Historia del desarrollo de un tipo orgánico o especie, desde la forma más simple. El desarrollo filogenético a todos aquellos fenómenos que conducen a la gran diversidad de formas vivientes que existen sobre nuestro planeta.

1.8. Estatura.

No se distribuye con uniformidad durante aproximadamente 20 años de duración. El recién nacido suele medir 50–52 cm, es un rango ontogenético, sin olvidar los factores ambientales como puede ser la alimentación.

Los dos primeros años de vida son extrauterina, posteriormente los incrementos anuales son pequeños y constantes, hasta que se produce un segundo periodo de aceleración del crecimiento en la preadolescencia y comienza de la adolescencia.

1.9. Peso.

El peso corporal es el índice de crecimiento que se estudia con más frecuencia, y es el indicador del estado de nutrición del niño/a

El niño duplica su peso natal a los 6 meses, necesitando 4 años para la altura.

Al nacer pesa 3,200, al año se triplica y a los 2 años se cuadruplicaba. Los factores genéticos son menos importantes que los ambientales.

1.10. Tendencias del desarrollo y del crecimiento.

El desarrollo como el crecimiento sigue tendencias predeterminadas en cuanto a dirección, orden y ritmo. Tendencias direccionales que hay que tener en cuenta:

- a) Tendencia Céfaló–Caudal: el extremo cefálico del organismo se desarrolla 1°. Es grande y complejo. El extremo inferior es pequeño y simple. Los lactantes logran el control de su cabeza antes que el tronco o las extremidades. Sostienen el dorso erecto antes de caminar, usan los ojos antes que las manos.
- b) Tendencia Próximo–Distal: el desarrollo se produce de la línea media a la periferia. El control de los hombros precede al dominio de las manos. Usa antes las manos que los dedos. Estas dos tendencias suelen ser bilaterales y simétricas, pues cada lado se desarrolla en el mismo sentido.
- c) Tendencia De las manos a lo específico: el niño realiza operaciones simples y evoluciona hacia actividades y funciones más complejas. Primero aparecen contracciones musculares burdas y al azar y luego aparecen los movimientos finos.

El orden y el ritmo son específicos de cada persona. Scammon establece 4 categorías de las tendencias del desarrollo.

1°. Desarrollo nervios: el 80% de su desarrollo se completa a los 4 años

2°. Desarrollo linfóide: alcanza su nivel a los 6 años y se duplica a 12 y declina hasta la madurez

3°. Desarrollo general: Referido al esqueleto y al aparato circulatorio. Dos periodos de aceleración:

- 1ª infancia sobre las 2 años aproximadamente.
- En la pubertad. Niñas antes que los niños. Sobre los 13–14 años.

4°. Desarrollo genital insignificante hasta la pubertad. Se produce la eclosión hormonal.

1.11. Proporciones corporales.

La cabeza es la parte corporal del crecimiento más rápida y a los 2 meses de gestación le corresponden el 50% de la longitud corporal total

En el nacimiento la cabeza y el tronco son desproporcionadamente grandes y las extremidades muy cortas. Las extremidades inferiores constituyen un tercio de la estatura y solo un 15% del peso y en el adulto la mitad de la estatura y un 30% o más del peso.

Al nacer es delgado excepto la cabeza. Durante el 1º año de vida se ensancha y luego va adelgazando progresivamente hasta los 7 u 8 años. En la pubertad tienden a ensancharse sobre todo en los hombros, en el caso de los varones y en las caderas en el de las niñas.

En la lactancia predomina el crecimiento del tronco. Prosiguiendo el desarrollo físico, el punto medio en las mediciones de la cabeza a los dedos de los pies gradualmente desciende del ombligo al momento del nacimiento, a la sínfisis del pubis cuando alcanza la madurez.

En la niñez las piernas se desarrollan con más rapidez que el tronco.

- Modelos explicativos del desarrollo motor.

La teoría es un conjunto sistemático de hipótesis y principios que intentan explicar el desarrollo de la persona.

Desde la perspectiva ecléctica, ninguna teoría del desarrollo demuestra a que se debe el desarrollo, sino el conjunto de todas.

2.1. Teoría cognitiva de Piaget.

Considera al niño como un elemento activo en su desarrollo. El hecho de pasar una etapa es sumatorio. Estas etapas se consiguen mediante la:

· *Asimilación*: el niño incorpora un nuevo concepto o idea a su repertorio

· *Acomodación*: tendencia a adaptarse a un objeto nuevo e incluso a cambiar su propia conducta para ajustarse a este.

Etapas:

a) Periodo sensoriomotor (0–2 años): el niño utiliza los sentidos y aptitudes motoras, para entender el mundo. No hay pensamiento reflexivo. El objeto es conocido en términos que puede hacerle.

b) Periodo preoperacional (2–6 años). Pensamiento simbólico incluyendo el lenguaje. El pensamiento es egocéntrico

c) Periodo de operaciones concretas (7–11 años). El niño entiende las operaciones lógicas o principios. Interpreta las experiencias de forma racional.

d) Periodo de operaciones formales (Mayores de 12 años). Abstracciones y conceptos hipotéticos y de especular mentalmente sobre lo real y lo posible.

2.2. Teoría Psicoanalítica de Freud.

Teoría más espesa. El psicoanálisis se interesa por el niño modelo que es un elemento pasivo en su desarrollo. El cual es debido a unas fuerzas biológicas y sociales. El niño pasa por distintas etapas, pudiendo quedar fijado en alguna etapa por exceso o defecto de placer.

Para Freud el que se queda fijado en la etapa oral tiene problemas de depresión y de alcohol, y se queda fijado en la etapa fálica los problemas son de narcisismo.

Etapas:

a) Etapa oral (0–1 año): El foco de sensaciones placenteras son la boca, la lengua y las encías. La alimentación es la actividad más estimulante.

b) Etapa anal (1–3 años): El foco de sensaciones placenteras es el ano. El control de esfínteres es la actividad más importante.

c) Etapa fálica (3–6 años): El pene es la parte más importante del cuerpo. Las niñas se preguntan por que no tienen uno.

d) Etapa de latencia (7–11 años): Es una etapa de intervalo. Las sensaciones sexuales están calmadas y dedican la energía psíquica a las actividades convencionales como el trabajo de las escuelas y el deporte.

e) Etapa genital (adolescencia): El foco de sensaciones placenteras son genitales. Busca una estimulación sexual y satisfacción sexual en relaciones heterosexuales.

f) Adultez: Freud creía que la etapa genital dura a través de toda la vida adulta. El objetivo de la vida sana es amar bien y trabajar bien.

2.3. Teoría Psicosocial de Ericsson.

Los individuos son frutos de la interacción entre las características personales y fuerzas sociales. Son 8 etapas.

2.4. Teoría Sociocultural de Vigotski.

El desarrollo humano es el resultado de una interacción dinámica entre la persona y la cultura. Explica el apoyo que proporciona la cultura en términos de orientación. Los niños maduran intelectualmente a través de interacciones sociales con miembros más maduros de esa sociedad

2.6. Teorías de la Comunicación.

Centradas en las interacciones entre individuos. La atención va dirigida a las formas de comunicación. ABC

2.7. Henri Wallon.

Estudia 1ª la interacción entre la dotación motora y la afectividad y 2ª entre el niño y el campo social.
Estadios:

a) Estadio impulso puro: recién nacido. Domina la actividad motora refleja. Respuesta motora a los diferentes estímulos.

b) Estadio emocional (a los 6 meses): primeras relaciones en función de sus necesidades elementales como sin la alimentación, acunen, le muden las emociones determinan sus relaciones lo que es conocido por Simbiosis.

c) Estadio sensomotor (1–2 años): Cambio total del mundo infantil. Dos hitos importantes son el andar y la palabra. Explora e investiga el medio cercano.

d) Estadio proyectivo (2 años): La actividad motora estimula por si misma la actividad mental. El conoce el objeto gracias a la acción que ejerce sobre el. No subsiste el pensamiento sino que proyecta en gestos.

e) Estadio del personalismo (2 años y medio y 4–5 años): Reconoce su propia personalidad. Llega a la conciencia del yo y empieza afianzarse como elemento autónomo

f) Estadio de la personalidad polivalente (6–): Inicio de la escolaridad en la cual establece contactos con el entorno social, marcado por un periodo de incertidumbre y cambios rápidos. Participa en numerosos juegos de grupos, cambia de papel y de función y multiplica las experiencias sociales.

Las etapas anteriores marcan la constelación familiar .

TEMA 2: ESTUDIO TRANSVERSAL POR PERIODOS.

1. Reflejos del recién nacido y del lactante.

- Reflejo motor:

Un ruido fuerte, hacen que el bebé estire las piernas, brazos y dedos, arquea la espalda e inclina la cabeza hacia atrás, enseguida repliega los brazos sobre el pecho con puños cerrados. Por último se emite un chillido leve. Dura 4o6 meses.

1.2. Reflejo de babinski.

Al pasar suavemente la mano por la planta del piede desde el talón hasta el dedo gordo, levante los dedos y voltear el pie hacia adentro. Dura entre 6meses y 2 años, despues de este tiempo recoge los dedos hacia abajo.

1.3. Reflejo de búsqueda y succión.

Si se toca suavemente su mejilla, el bebe voltará la cabeza en dirección del estímulo con la boca abierta listo para succionar. Dura tres o cuatro meses.

1.4. Reflejo de marcha.

Si se coloca en posición vertical sobre una mesa o sobre una superficie firme y plana, sostenido por las axilas, el bebé levanta primero una pierna y luego la otra como si quisiera dar unos pasos. Duración un mes.

1.5. Reflejo de presión.

El bebe acostado mirando hacia delante con brazos doblados, si se le coloca el dedo índice en la palma de la mano cierra la mano tratando de agarrarlo. La fuerza de sostén de un bebe puede ser tan fuerte que puede sostener todo su peso. Dura entre 3 o 4 meses.

1.6. Reflejo de extensión cruzada.

Acostado de espalda, el bebe toma una posición de esgrimista, la cabeza hacia un lado y el brazo y la pierna de ese lado extendidos y los del lado contrario doblados. Aparece a los dos meses y desaparece a los 6 meses.

1.7. Reflejo de brazos.

1.7.1. Reflejos del paracaídas: se produce al sostener al niño en posición erguida y rota el cuerpo rápidamente con la cara hacia adelante: los brazos extendidos por reflejos como para evitar la caída. Duración 6 y 12 meses.

1.7.2. Reflejos de apoyo lateral: Desarrollar un reflejo de protección ante una caída posterior. Duración entre 6 y 12 meses.

1.7.3. Reflejos de apoyo posterior: Desarrollar un reflejo de protección ante una caída posterior. Dura entre 6 y 12 meses.

- Estudio evolutivo por etapas.
- Del primero al segundo mes.

Los tonos musculares del cuello y del tronco son débiles. La hipertonía domina en los miembros. En el 1ª mes adopta una posición fetal con piernas y brazos replegados. En el 2º hay una distensión, la pelvis se apoya y las piernas se extienden.

El reflejo arcaico de presión (Grasping) es acentuado en el 1º mes y en 2º disminuye. El niño puede seguir un

objeto hasta 90° el primer mes y 180° hasta el segundo, preferentemente rostro humano. El 1ª mes mira a la nada y en el 2ª más discriminativa. En el 1ª mes reacciona ante ruidos fuertes, mientras que en el segundo localiza el ruido.

El llanto tiene un valor de comunicación y expresa diversos tipos de malestar. Su desarrollo social es dormir y comer.

- Del tercero al cuarto mes.

Sentado el niño mantiene la cabeza erguida. En posición ventral puede elevar la cabeza de 45° a 90° por encima del plano de la cama. La hipertonicidad de los miembros se convierte hipotonicidad.

En posición dorsal gira de la espalda a los costados. En posición ventral el bebé se apoya sobre los antebrazos para elevar el tórax. A los 4 meses nada. El grapping es reemplazado por la presión al contacto. Se trata de una presión involuntaria producida por el contacto del objeto con la mano del niño. Abre, vuelve a cerrar la mano y retiene el objeto algunos segundos. Es la reacción tactilomotriz. Gira completamente la cabeza para seguir un objeto que se desplaza.

Con respecto a la audición, adquiere agudeza, e identifica y localiza muy bien sobre todo voces humanas. Se comunica a través de sonidos vocales y consonantes. Utiliza el lenguaje del cuerpo.

- Del quinto al sexto mes.

En posición ventral, levanta la cabeza y el tronco apoyándose primero sobre los codos y después sobre las manos (foca). Despliega una gran actividad muscular. Aparece la presión voluntaria. Es la edad de la diversificación de alimentos y de la aparición de los dientes.

- Del séptimo al octavo mes.

El niño se mantiene sentado sólo. Se lleva los pies a la boca y los pulgares. Le gusta conocer su propio cuerpo. El niño agarra un objeto entre el pulgar y el meñique es la presión en pinza inferior. El relajamiento es global u voluntario. Si escondemos algo lo busca (permanencia del objeto) es la edad de los monosílabos.

El bebé distingue bien los rostros. Diferencia a su madre de las demás personas, edad de crisis ansiosa. Lloro si la madre lo deja y sobre los 8 meses el niño capta los cambios de decoración, de lugar, cara extrañas

- Del noveno al décimo mes.

Empieza el gateo. Se pone de pie solo, sosteniéndose en los muebles, pero cae a menudo. Puede agarrar objetos pequeños entre la base del pulgar y el índice es lo conocido como presión en pinza superior.

Aparece palabras en formas de sílabas duplicadas. Comprende muy bien el sentido general de una frase y a menudo hace gesto para acompañar la palabra. Comprende muy bien el todo de la frase y llora si éste es duro.

El niño da pruebas de una actividad desbordante. No puede estar quieto ni un instante. El gateo le permite descubrir el mundo que le rodea. Quiere tocar todo y es momento de localizar los peligros potenciales que hay en casa.

- Del onceavo al doceavo mes.

Es el principio de los primeros pasos. Anda apoyado en los muebles, sillones y sillas. El niño perfecciona la pinza superior. Adquiere el relajamiento fino y preciso. Aparece un lenguaje global pero que no corresponde a

situaciones precisas.

Tiene una buena memoria visual y se fija en detalles que a menudo escapan a los adultos. El niño tiene un sentido del orden muy desarrollado.