

LOS 5 BLOQUES DE CONTENIDO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

Este documento presenta, a modo de resumen y siguiendo un formato esquemático, los principales rasgos que caracterizan los 5 bloques de contenido de la asignatura de Educación Física.

Es un recurso utilizado por el docente en la asignatura *“Educació Física a Primària”*; materia obligatoria de 2º curso para el alumnado que realiza el Grado de Magisterio en Educación Primaria.

Adicionalmente, el apartado titulado *“El Juego”* sirve de apoyo en la asignatura *“Joc Motor i Recreació”*; materia de 4º curso que se efectúa para el alumnado que realiza la mención de Educación Física.

**EL CUERPO, IMAGEN Y PERCEPCIÓN.
CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES**

EL CUERPO, IMAGEN Y PERCEPCIÓN – CAPACIDADES PERCEPTIVO – MOTRICES

Son el inicio de todo para moverme (los fundamentos) → Se basan en SENSACIONES, las cuales se estructuran de la siguiente manera:

1. **EXTEROCEPTIVAS;** sé lo que hay en el entorno a través de mis propios sentidos (los que ya conocemos): vista, oído, gusto, tacto y olfato.
2. **PROPIOCEPTIVAS;** me informan sobre la situación de mi propio cuerpo.
3. **INTEROCEPTIVAS;** mis propios órganos internos me indican cómo me siento (tengo hambre, sed, me duele algo, etc.).

Todas ellas me permiten generar **MOVIMIENTO**

Esencialmente, este bloque de contenidos se deberá introducir y desarrollar en el Ciclo Inicial de Primaria (puesto que también recoge elementos que se habrán tratado en la Educación Infantil a partir de la Psicomotricidad).

CLASIFICACIÓN:

- Educación Sensorial y Perceptiva; propia de sensaciones exteroceptivas, básicamente se desarrollará el sentido visual, auditivo y táctil.
- Consciencia Corporal; ayuda a conocer las partes del cuerpo, así como las similitudes y las diferencias. Aquí resulta importante dar a conocer la existencia de la diversidad corporal y descubrir cómo es el propio cuerpo.
- Consciencia y Ajuste Postural; basado en el conocimiento de las posturas que el propio cuerpo es capaz de realizar.

Dentro de este contenido es oportuno realizar al alumnado (y tratar de responder) diversas preguntas tales como:

- ¿Qué posibilidades motrices tiene el cuerpo en general? – ¿Y el mío?
- ¿Mi cuerpo me permite expresar mi estado de ánimo? – ¿Y reconocer el de las demás personas?
- ¿Mi cuerpo adquiere una postura distinta según la autoestima que tenga en un momento determinado? – ¿Soy capaz de advertir una diferencia postural según mi autoestima?

- Equilibrio; consiste en mantener la estabilidad corporal (descubrir cómo y por qué la pierdo, así como por qué y de qué manera la recupero). Un cuerpo se encuentra en equilibrio siempre que la proyección vertical de su centro de gravedad se mantenga

dentro de su superficie de sustentación. Siempre que camino me estoy equilibrando y re-equilibrando constantemente.

- Control Tónico y Relajación; cuando hago una determinada actividad, ¿estoy tenso o relajado? Me interesa enseñar a aprender a utilizar la fuerza necesaria para hacer esa actividad en concreto, así como conseguir estados de calma posterior.

- Respiración; un elemento que resulta importante educar para poder adaptarla de la mejor forma posible a la actividad motriz. Es necesario conocer las vías respiratorias (nasal y bucal), así como utilizar de manera correcta las fases respiratorias (inspiración, espiración y apnea) y ser consciente de las zonas respiratorias (abdominal y torácica).

- Lateralidad; se basa en reconocer cuál es el lado más hábil de mi cuerpo y, por otra parte, tratar de potenciar el lado menos hábil. Resulta oportuno dar a conocer diversos tipos de lateralidad: diestros, zurdos, ambidiestros, lateralidad cruzada, etc.

Dentro de este contenido es oportuno realizar al alumnado (y tratar de responder) diversas preguntas tales como:

- ¿Utilizo más la parte derecha o la parte izquierda de mi cuerpo?
- ¿Soy consciente de los momentos en que utilizo más un lado que otro?
- ¿Es posible modificar el lado hábil según las acciones que realice?

- Organización del espacio; diferenciamos los siguientes 2 puntos de vista:

➤ AFECTIVO, en el cual se identifica:

- Espacio personal (distinto según culturas, educación, etc.).
- Contacto Físico (valores y percepciones diferentes).

➤ RACIONAL, desde el cual se valora:

- Cerca – Lejos; Agrupación – Dispersión; Arriba – Abajo...
- Trayectorias, Velocidades, Representación de gráficos...

- Organización Temporal; relacionada con:

- El Tiempo: Antes – Durante – Después – Sucesivo – Simultáneo
- Percepción de Duraciones, de Secuencias, de Estructuras.
- Adaptación del Movimiento a Estructuras Rítmicas.

HABILIDADES MOTRICES

HABILIDADES MOTRICES

En primer lugar, es oportuno mencionar que la habilidad motriz NO sólo consiste en la ejecución correcta de un movimiento y que tampoco se trata de un aprendizaje basado en acciones como, por ejemplo: nadar, chutar, lanzar, etc.

Se comprende *“la habilidad motriz como la competencia para conseguir un objetivo determinado, en la cual debe existir necesariamente una participación del movimiento que, a veces, ocurre con escaso tiempo, energía y atención”* (Batalla, A. 2016).

Principalmente, las Habilidades Motrices se distinguen entre BÁSICAS y ESPECÍFICAS:

- **HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA** → conveniente introducir y desarrollar en el Ciclo Medio de la etapa de Primaria. Se reconoce por los siguientes aspectos:
 - Son habilidades amplias y genéricas.
 - Derivado de la anterior afirmación, por lo tanto, son poco especializadas.
 - No tienen una influencia cultural o, en su defecto, ésta es escasa.
 - Pueden servir de base para aprendizajes posteriores más complejos.

CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS:

⇒ DESPLAZAMIENTOS; entre los cuales se identifican:

- CARRERA; basada en realizar un recorrido específico en el menor tiempo posible, o de completar el máximo camino en un tiempo establecido. Se distingue por la acción de correr (existe una fase aérea en la que ningún pie está en contacto con el suelo).
- OTROS DESPLAZAMIENTOS:
 - ▶ Marcha; similar a la Carrera, sólo se permite caminar (siempre debe de existir el contacto de un pie con el suelo).
 - ▶ Cuadrupedias; desplazamiento en el que las rodillas y las palmas de las manos se deben apoyar en el suelo.
 - ▶ Reptaciones; el cuerpo se desplaza arrastrándose por la superficie.
 - ▶ Deslizamientos; similar a la acción de resbalar, el desplazamiento se realiza manteniendo un contacto continuo y suave sobre la superficie siendo, en este caso, voluntario.
 - ▶ Transportes; trasladar personas, u objetos, de un punto a otro.

- ▶ Tregar; el desplazamiento se produce en ascensión, es decir, se debe subir a un punto ayudándose de pies y manos (o tan solo de manos) y es posible utilizar material para facilitar el ascenso.
 - ▶ Propulsiones; propias del medio acuático, consisten en ejercer una fuerza muscular para impulsarse adelante logrando, de esta forma, el desplazamiento del cuerpo dentro del agua.
- ⇒ SALTOS → de distancia, con finalidad estética, manipulando objetos, etc.
- ⇒ GIROS → según el eje de la rotación (vertical, horizontal, antero-posterior.), en función de su finalidad estética, etc.
- ⇒ MANIPULACIÓN Y CONTROL DE OBJETOS; entre los que se encuentran:
- BOTE → Defensivo, de Progresión, como elemento Estético.
 - LANZAMIENTOS → Precisión (+Potencia), Distancia, Estético.
 - PASES
 - RECEPCIONES
 - GOLPEOS
 - CONDUCCIONES
- **HABILIDAD MOTRIZ ESPECÍFICA** → conveniente introducir y desarrollar en el Ciclo Medio y en los inicios de Ciclo Superior de la etapa de Primaria. Se reconoce por los siguientes aspectos:
- Son propias de un contexto determinado.
 - Tienen un grado alto de especialización.
 - Poseen una importante influencia cultural.
 - Requieren de una técnica concreta.

***ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.
CAPACIDADES CONDICIONALES***

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD; CAPACIDADES CONDICIONALES

Son las diversas CUALIDADES BÁSICAS QUE ESTRUCTURAN LA CONDICIÓN FÍSICA de la persona; se determinan mediante factores energéticos que se liberan durante acciones motrices, las cuales producen intercambio de sustancias en el organismo. Con relación a las Habilidades Motrices, *“las Capacidades Condicionales se definen como el conjunto de componentes (de la condición física) que intervienen, en mayor o menor grado, en la consecución de una habilidad motriz”* (Castañer y Camerino, 1993). Todas ellas, tienen como factor igualitario el hecho de que mejoran con el entrenamiento.

Así, se reconocen como tales las siguientes 4 capacidades condicionales:

FUERZA – RESISTENCIA – VELOCIDAD – FLEXIBILIDAD¹

La introducción y el desarrollo de estos 4 elementos (bloque de contenidos) se debería introducir y desarrollar en el Ciclo Superior de la etapa de Primaria. Teniendo esto en cuenta, a continuación se exponen las características de cada una de las 4 Capacidades Condicionales

⇒ **FUERZA**; capacidad que permite oponerse, soportar o vencer una resistencia.

PRINCIPALES TIPOS DE FUERZA:

- Máxima; es el peso máximo que se puede mover en una sola repetición o movimiento.
- Explosiva; máximo grado de fuerza posible (mover algo, o a alguien, con peso o resistencia, o a uno mismo) en el menor tiempo posible: saltos, lanzamientos, etc.
- Resistencia; mantener contracciones musculares (fuerza) durante esfuerzos prolongados.

RAZONES POR LAS QUE SE DEBE DESARROLLAR EN LA ETAPA DE PRIMARIA:

- Gran relevancia en la salud (sólo caminar o mantener una postura corporal correcta conlleva un buen desarrollo muscular).
- Permite equilibrar por igual la masa muscular de todos los segmentos del cuerpo.

SUGERENCIAS PARA SU MEJORA EN PRIMARIA:

¹ Si bien, determinados autores como, entre otros, Zatziorski, F., o Gundlach, M., no comprenden la flexibilidad como una capacidad condicional sino respectivamente, como una cualidad complementaria o una capacidad intermedia. Es posible, entonces, que la flexibilidad se encuentre a medio camino entre una capacidad condicional y coordinativa que, en esencia, ayuda a que otras capacidades emerjan si ella se mejora o que, en cambio, la falta de ella causa el fin contrario.

- Auto-cargas; movilizar nuestro cuerpo, o partes del mismo, contra la acción de la gravedad: utilizando balones de distinto peso (medicinales, etc.).
- Con los/as compañeros/as; aprovechar la oposición del/los compañero/s para desarrollar la propia fuerza: empujar, arrastrar, levantar, etc.

NOTA: En todos los momentos en los que a los/as alumno/as de la Educación Primaria se les proporcione cierta autonomía para desarrollar actividades de Fuerza, el docente deberá advertir la importante necesidad de prestar atención para que no se efectúen acciones que puedan poner en riesgo tanto la propia integridad física como la de los/as demás compañeros/as.

⇒ **RESISTENCIA**: capacidad que permite posponer (o tolerar) la fatiga que causa la acumulación de esfuerzos durante un tiempo determinado.

TIPOS DE RESISTENCIA:

- **Aeróbica**: permite soportar esfuerzos de larga duración a una baja, o mediana intensidad, pero con suficiente aporte de oxígeno. La intensidad del esfuerzo es moderada (Frecuencia Cardíaca = 120-160 p/m).
- **Anaeróbica**: posibilita realizar esfuerzos intensos sin disponer de un aporte de oxígeno suficiente (déficit). Aquí se encuentran los esfuerzos de corta duración (3 minutos aproximadamente), siendo la recuperación más lenta. Se identifican los siguientes 2 tipos de resistencia anaeróbica:

1. **Aláctica**: cuando se utilizan productos energéticos que se encuentran libres en el músculo (ATP, PC, etc.), y no se produce ácido láctico. Se encuentran aquí los esfuerzos explosivos de intensidad máxima y las pruebas de velocidad de duración inferior a 15 segundos.

2. **Láctica**: cuando se utiliza la degradación del glucógeno produciendo ácido láctico. A mayor intensidad del esfuerzo, mayor déficit de oxígeno y mayor producción de ácido láctico; esto impide que se siga descomponiendo glucógeno y se reduzca, o se pare, la intensidad del esfuerzo. Se sitúan aquí los esfuerzos de entre 25 segundos y 3 minutos.

RAZONES POR LAS QUE SE DEBE DESARROLLAR EN LA ETAPA DE PRIMARIA:

- Aumenta el tamaño de las cavidades del corazón (resistencia aeróbica) y, por lo tanto, provoca un mayor volumen sistólico (cantidad de sangre en latidos).
- El corazón se fortalece; se desarrolla la pared del músculo cardíaco (resistencia anaeróbica), y ello comporta que se pueda impulsar más sangre en cada latido.
- Menor número de pulsaciones (tanto en reposo como durante el ejercicio), por lo cual el corazón puede descansar durante más tiempo.

- Aumenta la ventilación de pulmones y el organismo se oxigena mejor.
- Disminuye el contenido de grasa del músculo.
- Fortalece tendones e inserciones óseo-ligamentosas.

SUGERENCIAS PARA SU MEJORA EN PRIMARIA:

- Realizar esfuerzos de una intensidad media o baja.
- Promover que la ejecución de acciones sea duradera en el tiempo: actividades de orientación, carreras de pistas, circuitos, etc.

⇒ **VELOCIDAD**; capacidad de realizar una acción motriz, o varias, en el menor tiempo posible.

TIPOS DE VELOCIDAD:

- **Reacción**; capacidad de responder a un estímulo en el menor tiempo posible. Surge en actividades como El pañuelo, Salida de relevos, etc.
- **Acíclica o Gestual**; capacidad de realizar un movimiento aislado (lanzamientos, giros, saltos, etc.) en el menor tiempo posible. Las acciones relativas al manejo de materiales que efectúan patrones de movimientos aleatorios, como Frisbees o Indiacas, son un buen recurso para promover este tipo de velocidad.
- **Cíclica o de Desplazamiento**; capacidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible y en la cual se efectúa el mismo patrón de acción corporal varias veces. Adquiere protagonismo en las actividades en que existen persecuciones, en la que se efectúa una carrera de relevos, etc.

RAZONES POR LAS QUE SE DEBE DESARROLLAR EN LA ETAPA DE PRIMARIA:

- Permite ampliar la gestualidad corporal, de tal manera que posibilita aumentar el número de acciones motrices (gestos) en cortos espacios de tiempo.
- Se aplica para la ejecución de diferentes habilidades motrices (a veces de forma inconsciente) y, por lo tanto, permiten mejorar cada acción específica.

SUGERENCIAS PARA SU MEJORA EN PRIMARIA:

- Importante realizar una activación muscular (calentamiento) efectivo.
- Es necesario que las actividades a realizar sean de corta duración.
- Debe existir una recuperación que contemple un tiempo suficiente (sin fatiga).

⇒ **FLEXIBILIDAD**; capacidad que permite alcanzar la máxima amplitud de movimiento posible de una articulación.

COMPONENTES PRINCIPALES:

- Movilidad articular; capacidad de desarrollar un arco de recorrido máximo (sin dañar las estructuras músculo – articulares). Se sitúan aquí los movimientos de rotación en articulaciones como: cuello, hombros, cadera, rodillas, etc.
- Elongación muscular; hace referencia al estiramiento significativo del músculo, ya sea el cuádriceps, el tríceps, el bíceps, el gemelo, etc.

RAZONES POR LAS QUE SE DEBE DESARROLLAR EN LA ETAPA DE PRIMARIA:

- Facilita la ejecución de las acciones motrices.
- Favorece la corrección y la adopción de las posturas adecuadas en función de la acción que se deba realizar.
- Disminuye el riesgo de lesiones.

SUGERENCIAS PARA SU MEJORA EN PRIMARIA:

- De manera activa; el músculo se estira sin ayuda externa.
- De manera asistida: se ejerce una fuerza externa (persona, pared, etc.).
- Método estático; estiramiento del músculo- manteniendo la postura.
↓ Motivante ↑ Eficaz ↓ Riesgo de lesión
- Método dinámico; movimientos lentos, suaves y controlados.
↑ Motivante ↓ Eficaz ↑ Riesgo de lesión

Atendiendo a los anteriores factores, resultará recomendable desarrollar la flexibilidad mediante la combinación de métodos estáticos y dinámicos.

EXPRESIÓN CORPORAL

EXPRESIÓN CORPORAL

Consiste en la utilización del cuerpo y del movimiento como elementos de expresión y de comunicación → Éste es el PRINCIPAL OBJETIVO que persigue, de tal forma que se convierte en el recurso para transmitir toda aquella INFORMACIÓN relacionada con los Sentimientos, las Intenciones y la Personalidad.

CONTENIDOS ESPECÍFICOS EN LOS QUE SE AGRUPA LA EXPRESIÓN CORPORAL:

- El lenguaje corporal; el uso intencional de los elementos no verbales del cuerpo que permite hacerse la pregunta: ¿Qué dice mi cuerpo?
- La dramatización: emergente en representaciones teatrales, en las narraciones expresivas, en las imitaciones, propia de los mimos, etc.
- Ritmo y Danza: identificar y/o adaptar los diversos ritmos existentes; elaborar coreografías; realizar danzas libres, sencillas (populares, tradicionales, etc.); etc.

CANALES NO VERBALES QUE PUEDEN INTERVENIR EN LA EXPRESIÓN CORPORAL:

- Expresiones faciales; con el propio rostro, con nuestra cara, se pueden llegar a transmitir gran cantidad de sensaciones diferentes: miedo, vergüenza, alegría, confusión, aprobación, extrañeza, etc.
- Gestualidad; los gestos suelen estar acorde con la personalidad de cada uno/a. De esta manera, y por regla general, una persona introvertida gesticulara poco, tendrá un bolígrafo, o algún objeto en las manos, que manoseará o al que le irá dando vueltas; en cambio, una persona de una gran confianza abrirá los brazos, gesticulará más y se moverá por el espacio.
- Postura; define cómo se encuentra la persona en un momento determinado e, incluso, aportar información sobre el tipo de persona que es. Así, una persona tímida, o que se encuentre triste, es probable que tenga la cabeza agachada; en cambio, una persona orgullosa o que esté alegre, se mantendrá erguida y con la cabeza alta.
- Háptica; la ciencia que estudia el tacto, interpreta cómo nos tocamos y por qué: de qué manera se da la mano, una persona se abraza con otra, etc. Se trata de acciones que pueden realizarse de distinta forma: más o menos sentida, segura, insegura.
- Apariencia; el aspecto externo de la persona. Elementos como la indumentaria, el aspecto físico, etc., definen a la persona en cierta forma, pues ya transmiten información sobre sus gustos, su personalidad, su manera de ser, etc.
- Paralenguaje; la forma en la que se expresan las palabras. Una persona puede estar dando las gracias, pero si lo transmite de un modo agresivo, es probable

que la otra persona no sienta que está recibiendo un agradecimiento, sino todo lo contrario.

- Proxémica; un tipo de comunicación no verbal que tiene que ver con el espacio que hay entre dos personas mientras están conversando. Cuando dos personas hablan se acercan según el nivel de confianza que tengan y, aquello que digan, puede intensificar o disminuir el mensaje si están más cerca o más lejos.

POSIBILITA EDUCAR MEDIANTE:

- El conocimiento de las emociones (qué son y cómo se representa cada una).
- La adaptación a situaciones nuevas (cómo improviso ante una situación).
- El desarrollo de la creatividad y de la originalidad (cómo puedo llegar a generar algo que sea nuevo, que sea distinto a lo habitual).

SU INTRODUCCIÓN EN EL ÁMBITO EDUCATIVO PERMITE:

- Desde un punto de vista propio, promover la introspección; ser capaz de mirar al interior con el propósito de conocerse a uno mismo e identificar sus estados anímicos (cómo me encuentro, cómo estoy).
- Desde un punto de vista ajeno, conocer a cada alumno/a; siendo una fuente de alto grado de información que, además, resulta ser muy fiable (se encuentra contento, disgustado...).
- Desde ambos puntos de vista, valorar las manifestaciones estéticas del cuerpo mediante los movimientos que pueda realizar (qué soy capaz de hacer / qué es capaz de hacer).

POSIBILIDADES PARA SU DESARROLLO:

- A través de elementos que favorezcan el conocimiento del cuerpo, así como sus posibilidades a nivel motriz: juegos simbólicos, títeres, simulaciones, etc.
- Mediante la espontaneidad; responder de forma adecuada a una situación nueva, o de forma diferente a una ya conocida.

EL JUEGO

EL JUEGO

Desarrollado por diversos autores como Piaget, Cagigal o Parlebas, una de las definiciones más esclarecedoras acerca del Juego es aquella que lo concibe “*como una acción o actividad voluntaria realizada dentro de ciertos límites fijados en el tiempo y en el espacio que sigue una regla libremente aceptada pero completamente imperiosa, provista de un fin en sí misma, acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de una conciencia de ser algo diferente a lo que se es en la vida corriente”*. (Huizinga, J. 1972).

Dentro del ámbito de la Educación Física, la práctica del juego estará acompañada por diversas acciones físicas. Por lo tanto, se aludirá al “juego motriz”, siendo éste la forma organizada de la actividad motriz, ya sea reglada o surgida de manera espontánea.

ASPECTOS QUE DEBE CUMPLIR EL JUEGO PARA QUE SEA EDUCATIVO (Lleixà, T. 2003):

- Debe permitir el desarrollo global del niño/a.
- Debe constituir una vía de aprendizaje del comportamiento cooperativo.
- Debe suponer un reto adecuado a la edad del niño/a.
- NO debe destacar siempre a los mismos alumnos/as.
- Debe otorgar más importancia al proceso que al resultado.
- Debe evitar las eliminaciones y potenciar la participación de todos/as.

FUNCIONALIDADES DEL JUEGO:

⇒ COMO CONTENIDO; se entiende como un elemento social y cultural en el cual se valoran sus características y su estructura interna.

- ▶ Los juegos se pueden clasificar en:
 - JUEGOS TRADICIONALES / POPULARES; transmitidos de generación en generación, permiten conocer la estructura y la tipología de las prácticas físicas desarrolladas en épocas antecesoras a la actual (chapas, rayuela, saltar a la cuerda, etc.).
 - JUEGOS DE ALREDEDOR DEL MUNDO; practicados en países de todos los continentes, posibilitan apreciar similitudes y diferencias entre culturas (una actividad interesante para desarrollar en 6º curso es plantearles la creación de un mural sobre juegos de países distintos).
 - JUEGOS COOPERATIVOS; actividades lúdicas que se deben desarrollar en grupos (los cuales integrarán una mayor o menor cantidad de personas en función de la tipología de la actividad y/o del número de alumnos/as existente). En cualquier caso, los grupos deberán de ser heterogéneos.

En este sentido, el hecho de elaborar acciones en conjunto posibilita que el alumnado adquiera, o mejore, distintos aprendizajes relacionados con, entre otros:

- Objetivos a lograr y formulación de los mismos.
- Responsabilidades individuales.
- Saber cómo dirigir, tomar y aceptar decisiones.
- Crear un buen clima, comunicarse y resolver conflictos.
- Autoevaluarse.

- JUEGOS DE OPOSICIÓN; la estructura que sigue es de uno contra uno, de uno contra todos o de todos contra todos. Un ejemplo de este tipo es el de jugar “a matar” (muy utilizado en Ciclo Superior).
- JUEGOS SIMBÓLICOS; característicos durante la Educación Infantil y en el Ciclo Inicial, consisten en representar e imitar la realidad. Poseen una función importante para el desarrollo de la imaginación y la creatividad (imitación de animales, emulación de situaciones cotidianas, etc.).

⇒ COMO RECURSO METODOLÓGICO; el objetivo principal no es el propio juego ni sus estructuras, sino otros aspectos que desarrolla y que permiten al niño/a “aprender jugando”. De esta forma, y entre otros elementos, el Juego:

- Facilita la construcción de aprendizajes significativos.
- Potencia el interés espontáneo del alumno/a.
- Impulsa la relación entre iguales.
- Permite el desarrollo físico y motor, así como el desarrollo cognoscitivo, el desarrollo afectivo y el desarrollo social.

El Juego, por lo tanto, resulta ser una herramienta que se puede utilizar como ESTRATEGIA METODOLÓGICA que, además, permite introducir y desarrollar el resto de contenidos del currículum de la Educación Física:

- * Desarrollo de las CPM – HMB – CC
- * Práctica de la Expresión Corporal
- * Base de la Iniciación Deportiva