



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

**EL VALOR DE LLEVAR LOS DEPORTES ALTERNATIVOS
AL AULA DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

The importance of taking new sports to the Physical Education
classroom.

Autora

Claudia Pedrós García

Director

David Vicente Hernández

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

2022

ÍNDICE

RESUMEN	1
1. INTRODUCCIÓN	2
2. JUSTIFICACIÓN	4
3. ORIGEN DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS	7
4. EVOLUCIÓN DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS Y SU DEFINICIÓN	9
5. FINALIDAD DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS.	10
6. EL VALOR PEDAGÓGICO DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS	12
7. PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS	15
8. DIFERENCIAS ENTRE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS Y CONVENCIONALES	16
8.1. Los deportes alternativos y convencionales. Su definición y concepto.....	16
8.2. Principales diferencias entre ambos deportes.	17
9. PRINCIPIOS DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS COMO MÉTODO DE INCLUSIÓN.	18
10. LOS DEPORTES ALTERNATIVOS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO	21
11. MOTIVOS Y PRINCIPIOS POR LO QUE LLEVAR A LA ESCUELA LOS DEPORTES ALTERNATIVOS	22
12. ¿SON LOS JUEGOS DEPORTIVOS ALTERNATIVOS UNA POSIBILIDAD PARA FAVORECER LA COEDUCACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA?	25
13. LOS DEPORTES ALTERNATIVOS EN LA ACTUALIDAD.	31
14. CONCLUSIONES	33
15. BIBLIOGRAFÍA	37

RESUMEN

En la actualidad los deportes alternativos surgen como una oportunidad eficaz en la Educación Física, complementando y abriendo el abanico de los siempre deportes tradicionales, entre otros. Así, con material y normas muy diversas surgen diferentes alternativas en el aula. Por ello, encontramos diferencias relevantes con respecto a estos dos estilos educativos, donde se plasman los beneficios de ambos.

Actualmente, muchos de los docentes innovan de manera original en el aula de Educación Física, realizando nuevos juegos creativos que han creado con unas normas y reglas que hacen rico al deporte. Por eso, debemos destacar que en las escuelas se trabajan con deportes innovadores, los cuales durante estos años atrás han ido apareciendo a través de la imaginación, creatividad e implicación de los docentes.

Los deportes alternativos nos ayudan a potenciar una multitud de beneficios que se explicarán a lo largo del Trabajo de Fin de Grado. Además de las diferentes utilidades que pueden aportarnos dichos deportes, se trabajan una serie de aspectos cognitivos, socioemocionales y motrices de los jugadores, donde prevalece el interés y la motivación constante del alumnado.

Estableciendo las diferentes ventajas y beneficios que pueden aportar los deportes alternativos en el ámbito docente, llegaremos a la conclusión de la importancia de su inclusión en las diferentes clases de educación física.

Palabras clave: deportes alternativos, educación física, juego, iniciación deportiva.

1. INTRODUCCIÓN

El surgimiento de los juegos y deportes alternativos ha venido a aumentar el interés por ellos, así como de la oferta deportiva, debido a una sociedad en constante movimiento y muy receptiva a ellos.

Una de las características claves de los juegos y deportes alternativos es la flexibilidad. Son juegos muy flexibles tanto por las normas, dimensiones del terreno de juego, confeccionamiento de los equipos, duración del juego, etc. Son peculiares ya que se realizan sin ningún tipo de regla particular ni estandarizada. Son juegos fáciles de comprender para todo tipo de personas y acordada por los propios participantes. Lo primordial es su carácter lúdico y, de ahí que haya tenido tan buena acogida por la sociedad en general y por los docentes en sus clases de Educación Física, en particular.

Los criterios para la adecuación de los juegos y deportes alternativos son modificar las normas en función de las características de los participantes, suscitar la intervención en el juego del mayor número de personas, fomentar la participación de todos los jugadores en el juego, también instaurar la participación de equipos mixtos, eludiendo así el sexualismo de otros deportes. Asimismo, soslayar la especialización de funciones; priorizar la habilidad sobre los aspectos físicos; sintetizar las reglas del juego para que todos los participantes puedan aprender a jugar más fácilmente, escoger el mejor terreno de juego en función del número de participantes, ajustándose a cualquier lugar, aminorar los tiempos “muertos” al mínimo para que no se interrumpan las acciones del juego y, finalmente, decretar la duración del juego en función de las características de los jugadores.

En consonancia, los deportes alternativos buscan adaptarse a las características de sus jugadores, recobrando así la ilusión y motivación en los mismos que se había perdido por una petición muy física y un estrés emocional desmedido, Virosta (1994)¹.

El estudio filológico de la palabra *deporte* realizado por Miguel Piernavieja señala que, desde sus inicios, significó diversión y una gran tendencia al ejercicio físico. Asimismo, en el Diccionario de autoridades se define el deporte como “diversión,

¹ Virosta, A. 1994. Deportes alternativos en el ámbito de la Educación Física. Madrid. Gymnos Editorial Deportiva, S.L. Págs. 11-12.

holgura, pasatiempo y, después (1737), como la actividad humana que se manifiesta y se concreta en la práctica de los ejercicios físicos bajo forma competitiva”.²

Gracias a la Educación Física, en la Educación Primaria los alumnos tienen infinidad de oportunidades de conocer diferentes tipos de deportes.

Así mismo, en la Orden de 16 de junio de 2014, de la consejera de Educación, Universidad y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, en su anexo II del área de Educación Física, existe un bloque denominado acciones motrices de cooperación-oposición, donde se referencia a los deportes adaptados y emergentes, para su puesta en la práctica. De igual manera, en la Orden ECD/1112/2022, de 18 de julio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, indica su anexo II dentro del área de Educación Física, la Dimensión I: dominios de acción motriz, en el bloque A: resolución de problemas en situaciones motrices, donde están incluidas las acciones motrices de cooperación-colaboración igualmente como la primera orden.

Tal y como expresan Fierro, Haro y García (2016)³, este tipo de actividades físico-deportivas innovadoras, se encuentran dentro de los denominados “deportes alternativos o emergentes” con gran diversidad de modalidades que, progresivamente, se están implementando en el ámbito del deporte escolar. Así, podemos observar cómo estos autores se refieren a los deportes alternativos como innovadores o emergentes, misma referencia que hace el currículo.

Así pues, nace una nueva corriente deportiva alternativa que es bastante bien acogida entre los profesionales de la Educación Física escolar actual. La simplicidad de su implementación y su síntesis, la delicadeza a los diferentes ritmos de aprendizaje y niveles motrices unido al tratamiento coeducativo con el alumnado que participa en los mencionados deportes alternativos o emergentes; constituyen los puntos sólidos o

² Hernández Vázquez, M. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Juegos y deportes alternativos. Consejo Superior de Deportes. ISBN: 84-7949-062-4. Pág. 12.

³ Fierro Suero, S; Haro Morillo, M y García Montilla, V. 2016. Los deportes alternativos en el ámbito educativo. E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación, nº6, pp. 40-48. ISSN: 2341-1473.

potenciales que más han impulsado al profesorado de Educación Física a incorporarlos, definitivamente, en las programaciones didácticas de su materia.⁴

Por todos es sabido que los deportes en la escuela han estado presentes constantemente mediante las diversas actividades de los docentes, así como de sus programaciones. No obstante, no se persigue en ningún momento la idoneidad de los deportes, sino que, por el contrario, se indaga en que el alumnado aprenda y tome contacto con diferentes prácticas deportivas, mostrándoles así las diferentes características y reglas de cada deporte. Quizás en un futuro algún alumno se dedique profesionalmente a algún deporte o, simplemente, lo continúe practicando para llevar un estilo de vida saludable.

Los deportes alternativos ofrecen un abanico muy amplio en cuanto a la flexibilidad de sus normas, ya que se “adaptan” a las necesidades de los participantes. Es por ello por lo que, en estos deportes pueden participar cualquier tipo de persona, independientemente de su condición física. Además, los materiales son muy flexibles, necesitando, en muchas ocasiones, solamente un espacio libre para poder practicarlos. De la misma manera, la motivación de los alumnos por estos deportes es muy importante ya que son deportes novedosos que los alumnos acogen con una enorme ilusión.

2. JUSTIFICACIÓN

Considero que es esencial la introducción de los deportes alternativos como medio educativo en educación física. En los últimos años, los docentes han visto la necesidad de alterar, restablecer, restaurar, como parte primordial del currículum de la materia que trata de adecuar y desarrollar plenamente al alumno.

Además, la enseñanza que la sociedad demanda hoy en día, nos hace reflexionar sobre el sistema de enseñanza educativo; nos invita a ejecutar planes de formación continua, a innovar la metodología, recursos didácticos, a incorporar nuevos contenidos y descartar otros que no sirven; es decir, a ofrecer otras y nuevas alternativas.

⁴ Barbero, J.C. 2000. Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - N° 22. Ef deportes.

En el caso concreto de la educación física, una de las maneras de cooperar en la idea anterior es introduciendo nuevos contenidos, experiencias, alternativas inéditas; en otras palabras, introduciendo nuevos juegos y deportes que llamamos “alternativos” y que establecen una nueva vertiente ya que son deportes nuevos, no los siempre utilizados en el medio físico-deportivo escolar.

Hasta ahora, se han mantenido al margen del ámbito escolar por varias razones, como podrían ser el desconocimiento de estos por parte del equipo docente, por no ser juegos usuales del entorno de los alumnos o bien por ser inciertamente nuevos y estar todavía por acabar de pulirlos⁵.

Mi elección del porqué realizar mi Trabajo de Fin de Grado sobre los deportes alternativos son varias. En primer lugar, considero que son muy aptos para evitar la monotonía de los alumnos en el aula ya que estos juegos nos ofrecen numerosas posibilidades educativas, recreativas, de ejercicio y diversión, entre otras.

Muchos de los deportes alternativos (en su gran mayoría) pueden enseñarse y ser practicados en el medio escolar, en cualquier instalación que se dispone en los centros públicos de enseñanza o haciendo alguna que otra variación o improvisación del terreno. Además, los materiales necesarios para la práctica de estos juegos son fáciles de conseguir, siendo asequibles a la mayoría de los departamentos de educación física. Para la práctica de estos deportes no es necesario tener ningún tipo de especialización, es decir, lo pueden realizar todos los alumnos mediante actividades moderadas, adaptándose siempre a sus circunstancias.

Asimismo, la iniciación de estos juegos, como explicaremos detalladamente más adelante, es de muy fácil aprendizaje, con habilidades sencillas donde los alumnos se divierten y no están en continua tensión por no saber realizar una determinada acción. Son muy asequibles en la práctica ya que estos deportes brindan muchas posibilidades de enseñanza al docente especialista en educación física.

⁵ Ruiz Alonso, J.G. 1991 Juegos y deportes alternativos en la programación de educación física. Lérida. Editorial Deportiva Agonos. Págs. 21-23.

Además, la mayoría de estos deportes potencian una serie de acciones relacionadas para trabajar el autoconcepto y la autonomía, por lo que es fundamental fomentar el trabajo de estos conceptos, ya que hará fluir la responsabilidad y el autocontrol del alumno; dependiendo de las situaciones que se le presenten.

Como veremos más detalladamente a lo largo del trabajo, los deportes alternativos persiguen fines educativos (alejándose así de la competición y la importancia del resultado); los agrupamientos son mixtos (ya que se busca promover la coeducación); favorecen la igualdad de condiciones a todos los niveles; presentan normativas sencillas para que todo el alumnado lo pueda comprender y, finalmente, permiten el desarrollo de valores y actitudes positivas.

Considero que, como futura profesora, es de gran importancia tener una actitud activa en el aula para innovar sobre los deportes que ya existen, cambiando o modificando normas podemos encontrar otra alternativa igual o más motivante que la anterior, ya que lo nuevo siempre despierta curiosidad e interés y los alumnos también pueden decidir entre varios deportes surgidos de otros.

Por lo que se refiere a los deportes alternativos, debemos destacar que muchos de éstos han surgido en colegios rurales y con escaso material. Es interesante recalcar que, al surgir principalmente en estos colegios, el material del que disponían en las aulas era escaso. A raíz de esto, se utiliza el material básico para la realización de este deporte ya que, en caso de no tener algún tipo de material específico necesario para su desarrollo, siempre se puede adaptar el material existente, en la medida de lo posible, para la idónea realización del juego.

Por todo lo anterior, considero que los juegos y deportes alternativos disponen de, sobre todo, un gran valor utilitario.

3. ORIGEN DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS

Los deportes alternativos surgen en España a consecuencia de la inquietud de los educadores físicos por avanzar en la sociedad y mejorar los programas académicos de la Educación Física en los colegios de la década de los noventa. En base a lo anterior se crearon una serie de seminarios, donde se confeccionó el programa de deportes alternativos en el año 2000, el cual, años más tarde, pasó a denominarse “juegos y deportes alternativos”.

En sus inicios, los juegos y deportes escogidos tendían a ser deportes “de por vida”, que se pudiesen realizar a cualquier edad, en familia (para así reforzar el vínculo entre adultos y jóvenes), así como ser utilizados para “el tiempo libre” con el fin de fomentar las actividades recreativas al aire libre.

Por ello, esta idea fue muy acogida por la población ya que su realización tenía un bajo coste económico y era apta para todo tipo de personas, es decir, todo el mundo podía participar. Sus inicios y su recién innovación hacen que estos deportes opten por una aparición tardía en el marco escolar por el gran desconocimiento del profesorado.⁶

En 1975 se llevó a cabo la primera conferencia de ministros europeos del deporte a petición de los indicios del Consejo de Europa. En dicha conferencia se consensuó la gran importancia del deporte en nuestra civilización y se formalizaron los términos de lo que podría llegar a ser la futura Carta Europea del deporte para todos.

Más tarde, muchos países han ido incorporando medidas de tipo legislativo mediante las cuales se ha ido introduciendo en la práctica casi todo su articulado. En España coincidió con la promulgación de la Constitución de 1978, mediante la cual pudieron tener un documento que sirvió de base para ordenar toda la normativa.

⁶ Ayala Noy, E. Los deportes alternativos y la importancia que tienen para el profesional de cultura Física, deporte y recreación. Revista de Investigación: Cuerpo, Cultura y Movimiento. ISSN: 2248-4418.

Así, su artículo 43.3. dice lo siguiente: “Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo, facilitará la adecuada utilización del ocio”.

Pero según Dalmau y Peire (2006)⁷, los deportes alternativos surgen en España en la década de los 80. En cambio, Jiménez (2010)⁸ considera que la aparición de los deportes alternativos en España surge a partir de los seminarios de INEF en Madrid en la década de los 90. Estos seminarios se llamaban “Deportes alternativos para el año 2000”, innovando y avanzando más tarde al nombre de “Juegos y Deportes alternativos”. A través de estos seminarios se quería sustituir los programas de Educación Física y acercar al concepto de “Deporte para Todos”, gracias al uso de nuevos hábitos deportivos.

Para Requena (2008)⁹, los juegos y deportes alternativos nacen de una manera común ya que aparecen por la gran institucionalización de los deportes tradicionales (que buscan el alto rendimiento). Por ello, se crean los deportes alternativos, que incluyen y se adaptan a todo tipo de alumnado en el deporte, sin importar sus capacidades físicas.

Por otro lado, Ortí (2004)¹⁰ expresa la convicción de que muchos de estos deportes alternativos no son nuevos, sino que ya han sido utilizados en otros aspectos como en el campo de la animación y en el recreativo u otros han sido realizados al aire libre (como la petanca o las palas). Ahora bien, para Ortí lo que sí es novedoso es la introducción de dichos deportes alternativos en el currículo de la Educación Física, lo que presenta ventajas respecto a los antiguos juegos tradicionales.

⁷ Dalmau, J. M. y Peire, T. (s.f.). Curso CPR: De los juegos alternativos a los nuevos deportes. Recuperado:12/05/2016 de <http://multiblog.educacion.navarra.es/jmoreno1/files/2010/06/Apuntes-de-texto-del-curso.pdf>

⁸ Jiménez, J. (2010). Los juegos y deportes alternativos en educación física. Revista Digital Enfoques Educativos, 67, 142-151.

⁹ Requena, Ó. (2008). Juegos alternativos en educación física: flag football. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 4. Recuperado de <http://docplayer.es/20871787-Juegos-alternativos-en-educacion-fisica-flagfootball.html>.

¹⁰ Ortí Ferreres, J. 2004. La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos. Barcelona. Editorial Inde.

Así pues, en base a las opiniones de diferentes autores, podemos concretar que los deportes alternativos surgen en España en la década de los 90, dimanado de una corriente internacional relacionada con el concepto de “Deporte para Todos”. Por ello, en base a la integración global en el deporte, se transfiere esta corriente al ámbito educativo mediante la utilización de elementos desconocidos en este campo hasta entonces.¹¹

4. EVOLUCIÓN DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS Y SU DEFINICIÓN

Algunos autores afirman que el origen del deporte se trata de un hecho contemporáneo y, sin embargo, otros aseguran que su procedencia viene de muchos más años atrás¹².

En palabras de Puig y Heinemann (1991)¹³:

La razón es que el deporte contemporáneo se muestra como una realidad cada vez más difícil de acotar, más imprecisa. Constantemente aparecen nuevas prácticas que, aun no ajustándose a concepciones clásicas del deporte, tienen que ver con la actividad física y, por tanto, es necesario tomarlas en consideración.

El origen del deporte según Rodríguez-Abreu (2010)¹⁴, indica que “el deporte se concibió en el mundo anglosajón desde los inicios de la Edad Contemporánea como un vehículo de diversión que se caracterizaba por su gran componente lúdico”.

Este grupo de autores nos cuentan acerca de la existencia del deporte en tiempos históricos, pero ¿qué es el deporte? Francisco Javier Castejón Oliva los define como:

Actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus

¹¹ Fierro Suero, S; Haro Morillo, M y García Montilla, V. 2016. Los deportes alternativos en el ámbito educativo. E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación, nº6, pp. 40-48. .ISSN: 2341-1473.

¹² García Muñoz, R. “Análisis de la evolución del deporte en edad escolar y los deportes alternativos”. Universidad de Valladolid. 2019. Págs. 7-8.

¹³ Puig, N y Heinemann, K. El deporte en la perspectiva del año 2000. 1991. Pág. 124.

¹⁴ Rodríguez Abreu, M. (2010). El origen del deporte contemporáneo en los países. Buenos aires: Revista Digital EF Deportes, N.º 147. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd147/el-origen-del-deporte-contemporaneo-enlos-paises-centrales.htm>.

características individuales y/o en cooperación con otro/s, de manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo.¹⁵

Para avanzar más, Barbero entiende como deporte alternativo todo aquél que se diferencia al tradicional, tanto por el uso de un material distinto cuyo fin no fuese la utilización actividad físico-deportiva, o bien, aunque fuese su fin, se utiliza de una manera diferente para la que fue diseñado originalmente.¹⁶

Hernández, por su parte, define el deporte alternativo como “aquel conjunto de deportes que, en contraposición con los modelos convencionales comúnmente aceptados, pretenden lograr un mayor carácter participativo y/o un explícito desarrollo de valores sociales, a través de modificaciones reglamentarias y/o la utilización de material novedoso” (Hernández, 2007).¹⁷

Así pues, podemos observar que todas las definiciones de deportes alternativos mantienen una misma línea, distribuyen un nexo común y desprenden una gran importancia aspectos como la participación, desarrollo en valores, mínima importancia al resultado competitivo, material novedoso, dimensiones diferentes...

5. FINALIDAD DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS.

Es necesario tener en cuenta que en nuestro país los deportes alternativos se han ido introduciendo con criterios únicos subjetivos; es decir, cuando a un organismo o a una persona le interesaba dar a conocer una modalidad deportiva, se empezaba a difundir

¹⁵ Castejón, F. J. (1994). La enseñanza del deporte en la educación obligatoria: enfoque metodológico. *Revista Complutense de Educación*, 5(2), 137-152.

¹⁶ Barbero, J. C. (2000). Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 22. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>.

¹⁷ Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 114. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportes-alternativos.htm>.

a través del ambiente social en que se movía, sin que hubiese otras razones para ello que su propio interés personal en lanzar esa actividad.¹⁸

Existen una serie de características que deben tener las futuras actividades deportivas. Se establecen así unos criterios objetivos que nos ayudan a conocer y escoger las mejores posibilidades deportivas. Estos criterios, al entendimiento de Miguel Hernández Vázquez, son:

- La actividad que se vaya a desarrollar debe cubrir los intereses de los diferentes rangos de edades, dependiendo de a quien queramos dirigir la actividad (jóvenes, adultos y tercera edad).
- Del inmenso catálogo de diferentes modalidades que nos ofrece la actividad deportiva, debemos incidir más en aquellas que, con el tiempo, han quedado “olvidadas o marginadas” tanto en los programas escolares como en los recreativos.
- En todas las actividades debe establecerse como objetivo principal la búsqueda de actividades que no necesiten instalaciones tradicionales o de precio muy elevado. Debemos aprovechar siempre que se pueda las diferentes posibilidades que nos ofrecen las actividades al aire libre.
- Fomentar los juegos y deportes tradicionales como medio de conservar nuestra cultura popular, así como dar a conocer los diferentes deportes que se adapten a la población.
- Debemos seleccionar las diferentes actividades deportivas en función del tipo de esfuerzo que requiere su práctica, el grado de dificultad y el tipo de riesgo.
- De la misma manera, aprovechar la tecnología moderna nos dará un plus de ventaja para poder investigar en la utilización de nuevos materiales aplicados al juego y al deporte.
- Se deben buscar situaciones donde se trabaje en grupo (sobre todo con la población más joven), dejando de lado así el aspecto competitivo y priorizando siempre el interés lúdico y recreativo.

¹⁸ Hernández Vázquez, M. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Juegos y deportes alternativos. Consejo Superior de Deportes. ISBN: 84-7949-062-4. Pág. 20.

- Es importante “crear” o dar a conocer actividades que puedan desarrollarse a lo largo de la vida; así pues, las actividades sencillas, esfuerzos moderados y de poco riesgo serán idóneas para este caso.
- Se deben enseñar las técnicas básicas de los juegos y deportes seleccionados para que, una vez que termine el proceso de aprendizaje del mismo, todas las personas puedan continuar con la práctica del mismo con éxito y cierta autonomía.¹⁹

6. EL VALOR PEDAGÓGICO DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS

Tal y como expresan varios autores (Ruíz Alonso (1991)²⁰, Barbero (2000)²¹ o Rodríguez (2004)²²), los deportes alternativos pueden aportar los mismos beneficios que los deportes convencionales, tema en el que ya hemos incidido en apartados anteriores, por lo que no nos centraremos demasiado.

Existen algunas preferencias que pueden ayudarnos a identificar los deportes alternativos, pero, de ninguna manera se trata de un hallazgo mediante el cual se pueda diferenciar una modalidad deportiva de otra que no lo es. Para Navarro (2002)²³, los deportes alternativos suponen “una opción metodológica; por encima de una categoría con prácticas de naturaleza original”.

La educación del ocio se ha convertido en los últimos tiempos en una de las principales novedades a las que el sistema educativo ha tenido que dar respuesta. Tres elementos importantes que asignan a una práctica deportiva de innumerables posibilidades educativas son la sociabilidad, la motilidad y la imaginación (tal y como afirma Elías)²⁴.

¹⁹ Hernández Vázquez, M. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Juegos y deportes alternativos. Consejo Superior de Deportes. ISBN: 84-7949-062-4. Págs. 21-22.

²⁰ Ruiz Alonso, J. G. (1991): *Juegos y deportes alternativos en la programación de educación física escolar*. Editorial Agonos. Lérida.

²¹ Barbero Álvarez, J.C. (2000): Los Juegos y Deportes Alternativos en Educación Física. *Efdeportes.com/Revista Digital* - Buenos Aires - Año 5 - N° 22. <http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>.

²² Hernández Moreno, J. y Rodríguez Ribas, J.P. (2004): *La praxiología motriz: fundamentos y aplicaciones*. Inde Publicaciones. Barcelona.

²³ Navarro, V. (2002): *El afán de jugar*. Inde Publicaciones. Barcelona.

²⁴ Elías, N. y Dunning, E. (1992): *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. Fondo de Cultura Económica. Madrid.

Así, podemos observar que, focalizándonos en la victoria, solamente se consigue una adecuada sociabilidad si se contribuye a la mejora del rendimiento en equipo.

Un estudio más detallado sobre el deporte convencional lo encontramos en Devís y Peiró (1992) ²⁵, donde expresa algunas de las razones por las que se ha ido intensificando la vertiente alternativa del fenómeno deportivo.

El primer motor clave que debemos destacar es la presión que la realización del deporte de competición realiza sobre el panorama educativo de la Educación Física. De esta manera, la ilusión de los alumnos por practicar el deporte del fútbol, por ejemplo, y la anáfora de sus patrones de conducta surge como una de las iniciales dificultades con las que nos encontramos en el aula. Podemos distinguir tres grupos; por un lado, alumnos que exhiben un alto nivel de habilidad; por otro lado, un grupo menos hábil y que no se siente especialmente interesado por la práctica de este deporte y, finalmente, un tercer grupo que muestra un rechazo absoluto hacia la actividad. Por ello, debido al estímulo social que ocasiona, una misma práctica puede promover actitudes totalmente opuestas.

Ahora bien, en los últimos años, algunos profesores de Educación Física han ido integrando actividades alternativas en el aula que han provocado una ruptura de esta tendencia anterior, facilitando nuevas perspectivas de desarrollo. Resultan de gran interés una colección de artículos realizada por Rodríguez y otros sobre este tema (2004²⁶, 2005²⁷, 2006²⁸ y 2007²⁹).

Mediante la introducción de los deportes alternativos en el aula, lo que se busca es, al contrario que en el deporte convencional, que el alumnado se vea capaz de participar,

²⁵ Devís, J. y Peiró, C. (1992): *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Inde publicaciones. Barcelona.

²⁶ Rodríguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2004): Una propuesta de utilización de material reciclable para el área de Educación Física. http://www.efdeportes.com/Revista_Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 68 - Enero.

²⁷ Rodríguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2005): El minigolf: una alternativa a los contenidos tradicionales en Educación Física. http://www.efdeportes.com/Revista_Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 82. Marzo. 2005. <http://www.efdeportes.com/efd82/minigolf.htm>.

²⁸ Rodríguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2006): Reutilizamos y jugamos con las cajas chinas: Unidad Didáctica. http://www.efdeportes.com/Revista_Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 93 - Febrero de 2006.

²⁹ Rodríguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2007): El Balonkorf: un deporte mixto para el fomento de la coeducación. Una propuesta didáctica. http://www.efdeportes.com/Revista_Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 104 - Enero. <http://www.efdeportes.com/efd104/balonkorf-deporte-mixto-para-la-coeducacion.htm>.

analizar, decidir y ejecutar por sí mismo en un contexto lúdico plenamente significativo para conseguir encontrar un enriquecimiento propio. No van encaminados únicamente al rendimiento y la victoria, sino que lo que se busca es crear una situación motriz en la que la participación sea una realidad.

El uso de un material e instalaciones innovadoras, una lógica interna que enfatiza la participación y la búsqueda de valores sociales hace que los deportes alternativos sean idóneos para la introducción en las clases de Educación Física. Estos elementos, en su conjunto, cooperan al enriquecimiento de la situación motriz; recordemos en palabras de Parlebas (2001)³⁰ lo que significaría, “conjunto de elementos objetivos y subjetivos que caracterizan la acción motriz de una o más personas que, en un medio físico determinado, realizan una tarea motriz”.

Por ejemplo, el hurling (Elias, 1922)³¹, consistía en llevar una pelota a la meta contraria, donde podían enfrentarse con un gran nivel de violencia. Esto es muy complicado de defender hoy en día. Nace aquí el concepto de portificación (Parlebas, 2001)³², entendido como “proceso por el que un deporte pierde su estatus oficial, debido a que ya no se practica o a que se hace siguiendo reglas no reconocidas por las instancias oficiales”.

Al contrario, ha surgido una corriente opuesta que busca alternar las diferentes actividades para poder satisfacer a más gente. Lo más manifiesto es el análisis de los equipamientos e instalaciones. Por ejemplo, comparar la práctica del deporte del tenis con el pádel. Frente a la complejidad técnica, la potencia y los grandes espacios, el segundo nos aporta los golpes y limitan el terreno para mejorar la continuidad de la acción.

Además, los deportes alternativos como, por ejemplo, el balonkfort³³, destacan sobre todos los demás; un deporte en el que resalta la motivación en implicación favorece la coeducación y la capacidad de que los alumnos se enfrenten a situaciones cambiantes. En este tipo de deportes se tienen muy poco en cuenta las exigencias técnicas (pues solamente

³⁰ Parlebas, P. (2001): Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz. Editorial Paidotribo. Barcelona.

³¹ Elías, N. y Dunning, E. (1992): *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. Fondo de Cultura Económica. Madrid.

³² Parlebas, P. (2001): Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz. Editorial Paidotribo. Barcelona.

³³ Deporte jugado entre dos equipos que buscan introducir una pelota dentro de una canasta. Los equipos son mixtos, formados por cuatro hombres y cuatro mujeres en cada formación, y el área de juego se divide entre las zonas de postura y defensa.

se requiere el pase, la recepción y el tiro), se fomenta la cooperación ya que únicamente se puede avanzar pasando el balón entre los compañeros, se exige la no especialización (ya que es obligatorio variar las posiciones de zagueros³⁴ y delanteros) y se acogen reglas que facilitan una práctica conjunta de ambos sexos (ya que se trata de un deporte en el que cada equipo debe estar formado por el mismo número de chicos y chicas y solamente se puede marcar a una persona del propio sexo).

Por consiguiente, en los deportes alternativos conseguimos que el alumnado se vea a sí mismo realizando una determinada modalidad deportiva, logrando así que sus aprendizajes sean significativos. En cambio, en el deporte convencional, es el deporte el que está creado y el alumno debe “adaptarse a él”.

Así pues, donde realmente el enriquecimiento motriz va a cobrar efecto y se va a ver en su mayor esplendor es cuando el alumno lleva a cabo un movimiento, comprendiendo el significado de cada acción que realiza (Devís y Peiró, (1992))³⁵. Por ello, podemos conseguir un aprendizaje de idénticas conductas motrices pero inmersos en un contexto más significativo, motivante y educador para el alumnado, Hernández (2007)³⁶.

7. PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS

Los deportes alternativos que se practican en las clases de Educación Física en las escuelas de Primaria, por norma general, suelen tener las mismas características. Podemos destacar, de entre ellas, que tienen objetivos absolutamente educativos; son inclusivos y aptos para todo tipo de alumnos durante el juego. En la mayoría de las ocasiones, los juegos se realizan por equipos mixtos para que no exista ningún tipo de desigualdad ni discriminación entre alumnos y alumnas. Al ser unos deportes adaptados a todo tipo de personas, tienen una menor dificultad técnica y promueven la coeducación, convivencia e igualdad, así como que favorecen a una mayor participación. Sus normas se establecen en reglamentos simplificados y en la realización del juego, predomina el juego limpio frente a la rivalidad y el respeto por el rival.

³⁴ Jugador que actúa en la línea defensiva de un equipo.

³⁵ Devís, J. y Peiró, C. (1992): *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Inde publicaciones. Barcelona.

³⁶ Hernández Pérez, J.M. El valor pedagógico de los deportes alternativos. Departamento de Educación Física. Universidad de las Palmas de Gran Canaria. Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - N° 114 - Noviembre de 2007.

Según Rodríguez y Robles (2021), los deportes alternativos cuentan con una gran cantidad de beneficios. Favorecen la socialización entre todos los alumnos que participan en el juego; fomentan la cooperación y el trabajo en equipo de toda la clase. Además, se desarrollan valores como la tolerancia, la no discriminación y la solidaridad; se adquieren las pautas necesarias para la adquisición de destrezas para la resolución de conflictos. Igualmente, ayudan a cuidar y mejorar la condición física de los alumnos, además de incidir en el correcto desarrollo de las habilidades motrices más básicas y, lo más importante, incitan a que los alumnos disfruten del deporte, Timón (2021)³⁷.

8. DIFERENCIAS ENTRE LOS DEPORTES ALTERNATIVOS Y CONVENCIONALES

8.1. Los deportes alternativos y convencionales. Su definición y concepto.

Los deportes convencionales son aquellos que se caracterizan por tener una estructura y organización. Son juegos deportivos ampliamente reconocidos e, incluso, institucionalizados.

El concepto de “deporte alternativo” ha sido descrito por numerosos autores; uno de ellos Hernández (2007)³⁸ lo define como

Aquél conjunto de deportes que, en contraposición con los modelos convencionales comúnmente aceptados, pretenden lograr un mayor carácter participativo y/o un explícito desarrollo de valores sociales, a través de modificaciones reglamentarias y/o la utilización de material novedoso.

Por lo que se refiere a la novedad de los deportes alternativos, como puntualiza Joan Ortí Ferreres (2004)³⁹, “los deportes alternativos han surgido debido a la implicación de los docentes y su aparición tardía en la escuela sucede por el desconocimiento y el esfuerzo de los docentes”, aunque como concreta Carrera (2016) “estos deportes se han generado a través del esfuerzo de los docentes”. Además, comenta que los deportes alternativos

³⁷ Timón, L. Los mejores deportes alternativos para llevar a cabo en Educación Física de Primaria. Abril de 2021. Preparación de oposiciones de Educación Física.

³⁸ Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Año 12, nº 114.

³⁹ Ortí Ferreres, J. 2004. La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos. Barcelona. Editorial Inde.

deben originar una motivación en el docente y alumnado, deben enseñar y educar en valores.

8.2. Principales diferencias entre ambos deportes.

Ambos deportes son de gran utilidad para las clases de educación física. No obstante, los deportes alternativos que han ido surgiendo a lo largo del tiempo cuentan con unas características muy especiales. La normativa se adapta a cualquier situación educativa; aportan novedades en cuanto a realizar nuevos patrones motrices; suelen contar con la participación de todo el alumnado (siendo inclusivos en su mayoría); respetan las diferencias motrices entre alumnos y alumnas, es decir, carecen de sesgo sexual; no requieren de grandes instalaciones para su práctica; ayudan a no caer en la rutina y en la monotonía en las clases de educación física y, finalmente, se tiene mucho más presente la cooperación que la competición. Además, persiguen fines educativos, los agrupamientos son mixtos, promueven la coeducación, favorecen la igualdad de condiciones, presentan reglamentos simplificados, le dan una mayor importancia al proceso que al resultado, permiten el desarrollo de valores y actitudes positivas y posibilitan una mayor participación que los deportes convencionales, Thorpe, Bunker y Almond (1986).⁴⁰.

Ahora bien, en cambio, los deportes convencionales implican un ejercicio físico y una motricidad más compleja. En cuanto a la competición, la idea clave es superar una marca o un adversario; es decir, se sobrepone la competición por encima de cualquier otro valor. Las reglas son codificadas y estandarizadas (no se adapta el deporte al alumnado, sino que es el alumnado el que debe ajustarse a las reglas y normas del juego) y, por norma general y la mayoría de ellos (véase, el fútbol, por ejemplo), está regido por instituciones oficiales tales como federaciones, Hernández (1994)⁴¹.

⁴⁰ Thorpe, R., Bunker, D., & Almond, L. (1986). Rethinking games teaching (Loughborough, Department of PE and Sports Science, University of Loughborough).

⁴¹ Hernández Moreno, J. (1994). Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona: INDE.

9. PRINCIPIOS DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS COMO MÉTODO DE INCLUSIÓN.

A modo de introducción, en este apartado vamos a comentar cómo se desarrollan los deportes alternativos en el aula trabajando con personas deficientes. Para ello, me he basado en las diferentes perspectivas de distintos autores que comentan sus necesidades y cómo ofrecerles soluciones a aquellas cuestiones que debemos satisfacer para que tomen sus propias decisiones.

Por lo que debemos apoyarles para que resuelvan de manera autónoma y eficaz aquellos inconvenientes que encontramos en la educación física, adaptando así las normas, reglas o materiales utilizados.

Asimismo, comentaremos todos los principios que se deben tener en cuenta a la hora de planificar o diseñar los programas o actividades de la educación física; lo que relacionamos con los deportes alternativos, ya que son modificables en todos los aspectos para una aplicación adecuada.

Además, Sunberg, indica que, sobre las acciones y las estrategias propuestas para la educación, la prevención y la integración de personas con hándicap (según la RAE, desventaja o circunstancia desfavorable)⁴² establece en su articulado que:

Artículo 1: Cada persona con hándicap debe poder ejercer su derecho fundamental de acceso a la educación, a la formación, a la cultura y a la información.

Artículo 2: Los gobiernos y las organizaciones nacionales e internacionales, deben asegurar la participación de las personas incapacitadas. Un apoyo económico y práctico, debe surtir las acciones destinadas a satisfacer las necesidades de las personas con hándicap en los campos de la educación y de la salud, así como la constitución y el funcionamiento de asociaciones, reagrupando a estas personas entre sí y/o a sus familias. Estas asociaciones deben participar en la planificación y las decisiones, en el campo que interesen a las personas con hándicap.

Artículo 4: Los programas educativos, culturales y de formación, a los cuales serán llamadas las personas con hándicap, deben ser hechos y puestos en marcha en una

⁴² Según la RAE, hándicap: desventaja o circunstancia desfavorable.

perspectiva de educación permanente. A este efecto, debe prestarse una gran atención a los aspectos educativos de la readaptación y de la formación profesional.

Artículo 6: Los programas de educación, de formación, y de cultura, deben estar dirigidos a integrar a las personas deficientes en el mercado de trabajo y en la vida cotidiana. Esta integración debe comenzar lo más pronto posible; para prepararla, en tanto que no está realizada, las personas deficientes deben recibir, cualquiera que sea la situación personal (en las instituciones, la familia, en el medio escolar, etc. ...) una educación y una formación apropiadas.

Artículo 8: Debe ser reforzada la participación de la familia en la educación, la formación, el desarrollo y la readaptación, de todas las personas deficientes. Debe ser facilitada a los familiares una asistencia apropiada, para ayudarlos a asumir sus funciones en esta situación.

Artículo 9: Los educadores y profesionales, responsables de los programas educativos, culturales y de información, deben formarse igualmente, para poder tratar las situaciones y las necesidades específicas de las personas con hándicap. La formación debe por consiguiente tener en cuenta esta necesidad, y sus conocimientos deben estar periódicamente puestos al día.

Artículo 11: A las personas deficientes se les debe proporcionar las instalaciones y equipamientos indispensables para su educación y formación. Se recomienda que estos equipamientos sean fabricados en los países en vías de desarrollo.

Artículo 12: Todos los proyectos de urbanismo y de habitabilidad humana, deben estar realizados de manera que faciliten la integración y la participación de las personas con hándicap a todas las actividades de la comunidad, en particular en materia de educación y cultura. (Arráez Martínez, J.M. 1995)⁴³.

Además, en 1976 la UNESCO, en la Primera Conferencia Internacional de ministros y Líderes/expertos en Actividad Física, estableció que las personas con una condición o circunstancia que supone una desventaja en relación con otros tienen unos derechos específicos en la práctica de la actividad física. De la misma manera, fue elaborada una

⁴³Arráez Martínez, J.M. Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos. Departamento de Expresión Musical Plástica y Corporal, Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada, 1995.

carta internacional, cuyo artículo primero especifica que la práctica de la educación física y del deporte es un derecho fundamental para todos. Data de la siguiente manera:

Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el desarrollo de su personalidad. El derecho de desarrollar las aptitudes físicas, intelectuales y morales a través de la educación física y el deporte, debe ser garantizado, tanto en el marco educativo como en los demás aspectos de la vida social. Cada uno, de acuerdo con la tradición deportiva de su país, debe tener todas las posibilidades de practicar la educación física y el deporte, de mejorar su condición física y de alcanzar el nivel de performance deportiva correspondiente a sus capacidades.

Las condiciones particulares deben ser ofertadas a los jóvenes, y comprende desde los niños en edad preescolar, a las personas mayores y a los incapacitados, a fin de permitir el desarrollo integral de su personalidad, gracias a los programas de educación física y de deportes adaptados a sus necesidades (UNESCO, 1976).

Clermont Simard (1987)⁴⁴ establece una serie de principios a la hora de elaborar sus programas de actividad física. El primero de ellos es el principio de participación, el cual establece que debe asegurarse la plena participación de personas con hándicap en todas las decisiones que les involucren. En el principio de integración las personas con hándicap deben beneficiarse de todos los servicios y participar en todas las actividades que se organicen. Se tendrá siempre en cuenta, asumiendo el interés por encima de cualquier otro, de las personas discapacitadas. El siguiente principio es el principio de personalización, el cual establece que se deben adaptar las diferentes circunstancias a las necesidades propias de cada persona en particular. El principio de normalización dispone que se utilizarán los medios y procedimientos ordinarios para la educación de las personas discapacitadas, de tal manera que se le prestará la atención que requieran, siempre ajustándose e intentándose acercar lo máximo posible a los criterios y programas ordinarios. El principio de sectorización constituye que las personas con hándicap deben ser tomadas en consideración y satisfechas en cuanto a la colectividad a la que pertenecen, es decir, en su propio entorno familiar, social y cultural. Además, deberán coordinarse los diferentes organismos e instituciones que prestan atención a las personas con diferentes

⁴⁴ Simard, E. (1987) *Activité physique adaptée*. Gaetan Morin éditeur, Québec. Canadá.

dificultades, así, en un conjunto de todo y una buena coordinación se consigue el favorecimiento del desarrollo global de su personalidad, Simard (1987)⁴⁵

10. LOS DEPORTES ALTERNATIVOS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

Requena (2008)⁴⁶ establece que los deportes alternativos tienen características en común con los deportes cooperativos; aunque puede aparecer la presencia de “competición”, nunca llegará a ser el objetivo ya que se prioriza siempre compartir frente a competir.

Ruiz (1996)⁴⁷ afirma que los deportes alternativos presentan grandes posibilidades educativas, recreativas y de ejercicio y diversión. Es uno de los grandes argumentos por los que practicar este tipo de juegos ya que se evita la rutina de los alumnos y la escasa motivación que puede provocar la práctica única y exclusivamente de los deportes convencionales.

Lara y Cachón (2010)⁴⁸ afirman que los profesores de educación física pueden emplear este tipo de deporte de forma muy diversa con objetivo de “obtener resultados diversos, ya sean de desarrollo motriz, intelectual, cooperación, coeducación, colaboración, compromiso, formación de valores...”.

Autores como Arráez (1995), Jiménez (2010)⁴⁹, Fernández (2010)⁵⁰ y Robles (2009)⁵¹, así como de la investigación realizada sobre los deportes alternativos, podemos destacar una serie de objetivos conformes para los juegos y deportes alternativos en las clases de Educación Física y de los que, perfectamente, se podrían sacar aspectos para tener en

⁴⁵ Arráez Martínez, J.M. Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos. Departamento de Expresión Musical Plástica y Corporal, Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada, 1995. Págs. 70-73.

⁴⁶ Requena, Ó. (2008). Juegos alternativos en educación física: flag football. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 4. Recuperado de <http://docplayer.es/20871787-Juegos-alternativos-en-educacion-fisica-flagfootball.html>.

⁴⁷ Ruíz, J. G. (1996). Juegos y deportes alternativos en la programación de Educación física escolar. Editorial Deportiva Agonos. Lérida.

⁴⁸ Lara, A. J., y Cachón, J. (2010). Kinball: los deportes alternativos en la formación del/la docente de educación física. En CiDd: II Congrés Internacional de Ditàctiques 2010, Girona (Universitat de Girona). Recuperado de <http://dugidoc.udg.edu/bitstream/handle/10256/3001/491.pdf?sequence=1>.

⁴⁹ Jiménez, J. (2010). Los juegos y deportes alternativos en educación física. Revista Digital Enfoques Educativos, 67, 142-151.

⁵⁰ Fernández, R. F. (2010). Juegos innovadores con material alternativo en el área de Educación Física. EmásF: revista digital de educación física, 4, 5-18. Recuperado de http://emasf2.webcindario.com/NUMERO_4.pdf

⁵¹ Robles, J. (2009). Tchoukball. Un deporte de equipo novedoso: propuesta de aplicación en Secundaria. Retos, 16, 75-79.

consideración en las futuras leyes educativas, tales como presentar situaciones motrices nuevas, inspiradoras y lúdicas que ayuden a colaborar a la realización de una educación óptima en el ámbito escolar, prevaleciendo la faceta recreativa sobre el competitivo; utilizar los juegos alternativos como medio para el fomento de la igualdad de oportunidades y aumento de la motivación de los grupos de alumnos menos participativos; desarrollar mediante las nuevas actividades motrices la aparición de valores en el aula (compañerismo, respeto, cooperación, igualdad, etc.); insertar materiales no específicos en el aula con nuevas posibilidades de uso; emplear los juegos alternativos como forma de iniciación de los deportes convencionales que requieren una mayor complicación, así como perfeccionar las habilidades motrices mediante el uso de estas nuevas actividades.

Es imprescindible que la aplicación de los deportes alternativos se realice de una manera ordenada, con una programación correcta y adecuada al tipo de clase y que cumpla con unos objetivos para conseguir las mejoras esperadas⁵².

11. MOTIVOS Y PRINCIPIOS POR LO QUE LLEVAR A LA ESCUELA LOS DEPORTES ALTERNATIVOS

Los deportes alternativos son una gran salida y oportunidad para que los alumnos y las personas en general, aprendan y conozcan desde sus inicios el ejercicio físico.

En cuanto a la esfera educativa, es muy importante la inclusión de los juegos alternativos en el ámbito escolar. Su inserción es muy sencilla puesto que se pueden practicar en el medio escolar (aunque sus instalaciones sean básicas o incluso inexistentes), ya que muchas de las actividades se pueden realizar al aire libre. En línea con lo anterior, muchas de las actividades que se incluyen o se adoptan en las diferentes programaciones del área de Educación Física se practican al aire libre.

Los deportes alternativos que se incluyen en el ámbito escolar son bastante sencillos en cuanto a su aprendizaje. Tienen unas reglas básicas y concisas para que todo el mundo pueda aprenderlo sin ningún tipo de dificultad. De esta manera, los alumnos comienzan

⁵² Fierro Suero, S; Haro Morillo, A y García Montilla, V. Los deportes alternativos en el ámbito educativo. E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación 2016, nº 6, pp. 40-48. ISSN: 2341-1473.

a practicar el deporte sin más dilación, con una explicación rápida sobre las normas del juego.

Además, son deportes que se pueden practicar sin ningún tipo de distinción de sexos o edades. Es decir, son deportes que abogan por la no discriminación, donde puedan participar todo tipo de personas, cualquiera que sea su condición física, edad, raza o sexo. Si bien es cierto que hay ciertas habilidades o ciertos movimientos que, por ejemplo, quizás lo adopten mejor la población más joven que la más mayor, pero a la larga, no supone ningún tipo de problema puesto que son juegos asequibles para toda la población. Siguiendo con lo anterior, son deportes que pueden practicarse sin tener en cuenta el nivel de destreza de cada participante, ya que, a algunas personas les costará más tiempo o más esfuerzo aprender una técnica determinada.

Los deportes alternativos que se introducen en el ámbito educativo, por descontado, priorizan lo cooperativo ante lo competitivo, por lo que la intensidad del juego es moderada, llegando a un juego amistoso, nunca convirtiéndose en una rivalidad.

Y, finalmente, se trata de unos deportes idóneos para introducir en el ámbito educativo ya que, como hemos comentado al inicio, son deportes en los cuales el material que se utiliza para su práctica es muy asequible, tanto por su economía como por la posibilidad de la fabricación “casera” de los diferentes materiales. En muchas actividades bastará con un balón para la práctica del deporte, por ejemplo.

No debemos olvidar la gran importancia que es incluir este tipo de actividades, ya que tanto profesores como alumnos consiguen romper con la monotonía de la rutina e introducir diferentes actividades, diferentes a las convencionales (que, no por ello deben dejarse de lado), en las cuales los alumnos pueden desplegar su motivación y pasión por el deporte, Arráez Martínez, J.M (1995)⁵³.

Considero importante traer a colación un proyecto realizado por la fundación FUNDAR ((Navia Burbano, L.G. 2019)⁵⁴ con el objetivo de implementar juegos y deportes

⁵³Arráez Martínez, J.M. Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos. Departamento de Expresión Musical Plástica y Corporal, Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada, 1995.

⁵⁴ Navia Burbano, L.G. Implementación de juegos y deportes alternativos que permitan la inclusión deportiva en niños y niñas entre las edades de siete a doce años de la fundación (FUNDAR), ubicada en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá. 2019. Universidad de Cundinamarca. Págs. 47-49.

alternativos que permitan la inclusión deportiva a partir del juego en el aula y así, ofrecer a los participantes diferentes opciones para la recreación y prácticas deportivas que motive e incentive a las nuevas generaciones a transformar su cultura deportiva.

Mediante este proyecto se pretende llevar a cabo un acercamiento orientado hacia el fomento de los valores éticos, morales y sociales que ayuden a la formación integral de los beneficios del proyecto. Así, a través de la práctica de estos deportes se ve reflejado el espíritu de juego y el sentido de pertenencia, tanto individual como colectivo, lo que genera que los beneficios adopten nuevos estilos de comunicación y relaciones con la sociedad.

Tras la práctica de estos juegos y deportes, se puede apreciar la aceptación y la satisfacción de los niños; algunos de los cuales tienen intención de seguir practicándose debido a que han obtenido ciertos valores que han ido interiorizando a medida que iban avanzando en la práctica del deporte. Estos niños puntualizan que han ido desarrollando determinadas destrezas, tales como la cooperación, el respeto, la actitud de juego y la empatía. Así, el principal motivo de los niños era la diversión y, posteriormente, ya vendría la competición (pues le dieron mucha menos importancia).

Este proyecto de investigación sobre los niños y los deportes alternativos se ha realizado, como ya hemos puntualizado, por la fundación Fundar (Navia Burbano, L.G. 2019)⁵⁵, potenciando así las habilidades y capacidades de los participantes. Además, ha surgido algún que otro inconveniente en cuanto a los deportes convencionales ya que los niños no se sentían del todo cómodos por sus propias condiciones físicas (como la estatura, obesidad, sexo o las propias condiciones motrices), lo que causó una gran desaprobación de los niños en cuanto a estos deportes.

Una vez explicados los diferentes juegos y deportes alternativos y, una vez conocidos y estudiados los intereses del niño debido a las encuestas realizadas, se desarrollaron cuatro prácticas (una por cada deporte escogidos por los propios niños), para que pudieran conocerlos en profundidad, jugar e interactuar entre ellos y, además, participar y divertirse

⁵⁵ Navia Burbano, L.G. Implementación de juegos y deportes alternativos que permitan la inclusión deportiva en niños y niñas entre las edades de siete a doce años de la fundación (FUNDAR), ubicada en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá. 2019. Universidad de Cundinamarca. Págs. 47-49.

de manera que podamos obtener el resultado de satisfacción muy elevado mediante estas prácticas.

En el desarrollo de estas prácticas se han tenido en cuenta los siguientes aspectos. En primer lugar, encontramos que los niños interactuaban y se comunicaban entre ellos para conseguir y crear estrategias, fomentando así las relaciones sociales y personales. También se pretende conseguir que los niños comprendan que estos deportes y juegos alternativos suponen una serie de beneficios; potenciando los valores personales de cada uno y conseguir lograrlos de manera innata. Anudado a lo anterior, se promueven estos deportes alternativos que son diferentes a los convencionales que venimos conociendo tiempo atrás, ya que todos parten de un mismo nivel, por lo que es un punto muy positivo que los conozcan y los practiquen para, así, interiorizar su diversión y determinar con qué deportes se han sentido mejor/peor y los motivos pertinentes.

Finalmente, también podemos destacar el aprendizaje que obtienen los alumnos de los mismos; motivándose de manera propia y común ante las nuevas reglas, normas o estrategias a través de la práctica. Solo así podrán determinar si quieren seguir practicando estos deportes e interiorizar la información relevante para su futura enseñanza y aprendizaje (Navia Burbano, 2019)⁵⁶.

12. ¿SON LOS JUEGOS DEPORTIVOS ALTERNATIVOS UNA POSIBILIDAD PARA FAVORECER LA COEDUCACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA?

Según un estudio realizado por Sebastian Feu Molina (2008)⁵⁷ en el que participaron 54 alumnos (de los cuales, el 46.3% son chicos y el 53.7% son mujeres) establece que, el 51.9% del alumnado, no realiza ninguna actividad deportiva en horario extraescolar (de los cuales el 69% son chicas y el 31%, chicos). Del total de las chicas, el 71.4% no realizan

⁵⁶ Navia Burbano, L.G. Implementación de juegos y deportes alternativos que permitan la inclusión deportiva en niños y niñas entre las edades de siete a doce años de la fundación (FUNDAR), ubicada en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá. 2019. Universidad de Cundinamarca. Págs. 47-49.

⁵⁷ Feu Molina, S. ¿Son los juegos deportivos alternativos una posibilidad para favorecer la coeducación en las clases de Educación Física? Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Facultad de Educación. Universidad de Extremadura. Campo Abierto, vol. 27 nº 2, pp. 36-45, 2008.

actividades físicas deportivas de carácter extraescolar, mientras que el 65.4% de los chicos sí realizan actividad física extraescolar.

Conociendo lo anterior nos pondrá en situación para comprender además que los juegos deportivos alternativos son una gran posibilidad que favorece la coeducación entre otras, en las clases de Educación Física, además, una de las razones para incluirlos es la gran capacidad para motivar a los alumnos, según su puesta en práctica y valoración por los mismos.

Tabla 1
¿Cómo valoras tu grado de diversión al participar en las clases de EF en los JDA?

	Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy Alto	Media	Dt.	Mín.	Máx.
Alumnos	0	8,0%	28,0%	44,0%	20,0%	3,76	.879	2	5
Alumnas	0	3,4%	31,0%	48,3%	17,2%	3,79	.774	2	5
Total	0	5,6%	29,6%	46,3%	18,5%	3,78	.816	2	5

En esta tabla podemos observar cómo un 46.3% estima que la actividad tiene un nivel alto nivel de diversión; un 18.5% considera que tiene un grado muy alto de diversión y un 37% considera que la actividad tiene un medio de diversión. Por lo tanto, se puede observar que el nivel de satisfacción del alumnado ha sido medio-alto.

Si comparamos los juegos y deportes tradicionales con los deportes alternativos, un 42.6% de los alumnos consideraban que las actividades alternativas eran mucho más divertidas. Esto podría ser un gran indicio para introducir los juegos y deportes alternativos como medio motivador de los alumnos en las clases de Educación Física.

En cuanto a la comparación entre los deportes tradicionales y los alternativos, se estableció que la implicación en el deporte era mayor cuando se realizaban juegos y deportes alternativos (38.9%).

Así, los alumnos prefieren los deportes alternativos, bien por los condicionamientos de las normas, de los materiales, de las instalaciones...lo que puede acrecentar la complejidad-reto del deporte. Respondiendo a la pregunta de si los alumnos habían tenido en cuenta la complejidad o dificultad para conseguir el objetivo del juego, el 74.1% respondió que sí.

¿Cómo consideras que es la complejidad o dificultad en estos juegos?

	Muy baja	Baja	Media	Alta	Muy Alta	Media	Dt.	Mín.	Máx.
Alumnos	8.0	24.0	44.0	16.0	8.0	2.92	1.038	1	5
Alumnas	0	24.1	62.1	10.3	3.4	2.93	.704	2	5
Total	3.7	24.1	53.7	13.0	5.6	2.93	.860	1	5

Podemos observar que el 53.7% valora la complejidad como media, mientras que el 24.1% como una complejidad baja. En general, existe una tendencia mayor de las chicas que de los chicos a considerar las diferentes tareas como de una dificultad media y, por lo tanto, asequible.

En cambio, según las diferentes valoraciones realizadas por Moreno y Gutiérrez (2003)⁵⁸, la dificultad es igual en las chicas que en los chicos en las clases con esta modalidad deportiva.

Siguiendo con la línea anterior de comparación entre los deportes alternativos y los tradicionales, en cuanto a la dificultad de la actividad, el 37% del alumnado estima que la dificultad es “mayor” en los deportes alternativos que en los tradicionales. Es lógico que, al comenzar una nueva actividad se genere algo más de complejidad a la hora de su realización ya que son situaciones de aprendizaje nuevas y desconocidas, por lo que aumenta ligeramente la complejidad, aunque no de forma significativa. En contraposición, esta “dificultad” puede suponer en el alumnado un interés por auto superarse, adaptarse de la mejor manera posible; teniendo así ganas de aprender debido a la inquietud de la exploración de los juegos.

Respecto al tipo de dificultad en función del sexo en los juegos y deportes alternativos, un 44.4% de los participantes garantiza que el nivel de desigualdad es medio, un 14.8% considera que era alto y un 25.9%, que las desigualdades en la competencia motriz eran bajas. Por ello, la apreciación sobre ello parece ser que las desigualdades en función del género en la competencia motriz a la hora de participar en los juegos y deportes alternativos es ligeramente menor en el caso de las chicas que en el de los chicos. Por el contrario, los resultados investigados por Mendoza (1994)⁵⁹, establece que la percepción de la competencia entre chicos y chicas es similar.

⁵⁸ Moreno, J. A., Gutiérrez, M. Intereses y actitudes hacia la Educación Física. Revista Española de Educación Física, 2003, nXI, 2, p. 14-28.

⁵⁹ Mendoza, R. Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas. 1994.

Ahora bien, se investigó también acerca de las dificultades en la competencia motriz de los participantes en función del género en comparación con los deportes tradicionales, siendo un 59.3% de participantes que opinaban acerca de que las desigualdades eran iguales mientras que un 22.2% sostuvo que eran menores. Por ello, en general, los resultados muestran que los participantes consideran que las desigualdades en el nivel de competencia motriz entre sexos, son iguales o menores en los juegos y deportes alternativos que en los deportes tradicionales.

¿Son los juegos deportivos alternativos una posibilidad para favorecer la coeducación en las clases de Educación Física? El 96.3% del alumnado mantuvo de manera positiva la posibilidad de incorporar los juegos y deportes alternativos en las clases de Educación Física. Se les preguntó cuáles eran los motivos por los que creían lo anterior, y las respuestas fueron bastante dispares; tales como “la necesidad de cambiar y no realizar siempre el mismo tipo de actividades”, además de la “diversión” (31.4%); “porque desarrollan la creatividad” (19.6%), para “poder adaptarlo a nuestros gustos” (17.6%) y por “conocer otras formas de jugar y realizar actividad física” (15.7%). Solamente un 5.88% destacó el motivo de “poder participar todos juntos”.

A modo de conclusión de las diferentes investigaciones sobre encuestas a diversos alumnos para obtener información sobre los juegos y deportes alternativos, podemos afirmar que los encuestados han valorado que los juegos deportivos alternativos presentan un grado de diversión medio-alto, siendo el principal motivo por el que incluirían dichas actividades en las clases de Educación Física; pues consideran que se les atribuye a éstas actividades un gran carácter lúdico (Virosta, (1994)⁶⁰; Arráez, (1995)⁶¹; Barbero, (2000)⁶²). En cuanto a la comparación entre los juegos y deportes alternativos con los deportes convencionales, las chicas consideran que estas actividades son más divertidas que los deportes convencionales. Además, no debemos olvidar que la regulación de la complejidad es uno de los grandes matices a tener en cuenta para que los juegos alternativos satisfagan las necesidades lúdicas, expresivas y de movimiento de los alumnos. El nivel de dificultad establecido en estas actividades se puede considerar como

⁶⁰ Virosta, A. 1994. Deportes alternativos. En el ámbito de la Educación Física. 1994. Madrid: Gymnos.

⁶¹ Arráez Martínez, J. M. Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos. Apuntes: Educación Física y Deporte, 1995, n 40, p. 69 - 80.

⁶² Barbero, J. C. Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 2000, n 22. Extraído el 7/04/2008 desde <http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>.

media, aunque en comparación con los deportes convencionales (fútbol, por ejemplo) la dificultad parece ser mayor.

En la práctica motriz este aspecto es considerado por algunos autores como indispensable para el aprendizaje de los alumnos puesto que se pueden experimentar nuevas posibilidades motrices (Whiting, (1979)⁶³; Bonnet, (1983)⁶⁴; Le Boulch, (1991)⁶⁵; Ruiz, (1995)⁶⁶).

En resumen; proponer unas destrezas y habilidades que no son usuales, con una normativa diferente, no institucionalizadas ni reconocidas socialmente, favorecen la motivación entre los alumnos, aumentando así una mayor predisposición a la tarea. Se crea una mayor igualdad entre alumnos y alumnas, idea que acerca la percepción de unas dificultades motrices semejantes para ambos géneros y, por ello una competencia en las habilidades básicas menos desigual; lo que posibilita aminorar los motivos diferenciales de carácter sociocultural (Ruiz, Graupera, Gutiérrez y Miyahara, 2000)⁶⁷.

Además, al ser situaciones desconocidas de aprendizaje para todos y cada uno de los alumnos, intervienen muchos menos condicionantes ya que son deportes nuevos que ninguno de los participantes conoce; por lo que “empiezan” con la práctica del deporte desde cero, es decir, inicialmente desconociendo cualquier tipo de regla, norma u técnica (Arráez, (1995)⁶⁸ y Barbero, Ramírez, Martínez y Lisbona, (2000)⁶⁹).

Así, la desigualdad en función del género en la competencia para practicar los juegos y deportes alternativos fueron valoradas como “regulares” con tendencia a ser “baja”, por lo que estos deportes no disminuyen la percepción de desigualdades entre géneros.

⁶³ Whiting, H. T. A. *Shorts de balle et apprentissage*. París: Vigot. 1979.

⁶⁴ Bonnet, J. P. *Vers une pédagogie de l'acte moteur. Réflexions critiques sur les pédagogies sportives*. París : Vigot. 1983.

⁶⁵ Le Boulch, J. *El deporte educativo*. Barcelona: Paidós. 1991.

⁶⁶ Ruiz, L. M. *Competencia motriz, elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física Escolar*. Madrid: Gymnos. 1995.

⁶⁷ Ruiz, L. M., Graupera, J. L., Gutiérrez, M., Miyahara, M. *Competencia motriz y género: un estudio comparativo de la coordinación entre escolares españoles, japoneses y norteamericanos*. En Fuentes, J. P.; Macías, M. *Libro de actas volumen II del I Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte*, 2000, p. 137-140. Cáceres: Universidad de Extremadura.

⁶⁸ Arráez Martínez, J. M. *Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos*. *Apuntes: Educación Física y Deporte*, 1995, n 40, p. 69 - 80.

⁶⁹ Barbero, J.C; Ramírez, V.; Martínez, M.; Lisbona, S. *La enseñanza individualizada y los juegos y deportes alternativos en Educación Física*. *Unidad didáctica: “Aprendo Shuttleball a mi ritmo”*. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista digital*, 2000, n 19. Extraído el 7/04/2008 desde <http://www.efdeportes.com/efd19a/shutle.htm>.

La mayoría de los alumnos, como hemos comentado anteriormente, consideran idóneo la introducción de los juegos alternativos en las clases de Educación Física principalmente, por una alta percepción de la diversión, una complejidad media de las tareas y una ligera tendencia a menores diferencias entre géneros. Todo ello aunado a que este tipo de juegos no está condicionado a estereotipos de rendimiento de los deportes convencionales y, por ello, es más fácil adaptar el deporte a todo tipo de alumnos; aumentando así los sentimientos de autoestima y agrado hacia la asignatura de Educación Física.

Por ello, podemos destacar la opinión de algunos autores (Virosta, 1994⁷⁰; Arráez, 1995⁷¹; Barbero, Ramírez, Martínez y Lisbona 2000⁷²; Barbero, 2000)⁷³ de la gran adecuación de los deportes alternativos a las clases de Educación Física por su capacidad motivadora y lúdica, por la variabilidad motriz que presentan y porque pueden favorecer una práctica igualitaria. Además, estos contenidos son muy benefactores de la coeducación en las aulas de Educación Física.

Los resultados de los diferentes indican una gran posibilidad de integración entre sexos y desarrollo de valores que nos llevan a la igualdad de oportunidades. Por ello, lo anterior puede hacer de los juegos y deportes alternativos una verdadera actividad coeducativa.

La utilización de una metodología cooperativa acoge la autoestima y la empatía de los alumnos En palabras de Ebbeck y Gibbons, (1998)⁷⁴ y una mayor apreciación de la propia competencia (Fernández, Vasconcelos-Raposo, Lázaro y Dósil (2004)⁷⁵). Por consiguiente, tanto para resolver los objetivos del juego como para diseñar las actividades, la cooperación debe estar siempre presente.

⁷⁰ Virosta, A. 1994. Deportes alternativos. En el ámbito de la Educación Física. Madrid: Gymnos.

⁷¹ Arráez, J. M. Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos. Apuntes: Educación Física y Deporte, 1995, n 40, p. 69 - 80.

⁷² Barbero, J.C; Ramírez, V.; Martínez, M.; Lisbona, S. La enseñanza individualizada y los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Unidad didáctica: "Aprendo Shuttleball a mi ritmo". Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista digital, 2000, n 19. Extraído el 7/04/2008 desde <http://www.efdeportes.com/efd19a/shutle.htm>.

⁷³ Barbero, J. C. Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 2000, n° 22. Extraído el 7/04/2008 desde <http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>

⁷⁴ Ebbeck, V., Gibbons, S. L. The effect of a team building program on self-conceptions of grade 6 and 7 physical education students. Journal of Sport and Exercise Psychology, 1998, n20, p. 300 - 310.

⁷⁵ Fernández, H., Vasconcelos-Raposo, J., Lázaro, J. P., Dósil, J. Validación aplicación de los modelos teóricos motivacionales en el contexto de la educación física. Cuadernos de Psicología del Deporte, 2004, n 4, p. 1-2, p. 67-89.

No se debe incluir normativa o reglas que puedan favorecer la presencia de tópicos que promuevan diferentes estereotipos que acentúen las diferencias entre chicos y chicas (Vertinsky, (1992)⁷⁶). Como método alternativo, se pueden realizar rotaciones de roles del juego entre todo el alumnado para así evitar la diferenciación entre sexos y permitir el acceso a la práctica de la actividad a todos y todas. No obstante, para favorecer el acceso a la práctica es necesario utilizar un material que sea apto para todo tipo de personas; independientemente de sus condiciones físicas y antropométricas.

Es muy importante diseñar y utilizar unas estrategias que sirvan para el debate, la reflexión personal y la mediación entre partes iguales. Así se favorece, la igualdad, la tolerancia y el respeto al propio desarrollo y del de los demás. Se pueden utilizar métodos para comprobarlo como observar y analizar el número de intervenciones de los participantes y su movilidad en el espacio juego; observar y analizar las relaciones entre los participantes en función del pase-recepción y la finalización del tanto o punto de juego, observando también las actitudes de respeto a las normas y a los demás, entre otras.

También comprobar las sensaciones de satisfacción, diversión, implicación para así debatirlas en grupo y en las dinámicas de clase realizadas.

13. LOS DEPORTES ALTERNATIVOS EN LA ACTUALIDAD.

En los últimos años, Parra y Sancho (2008)⁷⁷ consideran que los alumnos han perdido la motivación y el interés por los deportes tradicionales en las clases de Educación Física debido al exceso de su utilización por parte del profesorado en gran medida. Ahora bien, la pérdida del interés por los alumnos y la desmotivación de estos ha llevado a que surjan nuevos juegos y deportes que complazcan estas carencias.

⁷⁶ Vertinsky, P. Reclaiming space, revisioning the body. The quest for gender - sensitive physical education. Quest 1992, n 44 (3), p. 373 – 396).

⁷⁷ Parra, C. y Sancho, M. (2008). Deportes alternativos: una propuesta práctica desde el punto de vista del profesor. En V congreso nacional y III congreso iberoamericano de deporte en edad escolar: “Nuevas Tendencias y perspectivas de futuro” (pp. 351-374), 20, 21 y 22 de noviembre de 2008, Dos Hermanas (Sevilla). Recuperado de http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20081224125537deporte_escolar.pdf.

Según Lara y Cachón (2010)⁷⁸, los deportes alternativos han tenido un gran auge en el centro educativo y han sido bastante practicados en los últimos años. No obstante, existe una parte del profesorado que, bien por desconocimiento o por falta de documentación, no los practica de manera tan recurrente. Por esta razón, dichos autores establecen que los beneficios de la práctica de los deportes alternativos no se han llegado a conseguir de una manera totalitaria, debido en algunos casos a su menor utilización; aunque la práctica de estos deportes tenga un carácter ascendente.

De la misma manera, Hernández (2007)⁷⁹ asegura que “en las últimas décadas, parte del profesorado de Educación Física ha ido incorporando actividades alternativas que han sido capaces de romper la tendencia a imperar de una única orientación deportiva, favoreciendo nuevas perspectivas de desarrollo”.

Cabe resaltar que, desde la aparición de los deportes alternativos (décadas de los 80 y 90), han sufrido un increíble ascenso en todos sus ámbitos, en concreto en el ámbito escolar; donde comenzó orientado hacia una perspectiva más recreativa mediante la búsqueda de situaciones lúdicas y novedosas con materiales nuevos, como por ejemplo, las palas o los malabares; para desenvolverse hacia una perspectiva más centrada en la educación, buscando como fin prioritario unos objetivos didácticos establecidos (Fierro Suero, S; Haro Morillo, A. y García Montilla, V. 2016)⁸⁰.

La inmersión de los deportes alternativos en el aula supone tener en cuenta aspectos como la igualdad de oportunidades, valores educativos, compañerismo, etc. Se busca “dejar a un lado” la competición de los juegos y deportes hasta ahora practicados, donde lo único que se conseguía es que participasen los alumnos que tenían una mayor capacidad físico-motriz. Recordando que en la práctica de deportes alternativos puede participar cualquier tipo de persona, independientemente, por ejemplo, de su capacidad física, cognitiva y psicológica.

⁷⁸ Lara, A. J., y Cachón, J. (2010). Kinball: los deportes alternativos en la formación del/la docente de educación física. En CiDd: II Congrés Internacional de Ditàctiques 2010, Girona (Universitat de Girona). Recuperado de <http://dugidoc.udg.edu/bitstream/handle/10256/3001/491.pdf?sequence=1>.

⁷⁹ Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 114. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportesalternativos.htm>

⁸⁰ Fierro Suero, S; Haro Morillo, A. y García Montilla, V. 2016. Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, nº6, pp. 45-47. ISSN: 2341-1473.

Asimismo, hay que indicar que objetivos que se buscan en estos juegos corresponden a los que aparecen en el currículum tanto a nivel nacional como a niveles autonómicos

Actualmente, como he puntualizado en la introducción con las dos órdenes que rigen la normativa en la Educación primaria y concretamente en la Educación Física, se indica la Orden ECD/1112/2022, de 18 de julio, por la que se aprueban el currículum y las características de la evaluación de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. de la Comunidad Autónoma de Aragón⁸¹, que aboga expresamente por el uso de juegos y deportes alternativos durante las clases de Educación Física.

Por ello, además de cumplir con los objetivos de estos currículums, la introducción de los juegos y deportes alternativos en el ámbito educativo resultan motivantes para todos los alumnos. Desde otra perspectiva, la experiencia de los profesores que llevan a cabo este tipo de actividades es satisfactoria, lo que les empuja a seguir haciendo uso de la práctica de este tipo de deportes.

A pesar de la gran acogida que han tenido tanto para profesores como alumnos la práctica de deportes alternativos, no podemos dejar a un lado la realización de los deportes y juegos convencionales, pues son de vital importancia para cumplir las necesidades curriculares. Pero, la unificación de ambos deportes es imprescindible para el desarrollo de los contenidos pedagógicos. En palabras de Hernández (2007)⁸², “la herramienta está creada, ahora está en nuestras manos el saber utilizarla”.

14. CONCLUSIONES

A modo de conclusión, me gustaría destacar que en mi Trabajo de fin de Grado he querido investigar sobre los deportes alternativos, los cuales han ido evolucionando a través de juegos llevados al aula. Como futura profesora de educación física, considero que los docentes debemos formarnos para poder proporcionar a los alumnos aquellos deportes que necesitan; hago referencia a que debemos innovar en el aula, pues hemos estado

⁸¹ Orden ECD/1112/2022, de 18 de julio, por la que se aprueban el currículum y las características de la evaluación de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

⁸² Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 114. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportesalternativos.htm>.

tantos años “obsoletos” con respecto a los deportes convencionales porque no existía un gran abanico de oportunidades en las cuales los alumnos tuviesen poder de decisión sobre qué deporte practicar.

En definitiva, del estudio y búsqueda contundente de información realizado sobre los juegos y deportes alternativos, podemos afirmar que este “nuevo modelo” de enseñanza educativa despliega unos efectos bastante positivos. Origina que los alumnos tengan una mejor percepción del nivel de competencia, que su cultura deportiva sea mejor y mayor a la que tenían anteriormente y, sobre todo, que se encuentren motivados y entusiasmados a la hora de practicar cualquier tipo de deporte, juego o actividad física en las clases de educación física.

Además, los diferentes estudios investigados sostienen los beneficios que supone la práctica de los deportes alternativos en las clases de educación física, puesto que fomentan la participación del alumnado y, en su gran mayoría son deportes en los que el alumnado se siente cómodo y capaz para ello. También me gustaría recalcar el gran compañerismo y respeto que provoca la práctica de estos deportes, predominando la deportividad y la competición sana.

Otro aspecto que me gustaría incluir es que mediante los deportes alternativos se fomentan las habilidades sociales de los alumnos y que ellos mismos socialicen con los compañeros que no suelen socializar de manera habitual. Además, aquellos alumnos que, por norma general, no se relacionan con algunos de sus compañeros, se verán más incluidos y participativos, por las características de los diferentes juegos alternativos y su flexibilidad.

Además, los deportes alternativos persiguen fines educativos, los agrupamientos son mixtos, promueven la coeducación, favorecen la igualdad de condiciones, presentan reglamentos simplificados, le dan una mayor importancia al proceso que al resultado, permiten el desarrollo de valores y actitudes positivas y posibilitan una mayor participación que los deportes convencionales.

Existen una serie de criterios establecidos para la adecuación de los juegos y deportes alternativos, como son: modificar las normas en función de las características de los participantes, suscitar la intervención en el juego del mayor número de personas, instaurar la participación de equipos mixtos (eludiendo así, el sexualismo de otros deportes) y fomentar la participación de todos los jugadores en el juego.

Además, podrían encajarse como criterios, asimismo, soslayar la especialización de funciones, priorizar la habilidad sobre los aspectos físicos; escoger el mejor terreno de juego en función del número de participantes, sintetizar las reglas del juego para que todos los participantes puedan aprender a jugar más fácilmente, aminorar los tiempos “muertos” al mínimo para que no se interrumpan las acciones del juego y, finalmente, decretar la duración del juego en función de las características de los jugadores.

Igualmente, otro aspecto que me gustaría puntualizar es la importancia de la igualdad en los deportes alternativos (como, en muchos de los deportes convencionales); los cuales fomentan los equipos mixtos, en la asignatura de educación física, en los recreos y en las actividades extraescolares, las chicas tienen una actitud activa en el deporte, fomentando así el respeto entre sexos y la cooperación entre iguales.

Me gustaría destacar la gran importancia que tiene generar un buen ambiente de trabajo en el aula, dónde todos los niños se sientan protagonistas para que puedan llegar a disfrutar en las clases de educación física.

Mediante la investigación sobre los deportes alternativos y las diferentes encuestas y juegos realizados para su estudio, he llegado a la conclusión de que los niños aceptan de una manera muy grata la práctica de los juegos y deportes alternativos. Estos niños expresan que han ido desarrollando determinadas destrezas (tales como la cooperación, el respeto, la actitud de juego y la empatía). Así, el principal motivo de los niños era la diversión y, posteriormente, ya vendría la competición (ya que le dieron mucha menos importancia). Así se favorece la igualdad, tolerancia y respeto al propio desarrollo y al de los demás. Se pueden utilizar métodos tales como observar y analizar el número de intervenciones de los participantes y su movilidad en el espacio juego; viendo, observando y analizando las relaciones entre los participantes en función del pase-recepción y la finalización del tanto o punto de juego u observar las actitudes de respeto a las normas y a los demás, entre otras.

Por todo ello, sería muy adecuado implementar los deportes alternativos en el aula de Educación Física, ya que el objetivo primordial y único es el bienestar, motivación y participación de todos los alumnos.

Para finalizar, en mi opinión, considero que todos los docentes debemos evolucionar, formarnos y ofrecer a los alumnos los recursos y herramientas adecuadas para favorecer un aprendizaje y una enseñanza plena. Debemos ser un ejemplo para ellos, potenciando

el deporte y una vida saludable; pues sólo así conseguiremos que los alumnos tengan creatividad e imaginación, además de tener una actitud activa constante donde prioricemos sus necesidades, haciéndoles partícipes siempre y ofreciéndoles la confianza suficiente para apoyarlos y animarlos en aprender a ser mejores.

“La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo.”

Nelson Mandela, 2002.

15. BIBLIOGRAFÍA

- Arráez Martínez, J.M. Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos. Departamento de Expresión Musical Plástica y Corporal, Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada, 1995.
- Ayala Noy, E. Los deportes alternativos y la importancia que tienen para el profesional de cultura Física, deporte y recreación. Revista de Investigación: Cuerpo, Cultura y Movimiento. ISSN: 2248-4418.
- Barbero, J. C. (2000). Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 22. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>.
- Barbero, J.C; Ramírez, V.; Martínez, M.; Lisbona, S. La enseñanza individualizada y los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Unidad didáctica: “Aprendo Shuttleball a mi ritmo”. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista digital, 2000, n 19. Extraído el 7/04/2008 desde <http://www.efdeportes.com/efd19a/shutle.htm>.
- Bonnet, J. P. Vers une pédagogie de l’acte moteur. Réflexions critiques sur les pédagogies sportives. París : Vigot. 1983.
- Castejón, F. J. (1994). La enseñanza del deporte en la educación obligatoria: enfoque metodológico. Revista Complutense de Educación, 5(2), 137-152.
- Dalmau, J. M. y Peire, T. (s.f.). Curso CPR: De los juegos alternativos a los nuevos deportes. Recuperado: 12/05/2016 de <http://multiblog.educacion.navarra.es/jmoreno1/files/2010/06/Apuntes-de-texto-del-curso.pdf>
- Devís, J. y Peiró, C. (1992): *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Inde publicaciones. Barcelona.
- Ebbeck, V., Gibbons, S. L. The effect of a team building program on self-conceptions of grade 6 and 7 physical education students. Journal of Sport and Exercise Psychology, 1998, n20, p. 300 - 310.

- Elías, N. y Dunning, E. (1992): *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. Fondo de Cultura Económica. Madrid.
- Ezquerro, M. A. (1992). El deporte y los términos deportivos.
- Fernández, H., Vasconcelos-Raposo, J., Lázaro, J. P., Dósil, J. Validación aplicación de los modelos teóricos motivacionales en el contexto de la educación física. Cuadernos de Psicología del Deporte, 2004, n 4, p. 1-2, p. 67-89.
- Fernández, R. F. (2010). Juegos innovadores con material alternativo en el área de Educación Física. EmásF: revista digital de educación física, 4, 5-18. Recuperado de http://emasf2.webcindario.com/NUMERO_4.pdf
- Feu Molina, S. ¿Son los juegos deportivos alternativos una posibilidad para favorecer la coeducación en las clases de Educación Física? Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Facultad de Educación. Universidad de Extremadura. Campo Abierto, vol. 27 nº 2, pp. 36-45, 2008.
- Fierro Suero, S; Haro Morillo, M y García Montilla, V. Los deportes alternativos en el ámbito educativo. E-motion. Revista de Educación, Motricidad e Investigación 2016, nº6, pp. 40-48. .ISSN: 2341-1473.
- García Muñoz, R. “Análisis de la evolución del deporte en edad escolar y los deportes alternativos”. Universidad de Valladolid. 2019. Págs. 7-8.
- Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 114. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportes-alternativos.htm>.
- Hernández Moreno, J. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.
- Hernández Moreno, J. y Rodríguez Ribas, J.P. (2004): *La praxiología motriz: fundamentos y aplicaciones*. Inde Publicaciones. Barcelona.

- Hernández Pérez, J.M. El valor pedagógico de los deportes alternativos. Departamento de Educación Física. Universidad de las Palmas de Gran Canaria. Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - N° 114 - Noviembre de 2007.
- Hernández Vázquez, M. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Juegos y deportes alternativos. Consejo Superior de Deportes. ISBN: 84-7949-062-4. Pág. 12.
- Jiménez, J. (2010). Los juegos y deportes alternativos en educación física. Revista Digital Enfoques Educativos, 67, 142-151.
- Lara, A. J., y Cachón, J. (2010). Kinball: los deportes alternativos en la formación del/la docente de educación física. En CiDd: II Congr s Internacional de Ditàctiques 2010, Girona (Universitat de Girona). Recuperado de <http://dugidoc.udg.edu/bitstream/handle/10256/3001/491.pdf?sequence=1>.
- Le Boulch, J. 1991.El deporte educativo. Barcelona: Paidós.
- López, J. R. 2000. Historia del deporte (Vol. 20), pág. 13.
- Mendoza, R. 1994. Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Moreno, J. A., Gutiérrez, M. 2003. Intereses y actitudes hacia la Educación Física. Revista Española de Educación Física, nXI, 2, p. 14-28.
- Navarro, V. (2002): *El afán de jugar*. Inde Publicaciones. Barcelona.
- Navia Burbano, L.G. 2019. Implementación de juegos y deportes alternativos que permitan la inclusión deportiva en niños y niñas entre las edades de siete a doce años de la fundación (FUNDAR), ubicada en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá. Universidad de Cundinamarca. Págs. 47-49.
- Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón (Anexo II. Tratamiento del área de Educación Física). Boletín Oficial del Estado (BOE), 2014.

- Orden ECD/1112/2022, de 18 de julio, por la que se aprueban el currículo y las características de la evaluación de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Anexo II dentro del área de Educación Física. Boletín Oficial de Aragón (BOA), 2022.
- Ortí Ferreres, J. 2004. La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos. Barcelona. Editorial Inde.
- Parlebas, P. (2001): Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Parra, C. y Sancho, M. (2008). Deportes alternativos: una propuesta práctica desde el punto de vista del profesor. En V congreso nacional y III congreso iberoamericano de deporte en edad escolar: “Nuevas Tendencias y perspectivas de futuro” (pp. 351-374), 20, 21 y 22 de noviembre de 2008, Dos Hermanas (Sevilla). Recuperado de http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20081224125537deporte_escolar.pdf.
- Puig, N y Heinemann, K. 1991. El deporte en la perspectiva del año 2000. Pág. 124.
- Requena, Ó. (2008). Juegos alternativos en educación física: flag football. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 4. Recuperado de <http://docplayer.es/20871787-Juegos-alternativos-en-educacion-fisica-flagfootball.html>.
- Robles, J. (2009). Tchoukball. Un deporte de equipo novedoso: propuesta de aplicación en Secundaria. Retos, 16, 75-79.
- Rodríguez Abreu, M. (2010). El origen del deporte contemporáneo en los países. Buenos aires: Revista Digital EF Deportes, N.º 147. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd147/el-origen-del-deporte-contemporaneo-enlos-paises-centrales.htm>.
- Rodriguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2004): Una propuesta de utilización de material reciclable para el área de Educación Física. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 68 - Enero.

- Rodriguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2005): El minigolf: una alternativa a los contenidos tradicionales en Educación Física. *http://www.efdeportes.com/ Revista Digital* - Buenos Aires - Año 10 - N° 82. Marzo. 2005. <http://www.efdeportes.com/efd82/minigolf.htm>.
- Rodriguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2006): Reutilizamos y jugamos con las cajas chinas: Unidad Didáctica. *http://www.efdeportes.com/ Revista Digital* - Buenos Aires - Año 10 - N° 93 - Febrero de 2006.
- Rodriguez Bravo, M; Quintana Carballo, R., Lindell, O., Barrera, A. (2007): El Balonkorf: un deporte mixto para el fomento de la coeducación. Una propuesta didáctica. *http://www.efdeportes.com/ Revista Digital* - Buenos Aires - Año 11 - N° 104- Enero. <http://www.efdeportes.com/efd104/balonkorf-deporte-mixto-para-la-coeducacion.htm>.
- Ruiz Alonso, J.G. 1991 Juegos y deportes alternativos en la programación de educación física. Lérida. Editorial Deportiva Agonos. Págs. 21-23.
- Ruíz, J. G. (1996). Juegos y deportes alternativos en la programación de Educación física escolar. Editorial Deportiva Agonos. Lérida.
- Ruiz, L. M. Competencia motriz, elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física Escolar. Madrid: Gymnos. 1995.
- Ruiz, L. M., Graupera, J. L., Gutiérrez, M., Miyahara, M. Competencia motriz y género: un estudio comparativo de la coordinación entre escolares españoles, japoneses y norteamericanos. En Fuentes, J. P.; Macías, M. Libro de actas volumen II del I Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte, 2000, p. 137-140. Cáceres: Universidad de Extremadura.
- Simard, E. (1987) *Activité physique adaptée*. Gaetan Morin editeur, Québec. Canadá.
- Timón, L. 2021. Los mejores deportes alternativos para llevar a cabo en Educación Física de Primaria. Preparación de oposiciones de Educación Física.

- Thorpe, R., Bunker, D., & Almond, L. (1986). Rethinking games teaching (Loughborough, Department of PE and Sports Science, University of Loughborough).
- Vertinsky, P. Reclaiming space, revisioning the body. The quest for gender - sensitive physical education. Quest 1992, n 44 (3), p. 373 – 396).
- Virosta, A. 1994. Deportes alternativos en el ámbito de la Educación Física. Madrid. Gymnos Editorial Deportiva, S.L. Págs. 11-12.
- Viñas Villa, J.A. Análisis de los deportes utilizados en Educación Física en la comarca de las Cinco Villas. Universidad de Zaragoza, 2016. Pág. 5.
- Whiting, H. T. A. Shorts de balle et apprentissage. París: Vigot. 1979.