

# **EDUCACIÓ MOTRIU**

**(Curs 2009/10)**



**Montserrat Francín i Veciana**  
**Catedràtica en Educació Física**

## **Agraïments:**

El meu primer agraïment va dirigit al Consell Esportiu del Tarragonès per donar-me l'oportunitat de desenvolupar aquest treball. A continuació agrair a les directives i als especialistes d'educació física de les quatre ESCOLES d'educació infantil i primària de Tarragona (Pax, Pau Delclós, Saavedra, El Miracle), on m'han acollit sense cap tipus de dificultat, per poder treballar passant les proves i enquestes als alumnes i que gràcies a això més tard he pogut extreure les dades i conclusions. Per altre banda, agrair al vicepresident del Club Gimnàstic, l'Antoni Cirugeda i al gerent de C. N. Tarraco, l'Albert Duch, la facilitat que m'han donat per poder fer les observacions en els seus respectius clubs. Per últim a la meva amiga Eva Kelleners per facilitar-me les traduccions dels articles en anglès. També a la meva amiga Isabel i al meu marit per l'ajut informàtic.

# EDUCACIÓ MOTRIU

## ÍNDEX

	Pàg.
1. Introducció.....	7
2. Marc teòric i conceptual.....	8
3. Objectius.....	12
4. Raons per plantejar aquest treball.....	15
5. Hipòtesis que ha de respondre la recerca.....	15
6. Antecedents del projecte.....	16
7. Objectius específics.....	19
8. Objectius principals del programa .....	21
9. Conceptes bàsics en l'educació motriu.....	22
Desenvolupament esquema corporal.....	24
Desenvolupament de la lateralitat.....	24
Desenvolupament orientació temporal.....	25
Desenvolupament coordinació motriu.....	25

Desenvolupament coordinació ull/ mà.....	25
Desenvolupament coordinació ull/peu.....	26
10. Idees generals de l'escola d'educació motriu..	27
11. Programa "Sports for kids" .....	29
Característiques d'un bon programa.....	30
Punts a tenir en compte en la planificació.....	31
Models d'organització recomanats.....	31
Avaluació del programa.....	32
Taula orientativa de quan es bo començar.....	36
12. Resum del treball.....	38
13. Calendari de treball.....	41
14. Paradigmes d'investigació.....	42
15. Esquemes motors de base.....	45
Test.....	45
Recull de dades.....	48
Resultats esquemes motors de base nois.....	53
Resultats esquemes motors de base noies....	55
Conclusions dels esquemes motors de base.	57

Quadre comparatiu, nois i noies.....	57
<b>16. Habilitats motrius.....</b>	<b>58</b>
Test.....	58
Recull de dades.....	60
Resultats habilitats motrius nois.....	69
Resultats habilitats motrius noies.....	74
Conclusions habilitats motrius.....	79
Quadre comparatiu nois i noies.....	80
<b>17. Capacitats Condicionals.....</b>	<b>81</b>
Bateria <i>Eurofit</i> .....	86
Recull de dades.....	86
Resultats Bateria.....	86
Quadre comparatiu nois i noies.....	95
<b>18. Enquestes passades de 1r a 4t de Primària.....</b>	<b>96</b>
<b>19. Enquestes passades de 5è a 6è de Primària.....</b>	<b>103</b>
<b>20. Observació Clubs.....</b>	<b>114</b>
Full d'observació als clubs.....	116
<b>21. Discussió.....</b>	<b>119</b>

1º Cicle de Primària.....	119
2º Cicle de Primària.....	119
3º Cicle de Primària.....	120
Enquestes 1r i 2n Cicles.....	121
Enquestes 3r Cicle.....	121
Observacions als Clubs.....	122
<b>22. Característiques de l'escola motriu.....</b>	<b>124</b>
Continguts motrius a treballar.....	124
Desenvolupament motriu infantil.....	124
Metodologia d'ensenyament.....	125
Programació 4 / 5 anys.....	126
Programació 6 / 8 anys.....	127
Programació 9 / 10 anys.....	128
Programació 11 / 12 anys.....	129
Continguts de l'escola motriu.....	133
Distribució horària.....	135
<b>23. Bibliografia.....</b>	<b>137</b>

## INTRODUCCIÓ

Aquest treball intenta principalment oferir una base motriu sòlida a tots els nens entre 4 i 12 anys, una base motriu com he dit sòlida i amplia que permeti als seus practicants arribar a partir dels 12 anys a poder especialitzar-se en l'esport que més els agradi i fins i tot poder arribar a adquirir nivells d'alt rendiment.

Jo pertanyo a un club de la ciutat on puc observar com en els diversos esports que s'hi practiquen hi ha una especialització des d'edats molt primerenques. Això ve promogut primer pels propis pares on d'una manera potser inconscient posen damunt dels nens unes perspectives buscant en els seus fills el que ells haguessin volgut aconseguir de joves. En segon lloc els tècnics i directius ja que no poden donar la imatge de "perdre el temps" en el sentit de no fer un treball especialitzat i dirigit del esport escollit ja que això suposaria la fugida de molts nens pel sentiment de "perdre el temps". Cal donar una cultura esportiva i una mentalització als pares de què és necessari primer un treball generalitzat per passar poc a poc a un treball més específic i professional.

Per un altre banda els nens pel seu bon desenvolupament físic, emocional i mental és important que visquin els primers anys en un ambient polivalent i sota un clima formatiu, lúdic i social. Formatiu es refereix a que el nen ha de rebre una formació ampla a nivell motriu on pugui descobrir a través de la practica diària el seu cos amb les seves possibilitats i limitacions de moviment.

Per últim hi ha un aspecte que insistiré molts cops que és la formació dels tècnics, hem de lluitar per una formació ampla dels tècnics que estiguin davant d'aquest projecte, no hem de caure en posar davant d'una classe a qualsevol persona si no que si volem donar qualitat els primers que l'han de tenir son els responsables.

Envers als nens no hem d'oblidar que com més amplia sigui la formació esportiva més rica serà la seva formació i per tant:

- 1.- Més possibilitats hi haurà d'incorporar l'activitat física a la seva vida diària que en definitiva és un dels grans objectius a assolir.
- 2.- Com més consistent sigui la formació de l'esquema corporal del nen més l'ajudarem a que aconseguixi un bon nivell esportiu.
- 3.- Una bona formació motriu tindrà una transferència a l'àmbit escolar. Tot el desenvolupament de l'esquema corporal, fixament

de les lateralitats, coordinació general i específiques tenen una participació neurològica important i transferible a moltes àrees de formació.

## **MARC TEÒRIC I CONCEPTUAL**

*Le Boulch* en l'article escrit en l'any 1959 reflecteix la necessitat de que l'educació física tingués com a principal objectiu desenvolupar a la persona a través del moviment. Més tard arriba l'educació física funcional que no és més que fer del cos un instrument perfecte d'adaptació al medi físic i social gràcies a l'adquisició de destreses i habilitats.

A l'any 1966 *Le Boulch* va crear el sistema *psicocinètic*.

L'habilitat motriu té com a base i fonament els patrons motrius bàsics que suposaran la combinació de moviments organitzats. Aquests patrons surten de la motricitat natural humana sense la necessitat d'aprenentatge específic determinat.

Segons *Gallahue* (1985) patró motor és la sèrie d'accions corporals que es combinen per formar un tot integral que implica la totalitat del cos i en definitiva seran el punt de partida on es construirà l'habilitat motriu.

*Parlebas* i la socio motricitat, aquesta corrent va tenir el seu origen a França i Espanya a finals del segle XX i entén a l'educació física com la pedagogia de les conductes motrius. Proposa com a objecte d'estudi de l'educació física les conductes motrius acollides pel joc col·lectiu i l'esport, es a dir, a una motricitat on hi han companys i adversaris de joc per proposar una socio motricitat la qual es refereix a una motricitat de relació.

Segons *Diaz Lucea* (1994) el desenvolupament motriu ha d'implicar els següents aspectes:

- a) Explorar les pròpies possibilitats i limitacions motrius i adquirir una bona consciència de sí mateix.
- b) Adquirir un bon control de la postura.
- c) Enriquir les conductes bàsiques de moviment.
- d) Iniciar-se en les habilitats motrius específiques (iniciació esportiva).



**A nivell d'actitud** els objectius a assolir son:

- a) Gaudir de la pràctica de l'exercici físic amb la finalitat d'adquirir satisfacció.
- b) Conservació de la pròpia salut practicant exercicis físics que compensin la manca de moviment imposada per la societat actual.
- c) Autocontrol i ser constant en l'esforç, saber guanyar i perdre, augmentar la confiança en sí mateix i conèixer les possibilitats de sí mateix. Conèixer i acceptar les regles i directrius del joc.
- d) Respectar als altres companys.

L'educació *psicomotriu* és una filosofia de l'educació, es converteix en una manera d'entendre la vida i d'actuar en ella.

La psicomotricitat dirigeix el seu treball a la totalitat de la persona. És molt important educar al nen en la introspecció que no és més que la presa de consciència respecte als seus moviments, això implica un millor coneixement de sí mateix i un millor rendiment esportiu en etapes posteriors. Aquesta metodologia exclou directament la metodologia tradicional on el nen no té marge de decisió ja que tot ve determinat pel professor o educador. En canvi en aquesta metodologia més activa el professor col·loca a l'alumne contínuament en situacions on haurà d'experimentar, temptejar, vivenciar i com no decidir.

Segons *Le Boulch* un dels principals objectius motrius a aconseguir el nen en edats primerenques és el desenvolupament de l'esquema corporal, aquest suposa:

- a) Coneixement del propi cos i de sí mateix.
- b) Conèixer la part dominant del cos, bé la dreta o l'esquerra.
- c) Desenvolupament de la capacitat d'inhibició.
- d) Educació respiratòria.
- e) Desenvolupament de la capacitat perceptiva.

Un nen que no tingui fixada la lateralitat no té consciència de l'eix corporal com a referència de línia divisòria simètrica entre dreta i esquerra, això pot arribar a provocar confusions a l'hora de discriminar lletres com la p amb la q, o la p i la b.

El fet de no tenir fixada la lateralitat també implica que no té una organització espacial educada.

Hem d'aconseguir un procés d'ensenyament/aprenentatge a través del qual l'individu adquireixi i desenvolupi les tècniques bàsiques de l'esport. Les activitats hauran d'estar totalment adaptades a les possibilitats de cada alumne.

Continuarem definint que és esport. Segons *Parlebas* (1988) esport és un conjunt de situacions motrius codificades en forma de competició i amb un caràcter constitucional.

Segons *J. J. Barba i M. A. Pedraza* (2001) l'esport escolar és un conjunt de situacions motrius raonades, amb regles animades per a tots i que es donen en diferents relacions de grups com són les cooperatives, les comparatives, les competitives i les individuals que ajuden a la superació personal.

La iniciació esportiva és un concepte molt ampli, no és tan sols l'aprenentatge dels aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris d'una o varies modalitats. El concepte va més enllà de tot això ja que implica un aprenentatge i uns objectius a assolir.

Segons *Bañuelos* (1984) iniciar-se en l'esport és "ser capaç de tenir una operativitat bàsica sobre el conjunt global de l'activitat esportiva en la situació real de joc o de competició".

*Hernandez Moreno* (1988) considera a la iniciació esportiva com el procés i el producte, és a dir, el procés d'ensenyament/aprenentatge seguit per un individu, per l'adquisició del coneixement i la capacitat d'execució pràctica d'un esport des de que es pren el primer contacte amb ell fins que s'és capaç de practicar-lo amb una adequada estructura funcional.

*Blázquez* (1995) considera la iniciació esportiva com el període de temps en que el nen comença a aprendre de forma específica la pràctica d'un o varis esports. Continua anomenant les característiques de la iniciació esportiva:

- 1.- És un procés de socialització.
- 2.- És un procés d'ensenyament/aprenentatge que té com a objectiu assolir la màxima competència en una o varies disciplines esportives.
- 3.- És un procés d'adquisició d'habilitats, de capacitats, coneixements i actituds pel desenvolupament de forma eficaç d'una disciplina esportiva.
- 4.- Ser una etapa de contacte i d'experimentació en la que s'han d'aconseguir unes capacitats funcionals aplicables i pràctiques.

Segons la Real Acadèmia de la Llengua "iniciació" és l'acció o efecte d'iniciar i iniciar és entès com instruir en algun ensenyament.

Segons el Diccionari de les Ciències de l'esport (1992) defineix la iniciació com "un procés que indica que les persones pertanyen a un nou grup".

Segons *Grip* (2001) iniciació esportiva és el procés d'ensenyament/aprenentatge per l'adquisició de la capacitat d'execució pràctica i coneixements d'un esport. Aquest coneixement va des de que l'individu pren contacte amb l'esport fins que és capaç de practicar-lo.

Segons *Hernández Moreno* (1988) iniciació esportiva és el procés d'ensenyament/aprenentatge seguit per un individu per tal d'adquirir el coneixement i la capacitat d'execució d'un esport des de que entra en contacte fins que és capaç de practicar-lo amb adequació a la seva estructura funcional.

*Blázquez* (1996) considera a la iniciació esportiva com el període en que el nen comença a aprendre de forma específica la pràctica d'un o varis esports.

*Blázquez-Sanchez* (1995) iniciació esportiva és el procés que va des de que comença l'aprenentatge fins que el nen pot aplicar tot allò que ha après en una situació real de joc.

Com veiem el denominador comú en quasi totes les definicions és el temps d'aprenentatge d'una especialitat esportiva des del seu inici fins a la seva aplicació final. Potser la definició més ampla, és a dir, la menys tancada és la última, la de *Blázquez -Sanchez* que no anomena esport en la seva definició si no que parla d'aprenentatge en general.

Segons *Blázquez* (1995) les etapes de la iniciació esportiva són:

- 1.- Estructuració motriu: té caràcter general.
- 2.- Presa de contacte a través de pràctiques esportives de caràcter general.
- 3.- Desenvolupament de caràcter específic.
- 4.- Perfeccionament de caràcter específic.

Segons *Sánchez Bañuelos* (1986) les fases d'una iniciació esportiva són:

- 1.- Presentació de l'esport.
- 2.- Familiarització.
- 3.- Ensenyament dels models tècnics d'execució amb l'adquisició de fonaments de tècnica individual.
- 4.- Integració dels fonaments tècnics.
- 5.- Formació dels esquemes bàsics de decisió, la tàctica individual. Desenvolupament de l'anticipació cognitiva.
- 6.- Ensenyament esquemes tàctics.
- 7.- Desenvolupament de l'esperit d'equip.

Veiem que tan una classificació com l'altre es centren en l'aprenentatge d'un o varis esports fins arribar a la seva especialització.

A Biscaia es va implantar un programa multiesports que tenia com a objectiu iniciar al nen en varis esports amb la finalitat de que pogués escollir en acabar la primària en funció de les seves possibilitats i interessos.

Per un altre banda l'objectiu d'assoliment d'un bagatge motriu expressiu i creatiu és molt beneficiós tan en la vida diària com en la pràctica esportiva ja sigui com a manteniment, lleure o alt rendiment. Veiem que destaca l'aspecte participatiu sobre el competitiu. Veiem que una mica s'acosta a la idea del projecte en quan a que l'objectiu és preparar al nen per que quan arribi als 12 anys tingui una formació que li permeti accedir a qualsevol esport.

La diferència és que en aquest programa de Biscaia s'utilitzen diferents esports per aconseguir la finalitat última en canvi en el meu projecte, els esports reglats i reglamentats no seran més que una de les moltes eines per aconseguir l'objectiu final.

Segons *Antón* (1990) l'objectiu de l'activitat esportiva és ajudar a millorar la salut dels alumnes això implica un treball de les qualitats físiques adequades a l'edat i plantejats de forma motivant. Aquest objectiu respon a la idea del projecte, és a dir, fer un treball de base de totes les capacitats coordinatives i qualitats físiques bàsiques importants.

Si és cert que els esports també tindran la seva participació en aquest projecte, però com una eina més de treball no com a únic objectiu prenent més protagonisme en les últimes etapes que en les etapes primerenques.

Segons varis autors la iniciació esportiva ha de tenir:

- 1.- Un caràcter global amb un baix nivell tècnic.
- 2.- El joc considerat com a principal eina en forma de joc modificat.
- 3.- El joc esportiu s'ha de treballar amb la tècnica i situació específica.

En conclusió el meu model esportiu és un model educatiu on es potenciarà una formació ampla utilitzant diversitat de situacions, material, estratègies per fer d'aquest model un model variat i ampli que proporcioni al nen una formació educativa, formativa i esportiva important. S'ha de motivar sempre la participació de l'alumne fugint de

l'especialització prematura i tenint sempre present que el principal objectiu serà el d'aprendre, divertir-se i formar-se jugant, rebutjant models que comportin frustració i per tant abandonament.

## **OBJECTIUS**

Els distribuïrem en tres blocs:

- 1.- Tècnic esportiu:** Ser capaç de generar activitats engrescadores pels alumnes.
  
- 2.- Alumnes:** Rebre una base motora ampla que li permeti accedir a qualsevol disciplina esportiva en una etapa posterior.
  
- 3.- Procés:** (Ensenyament - aprenentatge). Ser capaç de crear un procés basat en ell mateix i no pas en el producte.  
El més important és la pròpia evolució de l'alumne i no pas els resultats o marques esportives.

## RAONS PER PLANTEJAR AQUEST TREBALL

La raó principal és que hi ha una tendència clara a l'especialització prematura cap a l'esport. Les sessions es limiten a l'ensenyament d'aquest esport, a les habilitats pròpies d'aquest esport. Estem una mica lluny del que és el desenvolupament d'una forma seriosa i del treball meticulós de les capacitats coordinatives. Aquesta mancança es veu més tard reflectida quan els alumnes arriben a nivells superiors on tot el tema de coordinacions, lateralitats i un mínim de condició física està molt reduïda i poc treballada.

## HIPÒTESIS QUE HA DE RESPONDRE LA RECERCA

La proposta ha de poder respondre al llarg del treball a tres qüestions que naixeran de tres objectius generals.

- 1.- Pregunta al tècnic:** És possible l'aplicació d'una metodologia activa, integradora i motivant arribant a tota la diversitat de l'alumnat?.
  
- 2.- Pregunta a l'esportista:** Si rep tota una formació motriu amplia li permetrà poder practicar en un futur qualsevol disciplina esportiva fins i tot per poder tenir la preparació per començar entrenaments d'alt rendiment?.
  
- 3.- Pregunta respecte al procés:** És positiu i recomanable que tot el procés tingui com a principal objectiu el dia a dia i no pas els resultats físics o marques esportives?.

## ANTECEDENTS DEL PROJECTE

1) Un dels autors amb la idea del meu projecte és en Seurim (1960) que deia:

- 1.- No als esforços esportius prematurs.
- 2.- No a l'especialització esportiva prematura.
- 3.- Polivalència en la preparació esportiva.

La idea és aconseguir una cultura general que ajudi a tots i permeti l'elecció d'una bona especialització.

D'altres autors que defensen aquesta postura és Le Boulch (1981) qui assegura que per mantenir l'equilibri i desenvolupament del nen és necessari una formació corporal general de base important.

2) El programa d'iniciació esportiva "Multimèdia" on diu molt clarament que l'educació motora ajudarà al desenvolupament motriu.

Les finalitats d'aquest programa son:

- 1.- Desenvolupar les capacitats que afecten a les funcions sensor - perceptives.
- 2.- Desenvolupar comportaments relacionats.
- 3.- Consoliden els esquemes motors.
- 4.- Desenvolupen les habilitats que afecten a la comunicació gestual i mímica, la dramatització i el ritme.

3) El programa de desenvolupament motriu que porten a termini a Noruega, un programa totalment unificat i amb un caire general fugint en tot moment de l'especialització i que està donant grans resultats actualment. El nom del programa és " *Sports for kids*" i més endavant faré una breu explicació del seu contingut.



**Finalitat de l'educació:** Ajudar a l'alumne perquè arribi al desenvolupament integral i òptim de la seva personalitat.

Àrees fonamentals de la personalitat:

- a.- Àrea Corporal.
- b.- Àrea Emotiva - Afectiva.
- c.- Àrea Intel·lectual.
- d.- Àrea Moral i Social.

L'educació ha d'intentar promoure al màxim totes les àrees anomenades anteriorment en relació a la condició física i psíquica de l'alumne.

A més a més ha de garantir el creixement físic, psicològic i harmònic afavorint l'aprenentatge acadèmic, millora de la socialització, enriquiment emotiu dels alumnes i adquirir habilitats lògic - operatives.

En cada etapa d'evolució del nen ha d'anar d'acord amb el desenvolupament físic.

Per exemple en la primera edat, la preescolar, les qualitats positives són: l'agilitat i la rapidesa. Es preparen les condicions motores de base sobre les quals aniran creixent les següents.

Durant els següents anys la motricitat del nen avança i madura notablement.

L'ambient lúdic és l'ideal pel desenvolupament de la motricitat ja que la reforça, donant confiança i seguretat, reforçant així l'aspecte psicològic.

Els objectius educatius d'una bona cultura motriu són:

- 1.- Que el nen assoleixi una ampla base motora a través dels esquemes motors i posturals.
- 2.- Afavorir les capacitats motores.
- 3.- Desenvolupament i consolidació de comportaments positius.
- 4.- Desenvolupar les capacitats de iniciativa i de resolució de problemes.
- 5.- Estudiar les activitats de canalització cap a l'esport.

Com hem comentat abans a l'edat de preescolar l'objectiu del treball ha de ser potenciar l'agilitat i la rapidesa per més tard en arribar a la franja de 6 a 11 anys començar amb una càrrega motora que respongui a dos principis:

1.- Principi de la polivalència.

2.- Principi de la multilateralitat.

Càrrega polivalent: Son intencions que han d'afavorir i tenir una validesa amplia, és a dir, ha d'incidir a l'àrea de la personalitat i a l'àrea motriu.

Càrrega multilateral: Entesa com l'aplicació de varis mitjans: jocs, exercicis, circuits, recorreguts mixtos, diverses...

Per això en aquestes edats és tan important tant la variació de continguts com de mitjans que comporti una bona preparació al món de l'esport.

1.- Els esquemes motors de base són: caminar, córrer, saltar, agafar, llençar, executar, rodar, reptar i enfilem-se.

2.- Les capacitats i habilitats motores són: capacitat de combinació motora, capacitat d'equilibri, capacitat d'orientació, capacitat de diferenciació espai- temps, capacitat de diferenciació dinàmica, capacitat d'anticipació i fantasia motora.

3.- Capacitats Condicionals: són les capacitats que venen determinades per factors energètics.

El treball de les capacitats motores és continu però no lineal.

Les capacitats condicionals són:

1. La velocitat o rapidesa. Pot ser de reacció, de moviments i de màxima freqüència d'acció.

2.- La força ràpida. Pot ser de capacitat de salt i de llançament.

3.- La resistència. Pot ser de llarga durada o de curta durada.

4.- La flexibilitat.

## **Els Objectius Didàctics:**

- a.- Objectius relacionats amb la coordinació: les capacitats coordinatives.
- b.- Objectius relacionats amb les capacitats condicionals.
- c.- Objectius relacionats amb la motricitat com a llenguatge No verbal.

En la primera etapa es comencen a treballar els esquemes motors de base i posturals.

En una segona etapa es treballarà el desenvolupament de les capacitats de coordinació.

En una tercera etapa es treballarà el desenvolupament de les capacitats condicionals.

## **OBJECTIUS ESPECÍFICS**

Els he dividit en tres blocs:

### **1.- Objectius del professor.**

- Identificar les característiques de la informació durant el plantejament de les tasques.
- Saber transmetre un feed - back positiu i reforçador.
- Aconseguir un clima de treball tranquil i saludable.
- Saber fer arribar els coneixements a tota varietat de l'alumnat.

## **2.- Objectius del alumne.**

- Assolir les capacitats coordinatives al llarg del projecte.
- Treballar i aconseguir un nivell acceptable de les diferents qualitats físiques bàsiques.
- Ser autònom en la presa de decisions motrius.
- Conèixer i acceptar les possibilitats del propi cos.
- Ser capaç de compartir la seva riquesa motora amb els companys.

## **3.- Objectius del Procés.**

- Estructuració correcte de la sessió.
- Distribució dels objectius de forma lògica i ordenada.
- Anàlisi dels recursos que s'utilitzen.
- Anàlisi de la distribució dels recursos.

## **OBJECTIUS PRINCIPALS DEL PROGRAMA D'EDUCACIÓ MOTRIU.**

### 1) Desenvolupament de l'esquema corporal.

- Coneixement i domini del propi cos.
- Fixació de la lateralitat.
- Control de la postura.
- Equilibri.
- Educar la respiració i la relaxació.

### 2) Desenvolupament de la coordinació motriu.

- Coordinació dinàmica general.
- Coordinació ull - mà.
- Coordinació ull - peu.

### 3) Desenvolupament de la orientació.

- Desenvolupament de la organització espacial.
- Desenvolupament de la organització temporal.
- Desenvolupament de l'estructuració espai - temps.

## CONCEPTES BÀSICS EN L'EDUCACIÓ MOTRIU.

### 1) Esquema Corporal.

L'esquema corporal és el resultat de les relacions entre l'individu, el medi i al revés. És la imatge pròpia, és a dir, la imatge que cadascun té de sí mateix.

Segons *Schilder* "la imatge del cos és la imatge del nostre propi cos, és la forma en que el nostre propi cos ens apareix".

Segons *Le Boulch* (1972) ens diu que: "l'esquema corporal pot definir-se com el coneixement immediat del nostre cos".

La mala estructuració de l'esquema corporal pot provocar problemes com:

- a) La mala estructuració espai - temps.
- b) Mala coordinació.
- c) Problemes en relació amb els altres.
- d) Manca de seguretat.

L'esquema corporal és la forma de relacionar-se amb el medi a través de les pròpies possibilitats.

### 2) La lateralitat.

La lateralitat consisteix en saber quina és la part dominant del cós, si la part dreta o l'esquerra tenint com a referència l'eix corporal com a eix de simetria que és.

Segons l'estudi de Berges, Harrison i Stamback es diferencien dos tipus de lateralitat:

- a) Lateralitat d'utilització.
- b) Lateralitat espontània pròpia dels gestos espontanis.

### 3) La coordinació.

És la habilitat d'un grup muscular o varis grups musculars per realitzar un gest determinat.

La coordinació estarà lligada a: un bon desenvolupament de l'esquema corporal, al coneixement del propi cos i al control del propi cos.

Hi ha dos tipus de coordinació:

- a) La global. És la coordinació dinàmica - general: caminar, córrer, saltar...
- b) L'específica o segmentaria. És l'ull - mà i l'ull- peu.

### 4) L'equilibri.

És la capacitat de suportar qualsevol posició del cos en contra de la llei de la gravetat.

### 5) Percepció espacial.

Sempre és té que prendre com a referència el cos. El cos entès com a receptor de la informació que arriba de l'exterior.

El cos disposa de uns receptors sensorials: El sistema visual, el sistema auditiu, el sistema tàctil i *kinestèsic*.

### 6) Percepció temporal.

Per assolir un bon nivell de percepció temporal es necessita un bon sistema auditiu, visual i tàctil.

## **DESENVOLUPAMENT DE L'ESQUEMA CORPORAL.**

De 2 a 5 anys. Va avançant la percepció del propi cos, la relació amb l'adult és molt important pel desenvolupament amb el món exterior.

De 5 a 7 anys:

- Desenvolupament del control postural i respiratori.
- Coneixement de la dreta i l'esquerra.
- Apareix la fixació de la lateralitat.
- Independència segmentària.
- La presència contínua del professor és molt important pel seu desenvolupament.

De 7 a 12 anys: - Les possibilitats de relaxació global i segmentari augmenten.  
- Independència de braços i cames respecte al tronc.  
- Independència de la dreta respecte a l'esquerra.

## **DESENVOLUPAMENT EVOLUTIU DE LA LATERALITAT.**

De 2 a 5 anys, el nen utilitza les dues parts del cos d'una manera bastant diferenciada.

De 5 a 7 anys es comença a produir una afirmació bastant seria de la lateralitat.

De 7 a 12 anys es produeix una independència de la dreta respecte de l'esquerra.

## **DESENVOLUPAMENT DE L'ORIENTACIÓ ESPACIAL.**

De 3 a 7 anys es comença poc a poc a reconèixer diferents figures geomètriques com són: el quadrat, triangle i finalment un rombe.

Entre 8 i 9 anys podrà traslladar el concepte de dreta i esquerra sobre un altre.

Entre els 10 i 12 anys es comencen a respectar dimensions i proporcions.



## **DESENVOLUPAMENT DE L'ORIENTACIÓ TEMPORAL.**

Als 4 anys el nen pot reconèixer un dia de la setmana.

Als 5 anys pot reconèixer el moment del dia, matí o tarda.

Als 6 anys pot indicar el dia de la setmana.

Als 7 anys pot indicar el dia del mes.

Als 8 anys pot indicar l'any.

Entre els 9 i 12 anys pot calcular més o menys l'hora.

## **DESENVOLUPAMENT DE LA COORDINACIÓ MOTRIU.**

De 4 a 5 anys el nen pot controlar el començament dels moviments, les aturades i els canvis de direcció. Comença a saltar i agafar una certa habilitat.

Cap els 6 anys comença a poder trepar en les espatlleres.

A partir dels 6 anys ja aconsegueix un domini de l'equilibri estàtic i utilitza amb un cert domini la carrera en el joc.

A partir dels 9 anys ja és capaç de relaxar voluntàriament un grup muscular.

Es pot dir que a partir dels 6 anys el nen pot arribar a tenir una bona coordinació motriu.

## **DESENVOLUPAMENT DE LA COORDINACIÓ ULL- MÀ.**

Als 2 anys un nen pot agafar un objecte sense moviment.

Als 3 anys degut a la seva rigidesa en els braços no pot agafar encara una pilota en moviment.

Als 4 anys pot botar una pilota entre dues i tres vegades i ja pot començar a agafar una pilota que se li llenci amb molta precisió i poca velocitat.

Als 5 anys intenta agafar una pilota de petites dimensions amb una mà.

Als 6 i 7 anys el nen ja pot començar a botar la bola amb una mà amb certa precisió. El nen ja és capaç de rebre una pilota que ve d'un llançament a una distància de dos metres.

A partir dels 7 i 8 anys pot botar la bola en moviment i pot passar-la en moviment però encara li mancarà seguretat.

## **DESENVOLUPAMENT DE LA COORDINACIÓ ULL- PEU.**

A partir dels 2 anys el nen és capaç de fer moviment amb la cama per agafar impuls i donar certa velocitat a la pilota.

En conclusió l'educació psicomotriu implica una interiorització, és a dir, una presa de consciència.

## **IDEES GENERALS DE L'ESCOLA D'EDUCACIÓ MOTRIU.**

- 1) L'assoliment de la màxima base motora per part del nen.
- 2) Com més vivències li puguem oferir al nen, més riquesa aconseguirà a nivell motriu.
- 3) L'aprenentatge d'aquesta base motora sempre ha d'estar d'acord amb l'evolució del nen.
- 4) Practicar tots els rols esportius que formen l'esport individual i col·lectiu.
- 5) La metodologia ha de ser la més oberta possible, incentivant la presa de decisions, el descobriment de les tècniques, la participació activa en cadascuna de les activitats, ....
- 6) S'ha de cultivar el respecte i la tolerància des d'edats primerenques.
- 7) És important l'ús del màxim nombre de mitjans possibles per fer més enriquidor aquest aprenentatge.
- 8) No oblidem mai que és molt important el joc i l'activitat lúdica, ja que tan una com l'altra ajudaran a la integració de tots els participants sense permetre la exclusió de cap nen.
- 9) Assolir un desenvolupament orgànic -funcional harmònic.
- 10) Aconseguir un equilibri psicofísic.
- 11) Iniciar-se en els coneixements dels esports reglats.
- 12) Ajudar a una integració social completa.
- 13) Integrar els hàbits de l'esport com una part important en la vida del nen al llarg de tota la seva vida.
- 14) Educar al nen a ser responsable, així doncs, valors com: puntualitat, respecte envers al professor, companys, adversaris, material, prestar atenció a les explicacions del professor i mantenir una bona higiene personal són hàbits imprescindibles.

- 15) Acceptació personal: superar-se a sí mateix, tenir il·lusió per millorar a nivell motriu, assolir una autonomia, acceptar les pròpies limitacions, mantenir la il·lusió davant de l'aprenentatge, capacitat per vèncer les dificultats trobades pel camí, voluntat per suportar els esforços que apareixien durant l'aprenentatge.
- 16) Tolerància: als àrbitres, a les normes, no pronunciar insults.
- 17) Educar al nen per la competició: donar molt de valor al factor humà, acceptació de la derrota i de la victòria.
- 18) Aprendre a gaudir de l'activitat: valorar l'aportació de l'activitat física en el desenvolupament del nen, gaudir del joc net, és a dir, jugar sense accions que perjudiquin al nostre adversaris, aprendre a gaudir dels nostres companys i adversaris de joc, ja que en definitiva són ells els que ens fan gaudir de l'activitat física.

Les activitats han de respondre a les següents característiques:

- a) Les activitats han d'estar adaptades als grups edats.
- b) Anar en compte en la distribució de les càrregues, fer-ho de forma gradual.
- c) Les activitats han de satisfer als alumnes.
- d) Varietat en els mitjans per ajudar a mantenir la il·lusió en tot moment.

Tal com hem anomenat abans, un bon punt de referència en aquest tipus de treball el tenim a Noruega on hi apliquen un programa d'iniciació unificat a tot el país pel desenvolupament motriu del nens. A continuació us exposem els trets generals d'aquest programa.

## PROGRAMA “SPORTS FOR KIDS” (Noruega).

L'OBJECTIU DEL PROGRAMA ESPORTS PER A NENS (*Sports for kids*) és el de crear un ambient segur i acollidor on els nens tinguin unes possibilitats òptimes pel seu desenvolupament físic, psicològic i social.

La raó d'aquest programa neix a que avui en dia el joc lliure dels nens és substituït molt més que temps enrere per activitats organitzades i controlades pels adults, fora de casa i fora de l'entorn familiar. En canvi, en èpoques anteriors els nens sortien de l'escola i feien vida al carrer amb els amics i en aquest entorn apareixia la pràctica esportiva espontània on més d'un cop eren els propis nens qui posaven les regles del joc.

Aquest programa va des de la guarderia fins als nens d'institut ja que disposen de menys temps que abans.

Característiques del programa:

- 1) Cultivar l'interès per l'activitat esportiva.
- 2) Donar als nens totes les possibilitats per conèixer la diversitat d'esports i activitats físiques que existeixen en el seu entorn.
- 3) Coordinar tota l'oferta local d'activitats esportives que hi ha en l'entorn.
- 4) Disminuir el nombre de nens sedentaris, l'obesitat i retardar l'especialització esportiva.

**Model (Noruec) adaptat al desenvolupament dels nens**

<b>Grup d'edat</b>	<b>Dia 1</b>	<b>Dia 2</b>	<b>Dia 3</b>
<b>11/12 anys</b>	Educació física bàsica	Introducció als esports Entrenaments	Entrenament a la competició
<b>8/10 anys</b>	Educació física bàsica. Un 25%, 50% en forma jugada	Introducció als esports Entrenaments	
<b>6/7 anys</b>	Activitats adaptades		

**Fins als 8 anys.** Intentar arribar a les necessitats dels nens a través d'una estimulació a nivell físic. Poder aconseguir l'automatització de les habilitats físiques fonamentals.

El contingut principal del programa per als nens més joves hauria de ser l'oferta d'activitats que els estimuli en relació als seus moviments físics bàsics naturals.

La tasca primordial d'un entrenador serà la de planificar i preparar una activitat engrescadora amb reptes assolibles i creant un bon ambient d'ensenyament/aprenentatge.

L'entrenador és més aviat un bon organitzador i un *coach* / mentor més que un instructor.

**Més de 8 anys.** Preparació per l'aprenentatge dels esports, les seves tècniques bàsiques. És a dir, es farà un treball coordinatiu de tipus general i un altre específic usant les habilitats dels esports que es treballen.

L'objectiu final és donar entrenaments als nens per a que puguin escollir més endavant entre entrenaments de rendiment i els entrenaments per divertir-se.

Els nens poden escollir una sèrie de pràctiques amb les seves progressions individualitzades.

### **Característiques d'un bon programa.**

- a) Gaudir del plaer del desenvolupament i domini de les activitats pròpies de l'entorn.
- b) Creació d'un ambient esportiu on destaquï el desenvolupament i domini de les diferents tècniques.
- c) Els nens volen jugar lliurement i de forma espontània en ambients diferents de moviment per desenvolupar creativitat i adquirir una experiència universal en totes les àrees de moviment.
- d) Els nens rebran una introducció i entrenament/educació en diferents esports per desenvolupar una consciència del cos.
- e) Les activitats a l'aire lliure tindran un paper primordial.

### **Punts a tenir en compte per la planificació.**

- a) Tots els clubs tenen un representant d'aquest programa dins de la junta de club.
- b) En la planificació de les activitats del programa hi haurien de cooperar i participar en l'oferta de l'entorn.
- c) Tots els nens haurien de tenir en compte una possibilitat real per a participar en varis esports.
- d) S'ha de dedicar més temps a entrenaments que a competicions. La relació hauria de ser 2 a 1.
- e) Dins de tot el treball d'esports s'hauria de guardar un espai per a activitats socials, destacant la solidaritat i l'amistat.

### **Models d'organització recomanats.**

- a) Clubs multi - esports. Organitzat com a escola de diferents esports. Si s'aposta per aquest model es poden escollir activitats o esports que es practiquin en diferents èpoques de l'any. El nombre d'esports que un nen hauria de practicar ha de ser limitat.
- b) Clubs d'esport "multi - codi". Els nens han de trobar una oferta on varis esports específics cooperin en un programa.
- c) Clubs d'esports específics. És l'entrenament específic d'un esport concret amb un programa totalment individual. Pot estar en cooperació amb un club multidisciplinari o dins d'un programa de dos o tres esports específics.

## **Avaluació del programa.**

The Norwegian State College of Physical Education and Sport acaba de lliurar un informe d'avaluació en relació a aquest programa. Tal com indica el Ministeri de Cultura del país s'han de lliurar sis informes.

Segons el màxim responsable del projecte, el professor Yngvar Ommundsen, les conclusions dels informes són les següents:

- a) "Sports for kids" ha assolit després d'un llarg període de treball una forta base en l'organització de les activitats d'esport base en nens dins del país.
- b) El programa representa una nova forma de veure l'esport.
- c) La satisfacció del programa és molt alta, tant en nens com en pares.
- d) És un programa deslligat de les formes tradicionals de treball.
- e) El programa té objectius totalment diferents al mètode tradicional.
- f) El programa es veu com un complement amb un potencial grandíols de millora.

Les opinions dels nens i dels pares és molt satisfactòria envers el programa, algunes opinions són:

- a) Experimenta una sensació de superar nous reptes.
- b) Gaudeixen de l'èxit en molts exercicis i noves activitats.



Quins són els reptes més grans a assolir en un futur proper?:

- a) Retardar l'especialització.
- b) Equilibrar l'interès cada cop més gran des de les marques comercials en el mercat de l'esport.
- c) Intentar la participació de les federacions dels esports en el programa.

Respostes:

- a) S'ha d'intentar estimular als alumnes en la pràctica de formes jugades.
- b) S'ha de desenvolupar la pràctica esportiva a través de la cultura dels valors sota un ambient positiu de treball i de caràcter col·lectiu.
- c) És positiva la participació dels pares i germans en activitats puntuals per afavorir la integració familiar en el projecte esportiu del nen.
- d) Tots els nens haurien de tenir l'oferta d'una organització dels clubs d'un determinat entorn, adaptant-se a les condicions locals i sense competicions especials dels esports més enllà d'allò que és natural entre els nens i les sessions d'entrenament.
- e) A partir dels 8 anys tots els nens tenen el dret a rebre una oferta variada de diferents esports.
- f) Els organitzadors han de tenir una bona cultura esportiva en varis esports, saber gaudir i fer gaudir de l'activitat física als nens i saber incloure reptes assolibles.
- g) Avaluar el desenvolupament dels nens en coordinació amb les federacions dels esports compromesos en el programes.
- g) Intentar que cada cop hi hagi més persones compromeses en el programa.

La prioritat del programa és per a nens de 6 a 12 anys i per a joves de 13 a 19 anys. El programa rep gran quantitat de diners de diverses associacions amb el recolzament d'una prèvia base motriu garantida.

La idea principal és començar a practicar molts esports en les primeres edats.

La especialització precoç comporta una interrupció o suspensió en l'edat jove.

L'objectiu del programa és estimular el desenvolupament físic, psicològic i social dels nens i aconseguir l'entrada a un ventall ampli d'activitats esportives.

El grups per edats son:

- a) De 5 a 7 anys basat en activitats de joc de tot tipus.
- b) De 8 a 10 anys aprenent una sèrie d'esports i activitats esportives.
- c) De 10 a 12 anys es comença a fer un entrenament més especialitzat en un o més esports.

Principals directrius:

- 1) Als 6 anys poden participar en competicions locals.
- 2) A partir dels 11 anys poden participar en adveniments esportius.
- 3) Fins als 13 anys no poden participar en campionats nacionals ni internacionals.

Anem a anomenar els **drets dels nens**:

- 1) Seguretat. El nen té el dret a tenir un ambient d'entrenament segur, sense cap pressió.
- 2) Amistat i benestar. Desenvolupar solidaritat, amistat i ambient de benestar.
- 3) Les pràctiques s'han d'adaptar a l'edat i al estat físic.
- 4) Aprendre tècniques esportives diferents.
- 5) Els nens haurien de participar en la programació de les activitats.
- 6) Escollir el propi esport.
- 7) Els nens tenen el dret d'escollir si volen competir o no.

La recomanació oficial dels representants de la Salut (2008) diuen que els nens escolars necessiten al menys 60 minuts al dia d'activitat física.

**Taula orientativa d'en quina edat és bo començar a competir i especialitzar-se en una sèrie d'esports.**

<b>ESPORTS</b>	<b>COMENÇAMENT</b>	<b>COMPETIR</b>	<b>ESPECIALITZACIÓ</b>
Natació	6/7	10/11	10/11
Gimnàstica esportiva	7/8	11/12	12/13
Tennis taula	7/8	10/11	10/11
Patinatge artístic	7/8	11/12	11/12
Futbol	9/10	12/13	14/15
Basquet	9/10	11/13	14/15
Rugby	10/11	13/14	15/16
Voleibol	9/10	12/13	14/15
Hoquei gespa	9/10	12/13	14/15
Handbol	9/10	11/13	14/15
Lluita	9/10	13/14	14/15
Waterpolo	9/10	13/14	14/15
Tennis	9/10	14/15	14/15
Ciclisme pista	12/13	14/15	14/15
Rem	10/12	13/14	14/16
Atletisme velocitat	9/10	12/13	14/15
Esforç anaeròbic	15/16	12/13	14/15
Esforç aeròbic	9/10	12/13	13/15
Salts	9/10	12/13	13/15
Llançaments	9/10	14	15/18



## **RESUM DEL TREBALL**

L'interès d'aquest tema va néixer al veure en el meu club com nens d'edats molt primerenques s'apuntaven a un dels esports que el Club ofereix i observava com el treball que es realitzava era un treball molt específic i dirigit a l'esport escollit.

Crec que la formació motriu és molt més ampla que només la pràctica d'una disciplina esportiva. Aprendre alguna cosa tan reduïda com només un esport no aporta cap riquesa motriu, en canvi si aconseguim una formació adient del esquema corporal, això comportarà al nen la possibilitat en una fase posterior d'incorporar-se a qualsevol disciplina esportiva amb la possibilitat d'adquirir un bon nivell, ja que tant les coordinacions, capacitats i qualitats físiques estaran degudament treballades i assolides.

A més a més si tenim un nen amb possibilitats per intentar integrar-se en un nivell de competició federat o fins i tot en alt rendiment serà possible si la base motriu rebuda en etapes d'iniciació ha estat **completa, amplia i estructurada**.

El treball ha tingut tres accions importants:

**A.- Una observació del treball en diferents Clubs de la nostra ciutat.**

**B.- Una aproximació a les diferents ESCOLES d'educació infantil i primària de la ciutat de Tarragona:**

Per esbrinar quin nivell de capacitats coordinatives i condicionals tenen els nostres escolars de la ciutat entre 6 anys i 12 anys, he passat una enquesta dirigida als nens de cinquè i sisè de Primària, per saber quin és el temps que dediquen a l'activitat física, també les activitats físiques escollides, a més a més d'altres dades.

I, un altra enquesta dirigida als pares dels nens de primer a quart curs, per conèixer una mica les inquietuds dels pares respecte a la formació motriu dels seus fills.

Les ESCOLES que han col·laborat són:

- ESCOLA Pax.
- ESCOLA Pau Delclós.
- ESCOLA Saavedra.
- ESCOLA El Miracle.

A partir de totes les dades extretes podem començar a argumentar la necessitat d'una escola motriu.

### **C.- Creació de la Primera Escola d'Educació Motriu.**

Per a la creació d'una escola d'aquestes característiques necessitem d'un espai físic on hi puguem impartir la pràctica de diferents disciplines esportives. Així doncs, els dos espais esportius d'aquestes característiques que disposem a la nostra ciutat són: **El Club Gimnàstic i/o el Patronat d'Esports.**

Les etapes de formació serien les següents:

- a.- De 4 a 5 anys (nivell 1).
- b.- De 6 a 8 anys (nivell 2).
- c.- De 9 a 10 anys (nivell 3).
- d.- De 11 a 12 anys (nivell 4).

**a.-** Treball de descobriment del propi cos, de sentir les possibilitats de moviment. Ha de ser una formació de caràcter global donant molta importància al treball amb els companys.

**b.-** Continuarem el treball de les qualitats motrius, el treball d'autonomia en la presa de decisions i de relació amb els companys. L'objectiu és anar creant una bona base motora i treballar pel seu desenvolupament al igual que per la part psíquica.

**c.-** Seguirem amb el treball de les capacitats coordinatives i qualitats motrius. L'eina més utilitzada serà el Joc i a ser possible ha de ser reduït per estimular i motivar la màxima participació dels nens. Introduïrem la pràctica de diverses disciplines esportives.

**d.-** Començarem amb un treball més rigorós introduint les capacitats condicionals, donant per suposat la consolidació del treball de les qualitats motriu. Seguirem amb la practica de varis esports.

Una possible programació en el **Patronat d'Esports** podria respondre a:

1<sup>a</sup> Etapa: Treball esquema corporal.

2<sup>a</sup> Etapa: Treball de qualitats motrius.

3<sup>a</sup> Etapa: Treball de consolidació de les qualitats motrius.  
Treball de desenvolupament de les capacitats condicionals.  
Iniciació a esports com: atletisme, bàsquet, bàdminton, futbol sala, tennis - taula, rugby, natació i waterpolo dividits al llarg dels tres trimestres.

4<sup>a</sup> Etapa: Treball específic de les capacitats condicionals.  
Pràctica dels mateixos esports que en l'apartat anterior, introduint estratègies i tàctiques.

**En el Club Gimnàstic** seria el mateix però canviaríem els esports. Podrien ser: futbol, futbol-sala, bàsquet, tennis, tennis-taula, vòlei, bàdminton, gimnàstica rítmica, artística i natació.



## **CALENDARI DE TREBALL**

### **Setembre, Octubre i Novembre.**

- 1.- Passar un test d'esquemes motors als nens de 4 a 6 anys.
- 2.- Passar un test d'habilitats motrius bàsiques des de primer de primària fins a sisè de primària.
- 3.- Passar la bateria EUROFIT a cinquè i sisè de primària.

Aquesta acció es faria a les escoles esmentades anteriorment.

També durant aquests mesos passaríem les enquestes als diferents escolars.

### **D'Octubre a Febrer**

Fer les observacions sistemàtiques als Clubs de la ciutat.

### **Març i Abril**

Recull de totes les dades i introduir-les en un programa informàtic d'anàlisi de dades per treure les conclusions.

### **Maig i Juny**

Elaboració del projecte real en vistes al curs 2010/2011.

Degut a l'aspecte climàtic (pluges) d'aquest curs 2009/2010 el calendari s'ha vist totalment afectat, així, pràcticament fins el mes de maig hem estat passant proves als escolars.

## Paradigmes d'investigació.

El mètode és el camí per aconseguir els objectius de la investigació.

Les tècniques segons Rincón (1995) són els instruments, estratègies i anàlisis per la recollida d'informació.

Hi han dues metodologies, la anomenada quantitativa sota un paradigma positivista i la qualitativa sota un paradigma interpretatiu.

Cadascuna d'aquestes dues metodologies té uns mètodes o tipus d'investigació amb una varietat de tècniques particulars que permeten el desenvolupament de la investigació.

**METODOLOGIA QUANTITATIVA:** mètode experimental i les tècniques són: els qüestionaris, escales de medició, l'observació sistemàtica, els fets, les proves objectives... . Aquestes tècniques tenen l'objectiu de definir fenòmens en mides estandarditzades per ser posteriorment analitzats a través d'algun programa estadístic.

**METODOLOGIA QUALITATIVA:** mètode d'estudi de casos, mètode etnogràfic i les tècniques són: entrevistes, diari de camp, etc. Aquesta metodologia destaca el significat que les persones donen individualment a la seva pròpia realitat per donar-li un sentit, així, s'aconsegueix una gran riquesa interpretativa dels fenòmens.

**Mètode etnogràfic:** És el mètode d'investigació a través del qual s'aprèn la forma de vida d'una unitat social concreta. L'objectiu final és fer una fotografia del procés estudiat.

A diferència de la quantitativa, la qualitativa fa referència a un tipus d'investigació social i en ella l'investigador és el principal instrument de recollida de dades en contacte sempre en l'objecte d'estudi.

Un gran instrument de la qualitativa és l'entrevista que permet descriure en detall i interpretar les situacions observades.

*Sandin* (2003) defineix a la investigació qualitativa com "l'activitat sistemàtica orientada a la comprensió molt detallada de fenòmens educatius i socials".

Segueix l'autor dient que, la investigació qualitativa observa el context de forma natural i estudiant v ries perspectives que permeten veure la realitat sota diferents dimensions.

Massot (2001) remarca la importància d'analitzar a les persones que formen la realitat com a participants actius de la investigació.

Els mètodes qualitativs busquen l'estudi de la vida quotidiana. Els investigadors participen de la investigació i són el principal instrument de mesura.

Molts cops s'utilitza la "triangulació" com a estratègia per la recollida i anàlisi d'informació i, aix , aconseguir dades de la realitat estudiada sota diferents perspectives.

Per recollir les dades per l'elaboració del meu treball utilitzarem:

- a.- L'entrevista a pares i alumnes.
- b.- L'observació sistemàtica de la realitat a observar en els diferents clubs i CEIPS a través de fulls d'observació.
- c.- Bateria Eurofit, com a test quantitatiu.

El conjunt d'aquestes tècniques han intentat fer una reconstrucció de la realitat a estudiar.

La investigació qualitativa reflecteix, descriu i interpreta la realitat educativa amb la finalitat d'arribar a la comprensió i transformació de la realitat, aix  suposa que l'investigador ha de conviure, aproximar-se i relacionar-se amb les persones. Aquesta investigació és capaç d'adaptar-se i evoluciona a mesura que avancem en els coneixements de la realitat.

Els mètodes qualitativs es limiten a descriure fets i són molt efectius per l'estudi de les persones.

La investigació qualitativa vol comprendre completament la realitat que li interessa, per aix  busca la màxima proximitat a la situació i el contacte directe amb els participants per captar la perspectiva personal i compartint les seves experiències i les seves actituds.

Els conjunts d'instruments de recollida de dades podem dividir-los en:

- a.- Tècniques directes: s'obté la informació de primera mà com: els diaris de camp, els fulls d'observació, les entrevistes .....
- b.- Tècniques indirectes: és el conjunt de lectures, des de l'evolució històrica fins el seu desenvolupament.

En aquest treball hi hauran dues entrevistes, una dirigida als pares i un altre dirigida a tots els alumnes de quart i cinquè de primària.

L'entrevista és una tècnica per aconseguir informació directament dels protagonistes. El tipus d'entrevista que aplicarem als alumnes serà de preguntes obertes on donin possibilitats a respostes múltiples.

El moment en que passarem les entrevistes serà al començament, on el principal objectiu serà tenir una primera impressió i visualització de la realitat.

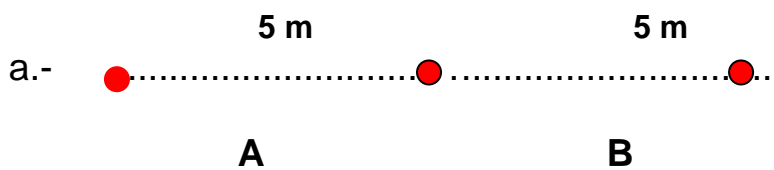
Per últim, també utilitzarem el full d'observació on hi reflectirem tot allò que passarà durant la sessió.

Crec que el conjunt d'aquests instruments ens ajudaran a conèixer la realitat a estudiar.

## DIFERENTS TESTS I BUIDAT DE DADES.

### TEST D'ESQUEMES MOTORS DE BASE.

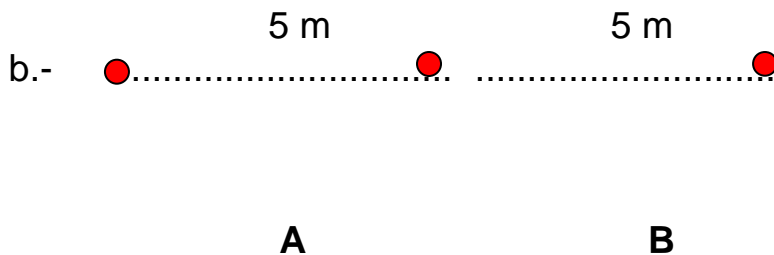
#### 1.- CAMINAR.



A- Caminar amb cames rectes.

B- Caminar amb cames flexionades.

Puntuació: **Fluix**      **Millorable**      **Bé**      **Molt bé**



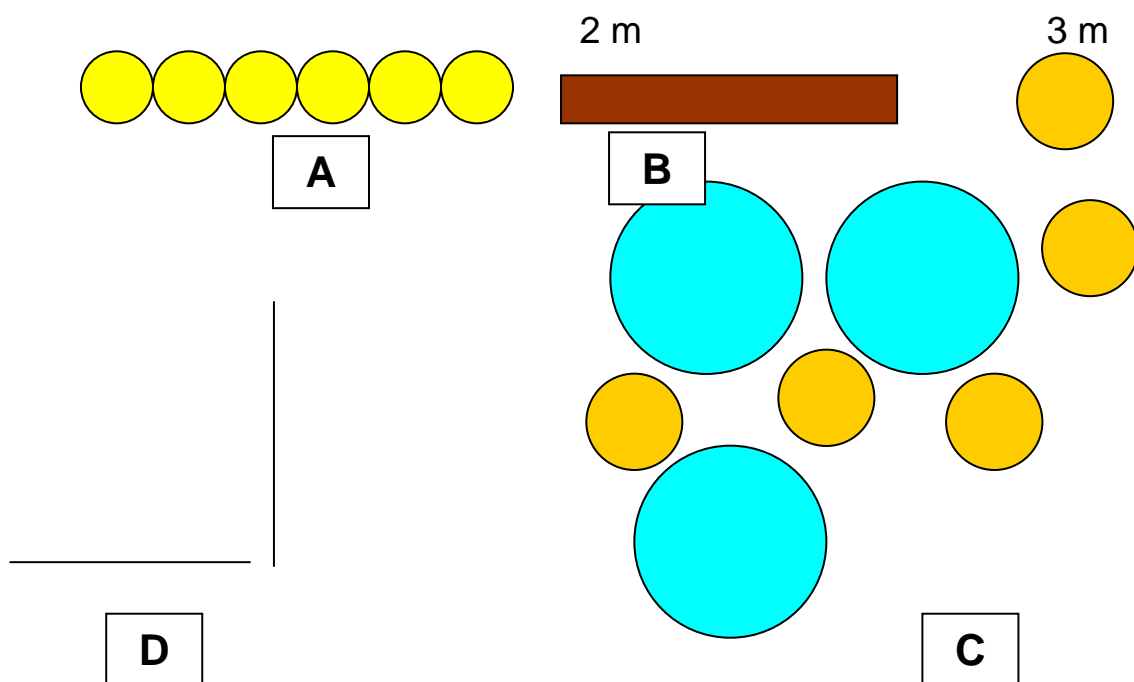
A- Caminar amb passes llargues.

B- Caminar amb passes molt curtes.

Puntuació: **Fluix**      **Millorable**      **Bé**      **Molt bé**

## 2.- CÓRRER.

En un espai posar varis objectes al terra i el nen ha de saltar per damunt.

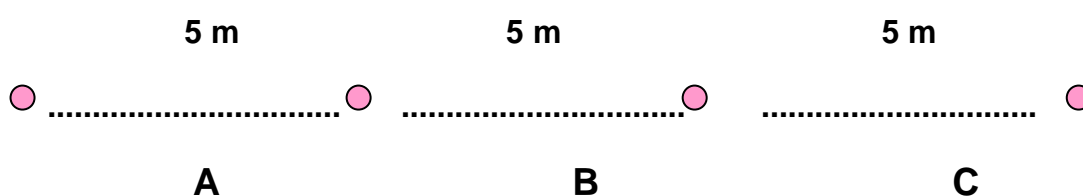


- A.- Salts a cama coixa per damunt dels cercols.
- B.- Córrer per damunt del banc.
- C.- Saltar per dins dels cercols, l'últim cercol està més separat.
- D.- A 1,5 metres estaran situades les piques. 4 salts d'un costat a l'altre sense tocar-les.
- E.- Córrer molt ràpid una distància de 3 metres fins arribar al con final.

**Puntuació:** Es controlarà el temps i el nombre d'errors.

0 errors: molt bé, 1 error: bé, 2 errors: cal millorar i 3 o més errors: flux.

### 3.- SALTAR.



- A- Salts a peus junts.
- B- Salts amb la cama dreta.
- C- Salts amb la cama esquerra.

Puntuació: **Fluix**      **Millorable**      **Bé**      **Molt bé**

Per començar farem el recull de dades obtingudes en els escolars de primer i segon de primària. Els alumnes amb **color rosa són noies** i els de **color blau són nois**.

P.Delclós 2n A	camA	camB	corrertps	correrer r	correrqu al	saltaerr	saltaqual	Observacions
1	Cm	Bé	13''	1	Bé	1	Bé	
2	Cm	Bé	14''04	0	Mbé	2	Cm	
3	Cm	Bé	14''07	3	FI	1	Bé	
4	FI	Cm	12''29	1	Bé	2	Cm	
5	FI	Cm	12''48	2	Cm	2	Cm	
6	Cm	Bé	17''09	4	FI	2	Cm	
7	Cm	Cm	13''50	2	Cm	2	Cm	
8	Bé	Cm	12''35	3	FI	1	Bé	
9	Cm	Bé	16''32	3	FI	2	Cm	
10	Bé	Cm	15''06	2	Cm	1	Bé	
11	Cm	Cm	18''04	3	FI	1	Bé	
12	Cm	Bé	12''52	1	Bé	1	Bé	
13	Bé	Mbé	14''25	2	Cm	1	Bé	
14	Bé	Mbé	14''37	2	Cm	0	Mbé	
15	Bé	Bé	13''27	1	Bé	1	Bé	
16	Cm	Cm	14''09	3	FI	1	FI	
17	Bé	Cm	15''45	2	Cm	1	Bé	
18	FI	Cm	16''36	3	FI	1	Bé	
19	Cm	Bé	15''54	2	Cm	2	Cm	
20	Cm	Cm	13''63	3	FI	2	Cm	
21	Bé	Bé	12''31	0	Mbé	0	Mbé	
22	Bé	Bé	14''19	0	Mbé	0	Mbé	
23	Bé	Bé	14''07	1	Bé	0	Mbé	
24	Cm	Bé	15''51	2	Cm	1	Bé	
25	Cm	FI	15''08	2	Cm	1	Bé	
26	Bé	Cm	13''57	1	Bé	2	Cm	



P.Delclós 1r	camA	camB	corrertps	correrer r	correrrqu al	saltaerr	saltaqual	Observacions
1	Bé	Bé	16''06	0	Mb	2	Cm	
2	Bé	Bé	18''94	3	FI	3	FI	
3	Mbé	Bé	14''75	1	B	3	FI	
4	Mbé	Bé	13''31	2	Cm	3	FI	
5	Cm	Bé	18''35	2	Cm	1	Bé	
6	Cm	Bé	14''19	2	Cm	1	Bé	
7	Cm	Bé	23''	3	FI	3	FI	
8	Bé	Bé	14''53	1	Bé	3	FI	
9	Bé	Bé	20''53	4	FI	1	Bé	
10	Cm	Cm	19''44	3	FI	1	Bé	
11	Cm	Cm	17''39	2	Cm	2	Cm	
12	Bé	Bé	17''18	4	FI	1	Bé	
13	Bé	Bé	19''	3	FI	1	Bé	
14	Bé	Mbé	16''19	1	Bé	1	Bé	
15	Bé	Bé	15''93	1	Bé	1	Bé	
16	Bé	Bé	15''47	3	FI	1	Bé	
17	Bé	Bé	24''	1	Bé	3	FI	
18	Bé	Bé	17''75	1	Bé	1	Bé	
19	Bé	Bé	19''85	2	Cm	2	Cm	
20	Bé	Cm	17''13	1	Bé	2	Cm	
21	Mbé	Cm	24''78	3	FI	1	Bé	
22	Cm	Cm	17''30	2	Cm	3	FI	
23	cm	Bé	18''14	2	Cm	1	Bé	
24	Bé	Bé	21''40	3	FI	1	Bé	
25	MBé	Cm	18''	2	Cm	3	FI	
26								
27								

Saavedra 2n	camA	camB	corrertps	correrer r	correrrqu al	saltaerr	saltaqual	Observacions
1	Bé	Bé	18''35	0	Mbé	1	Bé	
2	Bé	FI	16''15	0	Mbé	1	Bé	
3	Bé	Bé	15''23	2	Cm	1	Bé	
4	Bé	Bé	16''15	2	Cm	1	Bé	
5	Bé	Bé	16''09	5	FI	2	Cm	
6	Bé	FI	15''32	2	Cm	2	Cm	
7	Cm	FI	15''65	7	FI	3	FI	
8	Bé	FI	20''83	1	Bé	1	Bé	
9	Bé	FI	13''74	3	FI	2	Cm	
10	Cm	FI	12''47	3	FI	2	Cm	
11	Cm	Bé	22''78	5	FI	1	Bé	
12	Cm	FI	14''45	2	Cm	1	Bé	
13	Cm	Bé	18''92	3	FI	2	Cm	
14	Bé	Bé	18''93	5	FI	2	Cm	
15	Bé	FI	20''83	5	FI	2	Cm	
16								
17	Mbé	Mbé	18''31	1	Bé	0	Mbé	
18	Mbé	Mbé	13''25	1	Be	0	Mbé	
19	Mbé	Bé	12''82	0	Mbé	0	Mbé	
20	Bé	FI	15''37	2	Cm	1	Bé	
21	Bé	FI	16''39	3	FI	2	Cm	
22	Bé	FI	19''05	3	FI	2	Cm	
23	Mbé	FI	16''63	2	Cm	2	Cm	
24								
25								
26								
27								

PAX 1r A	camA	camB	corrertps	correrer	correrrqu	saltaerr	saltaqual	Observacions
1	MBé	Bé	17''99	3	FI	1	Bé	
2	Bé	Bé	15''54	3	FI	1	Bé	Dansa, fora, 2h.
3	Bé	Bé	19''53	4	FI	0	MBé	Natació fora 1h
4	Bé	MBé	16''54	3	FI	1	Bé	
5	Bé	MBé	16''93	3	FI	2	Cm	Dansa fora 3h
6	Bé	Bé	16''96	2	Cm	1	Bé	
7	Bé	Cm	19''91	3	FI	2	Cm	
8	Bé	MBé	17''37	2	Cm	1	Bé	Natació fora 2h
9	Bé	MBé	20''58	3	FI	1	Bé	Dansa fora 3h
10	Bé	Cm	14''34	0	MBé	0	MBé	
11	MBé	MBé	15''52	3	FI	1	Bé	Futbol fora 3h
12	MBé	Cm	11''21	2	Cm	2	Cm	Futbol dins 1h
13	Mbé	Bé	10''51	3	FI	2	Cm	Futbol dins 2h
14	Bé	Bé	13''93	3	FI	2	Cm	Futbol dins 2h
15	Bé	Bé	16''35	3	FI	1	Bé	Basquet fora 2h
16	Cm	Bé	16''17	2	Cm	0	MBé	Judo fora 8h
17	Cm	Bé	13''57	1	Bé	4	FI	Judo fora 4h
18	Cm	Cm	17''80	1	Bé	1	Bé	
19	Cm	FI	16''33	0	MBé	3	FI	
20	Bé	FI	15''39	0	MBé	0	MBé	
21	Cm	FI	15''10	2	Cm	2	Cm	Basquet dins 2h
22	Bé	Cm	14''23	2	Cm	1	Bé	
23	Cm	Bé	16''03	3	FI	3	FI	
24	Bé	Bé	15''23	3	FI	2	Cm	
25	Cm	Bé	12''13	4	FI	4	FI	
26	Bé	Bé	15''04	0	MBé	1	Bé	Futbol dins 2h
27								

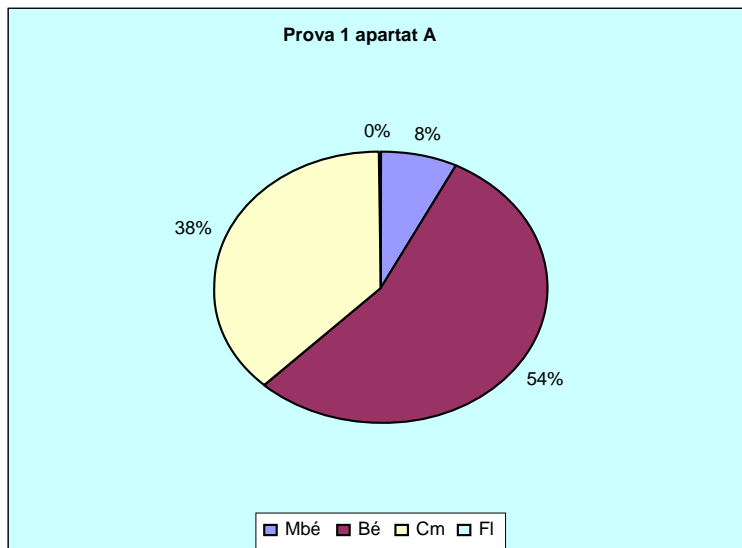
PAX 1r B	camA	camB	corrertps	correrer	correrrqu al	saltaerr	saltaqual	Observacions
1	Cm	Cm	18''95	2	Cm	2	Cm	Futbol, fora, 3h
2	Bé	Cm	15''27	3	FI	1	Bé	Natació, fora 3h
3	Bé	Cm	12''42	3	FI	2	Cm	Futbol dins 1h
4	Cm	Bé	18''87	2	Cm	2	Cm	Natació fora 3h
5	Cm	Bé	15''01	2	Cm	2	Cm	Futbol dins 2h
6	Bé	Bé	13''08	3	FI	2	Cm	Futbol, dins 2h
7	Cm	Cm	14''22	3	FI	2	Cm	
8	Cm	Cm	11''78	3	FI	1	Bé	Futbol basquet dins 4h
9	Bé	Cm	15''78	2	Cm	1	Bé	Futbol dins 1h
10	Cm	MBé	11''50	2	Cm	1	Bé	Futbol dins 1h
11	Bé	Cm	12''56	4	FI	2	Cm	Futbol dins 1h
12	Bé	Bé	17''52	3	Cm	2	Cm	Futbol dins 1h
13	Bé	Bé	11''62	4	FI	2	Cm	Futbol dins 1h
14	Bé	Cm	12''22	5	FI	2	Cm	Karate Futbol 3h
15								
16	Bé	Bé	18''21	0	MBé	0	MBé	Tennis fora 2h
17	Cm	Bé	19''98	2	Cm	1	Bé	Tennis fora 1h
18	Bé	Cm	22''89	2	Cm	1	Bé	Dansa fora 2h
19	Be	Bé	15''44	2	Cm	2	Cm	Natació fora 2h
20	MBé	Bé	15''56	2	Cm	1	Bé	Ballet fora 1h
21	Bé	Bé	18''99	1	Bé	1	Bé	Ballet fora 1h
22	Bé	Bé	17''07	1	Bé	1	Bé	Tenis fora 2h
23	Bé	MBé	15''54	2	Cm	1	Bé	
24	Bé	Bé	14''48	1	Bé	1	Bé	
25	Cm	Bé	17''11	2	Cm	1	Bé	
26	MBé	MBé	15''52	1	Bé	1	Bé	
27								
28								

Una vegada exposades totes les dades passarem a veure els resultats i conclusions diferenciant nois i noies.

## RESULTATS DELS ESQUEMES MOTORS DE BASE (1r i 2n Primària).

**NOIS:** D'un total de 66 nens els resultat són els següents:

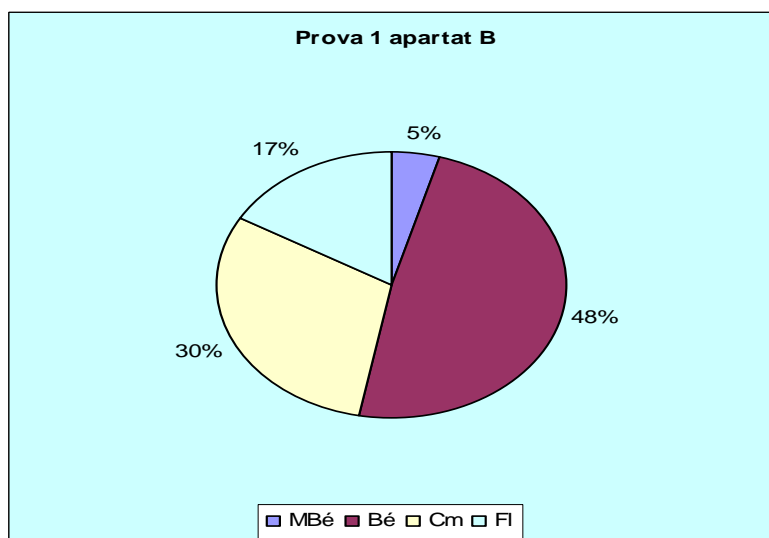
### 1<sup>a</sup> Prova. Apartat A.



Il·lustració nº 1. Prova 1 apartat A

Podem observar que un **54% aconseguen un Bé**, això implica un error en l'execució, un 38% un Cm (cal millorar) es tradueix en 2 errors en execució, un 8% en MBé això indica cap error en l'execució.

**A l'apartat B els resultat han estat els següents:**



**Il·lustració nº 2. Prova 1 apartat B**

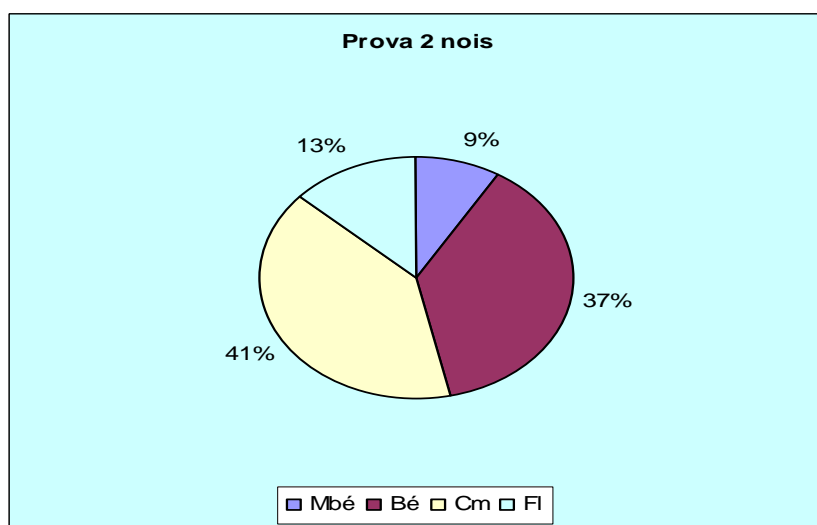
**Els resultats son els següents:** un **48% correspon a un Bé** implicant un error en execució, un **30% Cm** (cal millorar) això es tradueix en 2 errors d'execució, un **17% en Flux** corresponen a 3 errors d'execució i un **5% MBé** amb 0 errors d'execució.

### **Prova 2.**

El temps d'execució d'aquesta prova va de 11"21 a 24"78.

### **Prova 3. Salts.**

**Els resultats són:**



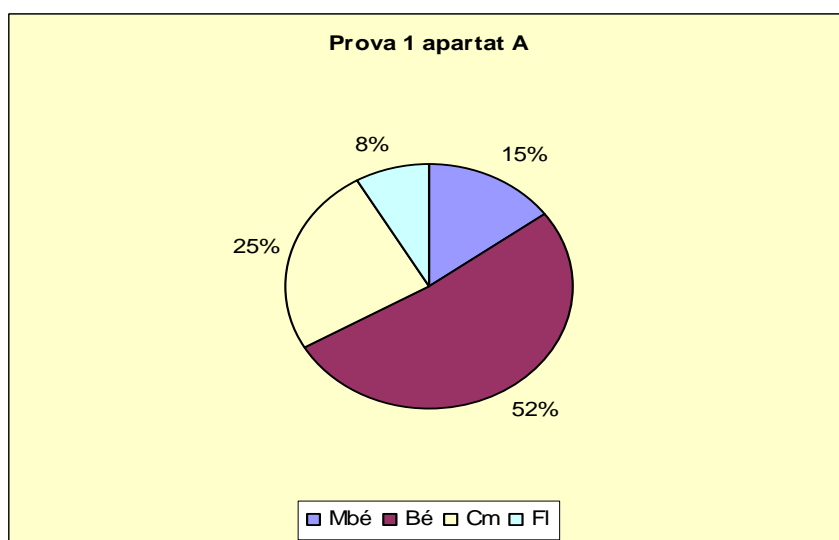
**Il·lustració nº 3. Prova 2 nois**

**Com podem observar els resultats en la prova 2 són:** 41% Cm (Cal millorar) amb 2 errors d'execució, un 37% amb un Bé amb un error, un 13% FI amb 3 errors d'execució i per últim un 9% amb un MBé sense cap error d'execució.

## RESULTATS ESQUEMES MOTORS NOIES.

**NOIES:** d'un total de 60 nenes els resultats han estat els següents:

### Prova 1. Apartat A.

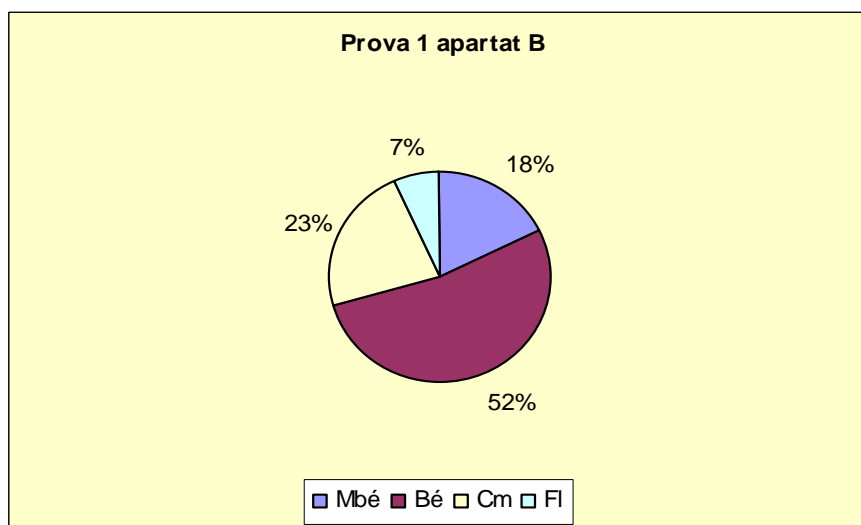


Il·lustració nº 4. Prova 1 apartat A

**Els resultats** corresponents a la prova nº 1 són els següents:

**El 52% és qualificat amb un Bé** lo qual significa un error d'execució, un 15% Cm (Cal millorar) significa dos errors, un 15% MBé això significa cap error d'execució i finalment un 8% FI que correspon a tres errors d'execució.

## Prova 1. Apartat B.



Il·lustració nº 5. Prova 1 apartat B

**Els resultats** obtinguts son els següents:

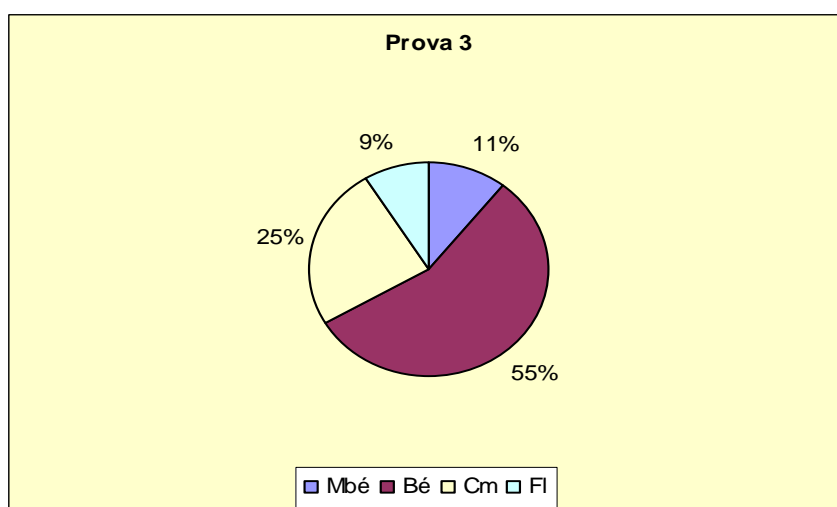
**Un 52% han obtingut Bé** corresponent a un sol error, un 23% a Cm (cal millorar) corresponent a dos errors, un 18% MBé corresponent a cap error d'execució i un 7% FI amb tres errors d'execució.

## Prova 2.

El temps d'execució d'aquesta prova va de 12"52 a 23"

## Prova 3. Salts.

**Els resultats són:**



Il·lustració nº 6. Prova 3



Un 55% Bé corresponent a un únic error d'execució, un 25% Cm (cal millorar) corresponen a dos errors d'execució, Un 9% MBé responen a una execució sense errors i un 11% FI responen a tres errors d'execució.

## CONCLUSIONS DELS ESQUEMES MOTORS DE BASE.

**NOIS:** En la prova 1 apartat A, el percentatge més alt correspon al de Bé amb un 54%.

En la prova 1 apartat B, el percentatge més alt correspon al de Bé amb un 48%.

En la prova 3 el percentatge més alt correspon al de Cm amb un 41%.

**NOIES:** En la prova 1 apartat A, el percentatge més alt correspon al de Bé amb un 52%.

En la prova 1 apartat B el percentatge més alt correspon al de Bé amb un 52%.

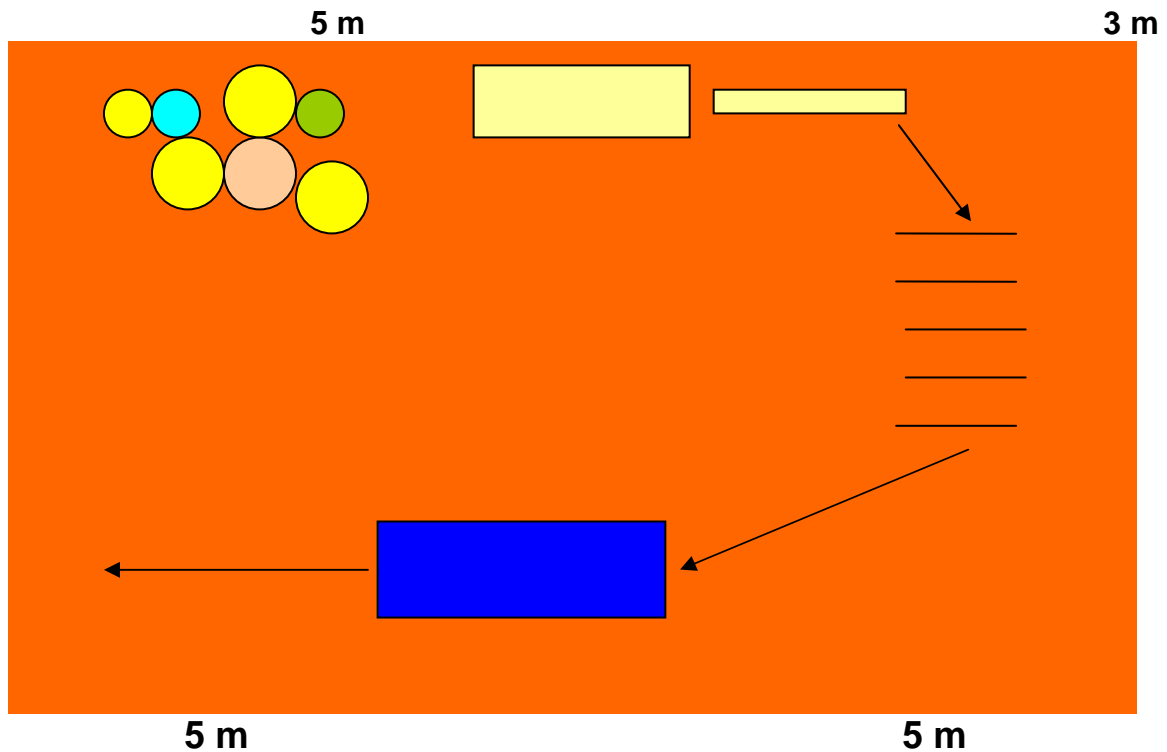
En la prova 3 el percentatge més alt correspon al de Bé amb un 55%.

## QUADRE DE COMPARACIÓ ENTRE NOIS I NOIES RESPECTE ALS ESQUEMES MOTORS DE BASE.

Nº Prova	Nom Prova	Nois (66)	Noies (60)	Conclusió
P1a	Cam A	54% Bé	52% Bé	Igual
P1b	Cam B	48% Bé	52% Bé	Igual
P2	Córrer	A partir de 11"21	A partir de 12"52	Millor els nois
P3	Salts	41% Cm	55% Bé	Millor noies
<b><u>Observacions finals:</u> Pràcticament el desenvolupament dels esquemes motors entre els dos sexes és igual.</b>				

## TESTS D'HABILITATS MOTRIUS.

### 1.- CIRCUIT DE COMBINACIÓ MOTORA.



**Cèrcols:** Saltar els cercles de color groc.

**Bancs suecs:** Passar per damunt del banc suec el més ràpid possible.

**Piques:** Saltar les cinc piques a peus junts.

**Matalàs:** Tombarella endavant.

**Carrera final** de 2 m fins arribar al con final.

**Puntuació:** 0 errors: molt bé, 1 error: bé, 2 errors: cal millorar i 3 o més errors: flux.

**Es puntuarà** la qualitat i el temps d'execució.

## 2.- DESPLAÇAMENTS.



**Córrer anar i tornar a una distància de 10 metres donant la volta a un cercol.**

**Puntuació:** control del temps d'execució.

## 3.- TEMPS DE REACCIÓ.

Córrer endavant a mitja velocitat. Si el professor aixeca la cartolina vermella ha de canviar amb carrera endarrere i si aixeca la cartolina groga correrà endavant fins arribar a la senyal determinada.

**Puntuació:** Fluix      Millorable      Bé      Molt bé

## 4.- COORDINACIÓ DINÀMICA GENERAL.



Córrer entre els cercols sense parar ni frenar la carrera, posant sempre un peu dins del cercol.

**Puntuació:** Fluix      Millorable      Bé      Molt bé

## 5.- EQUILIBRI.

**Córrer** per damunt d'un banc suet d'un extrem a l'altre i després **caminar** per damunt d'un altre posat del revés.

**Puntuació:** Control de la qualitat d'execució i del temps d'execució.



## 6.- COORDINACIÓ ULL - MA.

Dins d'un cercol llençar una pilota i picar de mans un cop i recollir la bola. Fer-ho tres cops.

**Puntuació:** 0 errors: molt bé, 1 error: bé, dos errors: cal millorar i 3 o més errors: fluix.

El mateix però donant dos cops de mans. Fer-ho tres vegades.

Ara passarem a l'exposició del test i dels resultats obtinguts en les habilitats motrius corresponen a 2n cicle de primària, és a dir, a tercer i quart de primària.

### HABILITATS MOTRIUS

Saavedra 3r	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo Qual1	Coo Qual2	OBSERVACIONS
1	13"47	0	Mbé	6"12	0	Mbé	2"44	0	Mbé	3"53	Mbé	Mbé	
2	13"57	2	Cm	6"26	1	Bé	2"36	0	Mbé	3"02	Mbé	Mbé	
3	14"50	3	FI	6"11	0	Mbé	2"41	2	Cm	3"35	Bé	Mbé	
4	12"37	1	Bé	5"58	0	Mbé	2"31	0	Mbé	2"40	Bé	Bé	
5	14"23	0	Mbé	6"27	1	Bé	2"39	0	Mbé	3"25	Bé	Mbé	
6	15"10	3	FI	6"57	0	Mbé	2"45	0	Mbé	3"58	Mbé	Bé	
7	14"43	2	Cm	5"54	0	Mbé	2"55	0	Mbé	4"20	Cm	Mbé	
8	13"01	3	FI	6"31	0	Mbé	3"27	0	Mbé	3"52	Mbé	Cm	
9	12"50	0	Mbé	6"53	0	Mbé	3"52	0	mbé	3"05	FI	Cm	
10													
11	20-53	2	Cm	6"52	0	Mbé	2"35	0	Mbé	2"53	Cm	Mbé	
12	15"73	1	Bé	6"08	0	Mbé	2"76	0	Mbé	4"20	FI	Mbé	
13	19"22	1	Bé	6"25	0	Mbé	2"29	1	Bé	3"23	Mbé	Bé	
14	18"72	0	Mbé	6"49	0	Mbé	2"55	0	Mbé	3"77	FI	Mbé	
15	11"36	1	Bé	7"23	0	Mbé	2"85	0	Mbé	3"50	FI	FI	
16	19"55	1	Bé	7"58	1	Bé	2"73	1	Bé	2"83	Mbé	Cm	
17	19"29	2	Cm	6"49	1	Bé	3"29	2	Cm	4"10	Mbé	Mbé	
18	16"03	2	Cm	6"50	1	Bé	2"29	1	Bé	3"10	Mbé	Mbé	
19	16"52	4	FI	6"73	0	Mbé	2"89	0	Mbé	3"22	Mbé	Bé	
20	17"02	3	FI	7"58	0	Mbé	3"73	1	Bé	4"22	Bé	Mbé	
21	12"57	1	Bé	8"21	1	Bé	3"03	no	-----	-----	-----	-----	

PAX 3r B	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo qual	Coo qual	OBSERVACIONS
1	13''56	0	MBé	6''27	0	MBé	3''85	3	FI	3''53	Bé	Bé	Futbol dins 3h
2	10''43	0	MBé	5''77	0	MBé	3''05	1	Bé	3''53	Bé	Bé	Futbol dins 3h
3	14''73	2	Cm	6''17	0	MBé	3''51	0	MBé	3''51	Bé	Bé	Futbol dins 3h
4	15''33	5	FI	7''02	0	MBé	3''42	0	MBé	6''09	Cm	Cm	
5	13''23	3	FI	5''58	0	MBé	2''50	4	FI	2''34	Bé	Cm	Futbol fora 3h
6	13''04	1	Bé	6''33	0	MBé	2''57	1	Bé	3''53	Cm	Bé	Judo fora 1h
7	12''53	2	Cm	5''55	0	MBé	3''23	0	MBé	3''97	Bé	Bé	Futbol fora 3h
8	10''53	2	Cm	5''77	0	MBé	2''54	2	Cm	2''57	Bé	Bé	Atlet, futb dins 4h
9	18''02	4	FI	6''58	1	Bé	3''56	2	Cm	8''19	Bé	Cm	Futbol dins 3h
10	11''23	0	MBé	5''43	0	MBé	2''53	4	FI	3''10	Cm	Bé	Futbol fora 5'30h
11	13''20	1	Bé	5''58	1	Bé	3''59	3	FI	3''33	Bé	BBé	Futbol dins 3h
12	13''51	1	Bé	6''79	0	MBé	3''11	2	Cm	2''57	Bé	Bé	Futbol dins 3h
13	16''52	0	MBé	7''	1	Bé	3''85	0	MBé	4''08	Bé	MBé	Futbol dins 3h
14	15''27	0	MBé	6''45	0	MBé	3''73	0	MBé	3''42	MBé	Bé	
15	13''73	2	Cm	6''34	0	MBé	4''04	0	Mbé	3''75	MBé	MBé	
16	25''24	3	FI	8''47	1	Bé	4''26	0	MBé	4''53	Bé	MBé	Ballet fora 3h
17	11''47	1	Bé	6''54	0	MBé	3''89	0	MBé	5''42	MBé	MBé	Escacs dins 1h
18	11''77	0	MBé	5''99	0	MBé	3''69	0	Mbé	3''87	MBé	MBé	
19	11''93	1	Bé	5''98	0	MBé	3''77	1	Bé	3''71	MBé	MBé	
20	12''55	0	MBé	6''27	0	MBé	3''76	0	MBé	4''41	MBé	MBé	Ballet fora 2h
21	14''97	2	Cm	7''43	1	Bé	3''54	0	MBé	4''60	MBé	MBé	
22	10''50	2	Cm	6''107	0	MBé	3''73	0	MBé	3''51	Cm	MBé	Judo fora 5h
23	11''40	1	Bé	6''09	0	MBé	3''54	0	MBé	3''99	Cm	Cm	Castells fora 3h
24	11''21	1	Bé	6''23	0	MBé	3''18	2	Cm	5''15	MBé	Bé	
25	11''27	0	MBé	6''24	0	MBé	3''24	0	MBé	3''64	Cm	Bé	Rítmica fora 4h
26	11''37	0	MBé	6''68	0	MBé	3''31	0	MBé	3''75	MBé	MBé	
27	10''21	1	Bé	5''93	0	MBé	2''84	0	MBé	4''17	MBé	MBé	

PAX 3r A	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo qual	Coo qual	OBSERVACIONS
1	10''71	0	MBé	6''36	0	MBé	2''57	1	Bé	3''17	Bé	Bé	Futbol dins 3h
2	12''11	1	Bé	6''19	0	MBé	3''54	3	FI	4''95	Bé	Bé	Futbol dins 3h
3	11''03	3	FI	6''52	0	MBé	3''25	0	MBé	4''23	Bé	Bé	Futbol dins 3h
4	12''29	0	MBé	6''54	0	MBé	3''06	0	MBé	8''52	Bé	Bé	Futbol fora 3h
5	9''45	0	MBé	5''94	0	MBé	2''56	0	MBé	4''02	Bé	Bé	Futbol dins 3h
6	9''51	0	MBé	5''71	1	Bé	3''12	0	MBé	3''55	Bé	Bé	Futbol dins 3h
7	9''50	0	MBé	6''19	1	Bé	2''70	0	MBé	3''25	Bé	Bé	Futbol dins 3h
8	12''21	2	Cm	6''53	0	MBé	3''89	0	MBé	3''39	Bé	Bé	Futbol dins 3h
9	11''93	0	MBé	6''45	0	MBé	3''42	0	MBé	5''29	Bé	Cm	Futbol dins 3h
10	9''38	1	Bé	6''46	0	MBé	3''43	0	MBé	3''42	Bé	Bé	Futbol dins 3h
11	9''94	1	Bé	6''24	1	Bé	2''74	0	MBé	3''40	Bé	Bé	Futbol dins 3h
12	10''27	0	MBé	6''69	0	MBé	3''25	0	MBé	4''32	Bé	Bé	Futbol dins 3h
13	12''08	0	MBé	6''12	1	Bé	3''81	0	MBé	5''33	FI	MBé	Tennis fora 2h
14	12''53	0	MBé	6''33	1	Bé	3''77	0	MBé	5''75	MBé	Cm	Dansa fora 1h
15	13''50	1	Bé	6''51	0	MBé	3''89	0	MBé	4''98	MBé	MBé	
16	10''06	0	MBé	5''97	0	MBé	3''23	0	MBé	6''74	MBé	Cm	Rítmica fora 4h
17	11''45	3	FI	6''59	0	MBé	4''24	0	MBé	4''10	Bé	MBé	Natació 1h
18	11''25	0	MBé	5''99	0	MBé	3''18	0	MBé	5''51	MBé	Cm	Dansa fora 1h
19	12''08	2	Cm	5''94	1	Bé	3''53	2	Cm	5''90	MBé	MBé	Ballet fora 1h
20	13''70	2	Cm	6''53	0	MBé	3''10	0	MBé	6''11	MBé	Cm	Futbol dins 1h
21	11''53	1	Bé	6''09	0	MBé	3''52	0	MBé	4''73	MBé	MBé	
22	10''50	1	Bé	5''89	0	MBé	3''28	0	MBé	4''16	MBé	FI	
23	12''46	0	MBé	6''45	0	MBé	3''49	0	MBé	5''89	MBé	MBé	Dins fora 1h
24	10''09	0	MBé	6''71	1	Bé	3''83	0	MBé	3''79	MBé	MBé	
25													

Miracle 3r	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo qual	Coo qual	OBSERVACIONS
1	13''53	0	MBé	6''75	0	MBé	2''89	0	MBé	5''03	FI	Cm	Natació fora 2h
2	13''30	1	Bé	6''72	0	MBé	2''80	0	MBé	5''97	MBé	MBé	Basquet fora 2 h
3	13''04	2	Cm	6''40	1	Bé	3''39	0	MBé	5''78	Bé	Bé	Tennis fora 2 h
4	13''05	0	MBé	6''57	0	MBé	3''03	0	MBé	5''57	Bé	Bé	Natació fora 2h
5	11''10	1	Bé	6''57	0	MBé	2''43	0	MBé	5''03	FI	MBé	Natació fora 2h
6	15''05	1	Bé	7''01	0	MBé	3''04	0	MBé	6''14	Cm	Cm	Natació fora 2h
7	13''01	2	Cm	6''58	1	Bé	3''16	0	MBé	5''92	Bé	FI	
1	11''57	1	Bé	6''76	0	MBé	3''10	0	MBé	4''97	MBé	Bé	Karate, fora 1h
2	11''13	2	Cm	5''89	0	MBé	2''44	0	MBé	5''02	Bé	Bé	Futbol, fora 1h
3	14''14	0	MBé	7''04	0	MBé	2''79	0	MBé	5''24	FI	Cm	Futbol, fora 2h
4	11''36	0	MBé	6''15	0	MBé	2''27	0	MBé	5''53	Cm	FI	Basquet, dins, 1h
5	14''33	1	Bé	5''99	0	MBé	2''35	2	Cm	4''72	MBé	MBé	Futbol fora 2h
6	11''33	0	MBé	5''69	0	MBé	2''48	0	MBé	6''03	Bé	Bé	Judo dins 1h
7	12''08	2	Cm	5''82	1	Bé	2''27	2	Cm	5''49	Bé	Cm	Futbol fora 3h
8	11''89	1	Bé	6''18	0	MBé	2''82	0	MBé	5''01	Bé	Bé	Futbol, fora 3h
9	11''07	2	Cm	6''96	0	MBé	2''36	2	Cm	6''37	Bé	Cm	Futbol, fora, 3h
10	11''31	2	Cm	6''40	0	MBé	2''69	0	MBé	6''92	Bé	Cm	Bàsquet fora i dins 3h



## AGRUPATS NOIS

Saavedra 3r	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo Qual1	Coo Qual2
1	13"47	0	Mbé	6"12	0	Mbé	2"44	0	Mbé	3"53	Mbé	Mbé
2	13"57	2	Cm	6"26	1	Bé	2"36	0	Mbé	3"02	Mbé	Mbé
3	14"50	3	FI	6"11	0	Mbé	2"41	2	Cm	3"35	Bé	Mbé
4	12"37	1	Bé	5"58	0	Mbé	2"31	0	Mbé	2"40	Bé	Bé
5	14"23	0	Mbé	6"27	1	Bé	2"39	0	Mbé	3"25	Bé	Mbé
6	15"10	3	FI	6"57	0	Mbé	2"45	0	Mbé	3"58	Mbé	Bé
7	14"43	2	Cm	5"54	0	Mbé	2"55	0	Mbé	4"20	Cm	Mbé
8	13"01	3	FI	6"31	0	Mbé	3"27	0	Mbé	3"52	Mbé	Cm
9	12"50	0	Mbé	6"53	0	Mbé	3"52	0	mbé	3"05	FI	Cm

PAX 3º B	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo qual	Coo qual	OBSERVACIONS
1	13"56	0	MBé	6"27	0	MBé	3"85	3	FI	3"53	Bé	Bé	Futbol dins 3h
2	10"43	0	MBé	5"77	0	MBé	3"05	1	Bé	3"53	Bé	Bé	Futbol dins 3h
3	14"73	2	Cm	6"17	0	MBé	3"51	0	MBé	3"51	Bé	Bé	Futbol dins 3h
4	15"33	5	FI	7"02	0	MBé	3"42	0	MBé	6"09	Cm	Cm	
5	13"23	3	FI	5"58	0	MBé	2"50	4	FI	2"34	Bé	Cm	Futbol fora 3h
6	13"04	1	Bé	6"33	0	MBé	2"57	1	Bé	3"53	Cm	Bé	Judo fora 1h
7	12"53	2	Cm	5"55	0	MBé	3"23	0	MBé	3"97	Bé	Bé	Futbol fora 3h
8	10"53	2	Cm	5"77	0	MBé	2"54	2	Cm	2"57	Bé	Bé	Atlet, futb dins 4h
9	18"02	4	FI	6"58	1	Bé	3"56	2	Cm	8"19	Bé	Cm	Futbol dins 3h
10	11"23	0	MBé	5"43	0	MBé	2"53	4	FI	3"10	Cm	Bé	Futbol fora 5'30h
11	13"20	1	Bé	5"58	1	Bé	3"59	3	FI	3"33	Bé	MBé	Futbol dins 3h
12	13"51	1	Bé	6"79	0	MBé	3"11	2	Cm	2"57	Bé	Bé	Futbol dins 3h

PAX3 <sup>o</sup> A	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo qual	Coo qual	OBSERVACIONS
1	10''71	0	MBé	6''36	0	MBé	2''57	1	Bé	3''17	Bé	Bé	Futbol dins 3h
2	12''11	1	Bé	6''19	0	MBé	3''54	3	FI	4''95	Bé	Bé	Futbol dins 3h
3	11''03	3	FI	6''52	0	MBé	3''25	0	MBé	4''23	Bé	Bé	Futbol dins 3h
4	12''29	0	MBé	6''54	0	MBé	3''06	0	MBé	8''52	Bé	Bé	Futbol fora 3h
5	9''45	0	MBé	5''94	0	MBé	2''56	0	MBé	4''02	Bé	Bé	Futbol dins 3h
6	9''51	0	MBé	5''71	1	Bé	3''12	0	MBé	3''55	Bé	Bé	Futbol dins 3h
7	9''50	0	MBé	6''19	1	Bé	2''70	0	MBé	3''25	Bé	Bé	Futbol dins 3h
8	12''21	2	Cm	6''53	0	MBé	3''89	0	MBé	3''39	Bé	Bé	Futbol dins 3h
9	11''93	0	MBé	6''45	0	MBé	3''42	0	MBé	5''29	Bé	Cm	Futbol dins 3h
10	9''38	1	Bé	6''46	0	MBé	3''43	0	MBé	3''42	Bé	Bé	Futbol dins 3h
11	9''94	1	Bé	6''24	1	Bé	2''74	0	MBé	3''40	Bé	Bé	Futbol dins 3h
12	10''27	0	MBé	6''69	0	MBé	3''25	0	MBé	4''32	Bé	Bé	Futbol dins 3h

1	11''57	1	Bé	6''76	0	MBé	3''10	0	MBé	4''97	MBé	Bé	Karate, fora 1h
2	11''13	2	Cm	5''89	0	MBé	2''44	0	MBé	5''02	Bé	Bé	Futbol, fora 1h
3	14''14	0	MBé	7''04	0	MBé	2''79	0	MBé	5''24	FI	Cm	Futbol, fora 2h
4	11''36	0	MBé	6''15	0	MBé	2''27	0	MBé	5''53	Cm	FI	Basquet, dins, 1h
5	14''33	1	Bé	5''99	0	MBé	2''35	2	Cm	4''72	MBé	MBé	Futbol fora 2h
6	11''33	0	MBé	5''69	0	MBé	2''48	0	MBé	6''03	Bé	Bé	Judo dins 1h
7	12''08	2	Cm	5''82	1	Bé	2''27	2	Cm	5''49	Bé	Cm	Futbol fora 3h
8	11''89	1	Bé	6''18	0	MBé	2''82	0	MBé	5''01	Bé	Bé	Futbol, fora 3h
9	11''07	2	Cm	6''96	0	MBé	2''36	2	Cm	6''37	Bé	Cm	Futbol, fora, 3h
10	11''31	2	Cm	6''40	0	MBé	2''69	0	MBé	6''92	Bé	Cm	Basquet fora i dins 3h

## AGRUPADES NOIES

11	20:53	2	Cm	6"52	0	Mbé	2"35	0	Mbé	2"53	Cm	Mbé	
12	15"73	1	Bé	6"08	0	Mbé	2"76	0	Mbé	4"20	FI	Mbé	
13	19"22	1	Bé	6"25	0	Mbé	2"29	1	Bé	3"23	Mbé	Bé	
14	18"72	0	Mbé	6"49	0	Mbé	2"55	0	Mbé	3"77	FI	Mbé	
15	11"36	1	Bé	7"23	0	Mbé	2"85	0	Mbé	3"50	FI	FI	
16	19"55	1	Bé	7"58	1	Bé	2"73	1	Bé	2"83	Mbé	Cm	
17	19"29	2	Cm	6"49	1	Bé	3"29	2	Cm	4"10	Mbé	Mbé	
18	16"03	2	Cm	6"50	1	Bé	2"29	1	Bé	3"10	Mbé	Mbé	
19	16"52	4	FI	6"73	0	Mbé	2"89	0	Mbé	3"22	Mbé	Bé	
20	17"02	3	FI	7"58	0	Mbé	3"73	1	Bé	4"22	Bé	Mbé	
21	12"57	1	Bé	8"21	1	Bé	3"03	0	MBé	-----	-----	-----	
13	16"52	0	MBé	7"	1	Bé	3"85	0	MBé	4"08	Bé	MBé	Futbol dins 3h
14	15"27	0	MBé	6"45	0	MBé	3"73	0	MBé	3"42	MBé	Bé	
15	13"73	2	Cm	6"34	0	MBé	4"04	0	Mbé	3"75	MBé	MBé	
16	25"24	3	FI	8"47	1	Bé	4"26	0	MBé	4"53	Bé	MBé	Ballet fora 3h
17	11"47	1	Bé	6"54	0	MBé	3"89	0	MBé	5"42	MBé	MBé	Escacs dins 1h
18	11"77	0	MBé	5"99	0	MBé	3"69	0	Mbé	3"87	MBé	MBé	
19	11"93	1	Bé	5"98	0	MBé	3"77	1	Bé	3"71	MBé	MBé	
20	12"55	0	MBé	6"27	0	MBé	3"76	0	MBé	4"41	MBé	MBé	Ballet fora 2h
21	14"97	2	Cm	7"43	1	Bé	3"54	0	MBé	4"60	MBé	MBé	
22	10"50	2	Cm	6"17	0	MBé	3"73	0	MBé	3"51	Cm	MBé	Judo fora 5h
23	11"40	1	Bé	6"09	0	MBé	3"54	0	MBé	3"99	Cm	Cm	Castells fora 3h
24	11"21	1	Bé	6"23	0	MBé	3"18	2	Cm	5"15	MBé	Bé	
25	11"27	0	MBé	6"24	0	MBé	3"24	0	MBé	3"64	Cm	Bé	Rítmica fora 4h
26	11"37	0	MBé	6"68	0	MBé	3"31	0	MBé	3"75	MBé	MBé	
27	10"21	1	Bé	5"93	0	MBé	2"84	0	MBé	4"17	MBé	MBé	

13	12''08	0	MBé	6''12	1	Bé	3''81	0	MBé	5''33	FI	MBé	Tennis fora 2h
14	12''53	0	MBé	6''33	1	Bé	3''77	0	MBé	5''75	MBé	Cm	Dansa fora 1h
15	13''50	1	Bé	6''51	0	MBé	3''89	0	MBé	4''98	MBé	MBé	
16	10''06	0	MBé	5''97	0	MBé	3''23	0	MBé	6''74	MBé	Cm	Rítmica fora 4h
17	11''45	3	FI	6''59	0	MBé	4''24	0	MBé	4''10	Bé	MBé	Natació fora 1h
18	11''25	0	MBé	5''99	0	MBé	3''18	0	MBé	5''51	MBé	Cm	Dansa fora 1h
19	12''08	2	Cm	5''94	1	Bé	3''53	2	Cm	5''90	MBé	MBé	Ballet fora 1h
20	13''70	2	Cm	6''53	0	MBé	3''10	0	MBé	6''11	MBé	Cm	Futbol dins 1h
21	11''53	1	Bé	6''09	0	MBé	3''52	0	MBé	4''73	MBé	MBé	
22	10''50	1	Bé	5''89	0	MBé	3''28	0	MBé	4''16	MBé	FI	
23	12''46	0	MBé	6''45	0	MBé	3''49	0	MBé	5''89	MBé	MBé	Dins fora 1h
24	10''09	0	MBé	6''71	1	Bé	3''83	0	MBé	3''79	MBé	MBé	

Miracle 3º	Com tps	Com n err	Com qual	Des tps	Tr n err	Tr qual	Cdg tps	Cdg n err	Cdg qual	Eq tps	Coo qual	Coo Qual	OBSERVACIONS
1	13''53	0	MBé	6''75	0	MBé	2''89	0	MBé	5''03	FI	Cm	Natació fora 2h
2	13''30	1	Bé	6''72	0	MBé	2''80	0	MBé	5''97	MBé	MBé	Basquet fora 2 h
3	13''04	2	Cm	6''40	1	Bé	3''39	0	MBé	5''78	Bé	Bé	Tennis fora 2 h
4	13''05	0	MBé	6''57	0	MBé	3''03	0	MBé	5''57	Bé	Bé	Natació fora 2h
5	11''10	1	Bé	6''57	0	MBé	2''43	0	MBé	5''03	FI	MBé	Natació fora 2h
6	15''05	1	Bé	7''01	0	MBé	3''04	0	MBé	6''14	Cm	Cm	Natació fora 2h
7	13''01	2	Cm	6''58	1	Bé	3''16	0	MBé	5''92	Bé	FI	

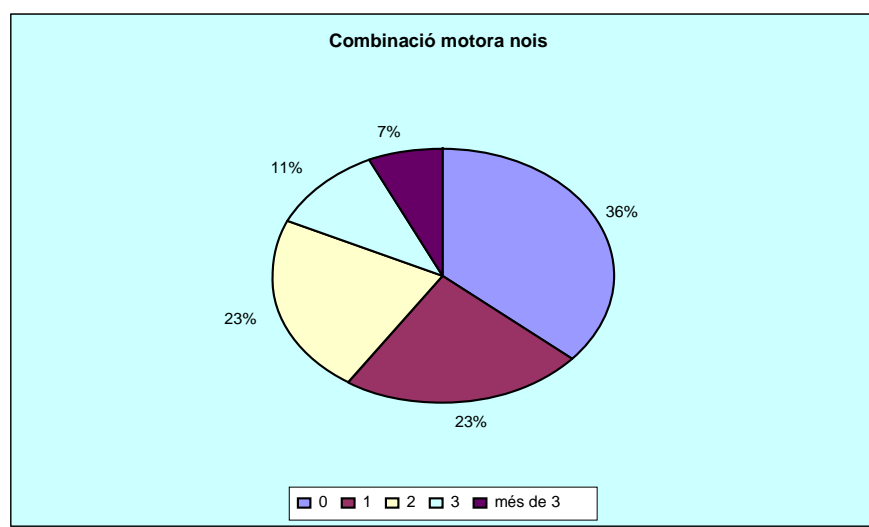
Resultats de les habilitats motores de base.

## RESULTATS DE LES HABILITATS MOTRIUS (3r i 4t Primària).

**NOIS:** D'un total de 44 nois els resultats son els següents.

### 1ª Prova. Combinació motora.

Qualificació per errors



Il·lustració nº 7. Combinació motora nois

Hem analitzat aquesta qualitat a través dels errors comesos durant l'execució així els resultats han estat: amb **zero errors** tenim a 16 nens que correspon a un 36%, amb **un error** a 10 nens que és un 23%, amb **dos errors** a 10 nens que és un 23%, amb **3 errors** a 5 nens que és un 11% i amb **més de tres errors** a 3 nens que és un 7%.

### 2ª Prova. Desplaçament.

Aquesta prova la hem avaluat a través del temps d'execució així els resultats han estat:

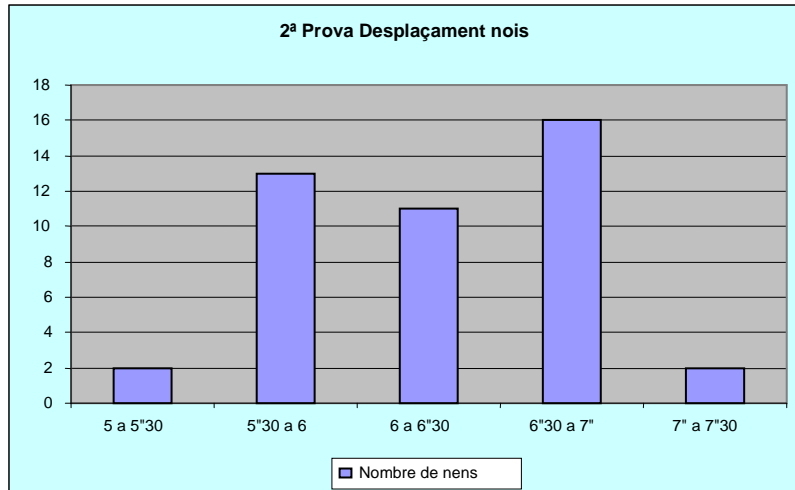
Entre 5" i 5"30 hi han 2 nens.

Entre 5"30 i 6" hi han 13 nens.

Entre 6" i 6"30 hi han 11 nens.

**Entre 6"30 i 7" hi han 16 nens.**

Entre 7" i 7"30 hi han 2 nens.



Il·lustració nº 8. Desplaçament nois

Com podem observar en l'interval de 6'30 a 7'' és on es troben més nens.

### 3ª Prova. Coordinació Dinàmica General.

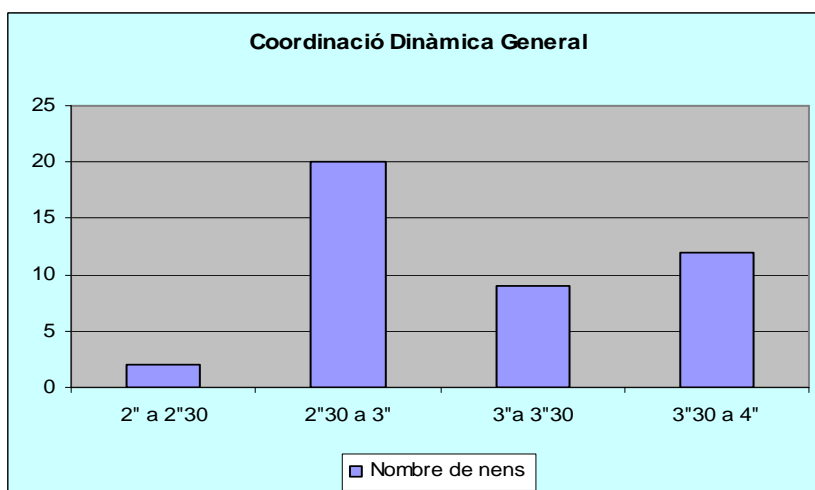
Aquesta prova també serà avaluada per temps i per nombre d'errors així els resultats seran:

Entre 2'' i 2'30 hi ha 2 nens.

**Entre 2'30 i 3'' hi ha 20 nens.**

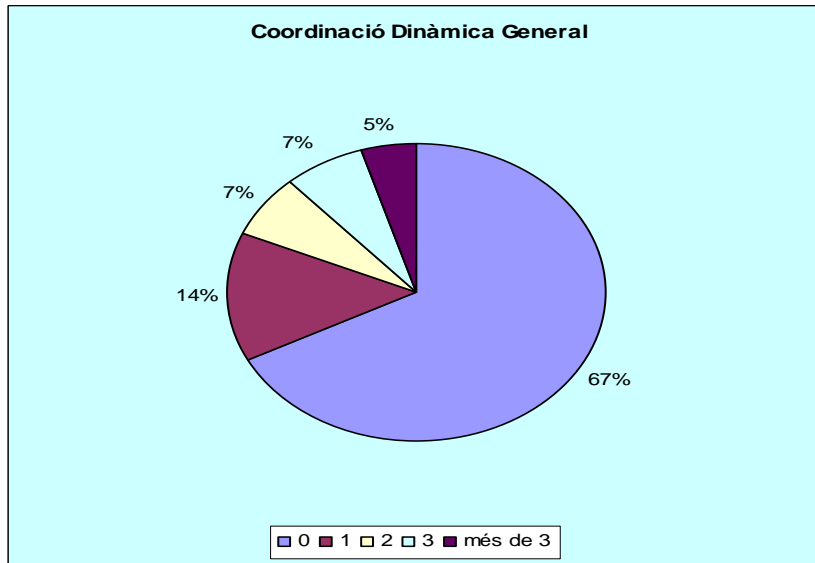
Entre 3'' i 3'30 hi ha 9 nens.

Entre 3'30 i 4'' hi ha 12 nens.



Il·lustració nº 9. Coordinació Dinàmica General.

Tal com podem observa en la gràfica el major nombre de nens es troben entre 2'30 a 3''. En quan al **nombre d'errors** tenim les següents dades:

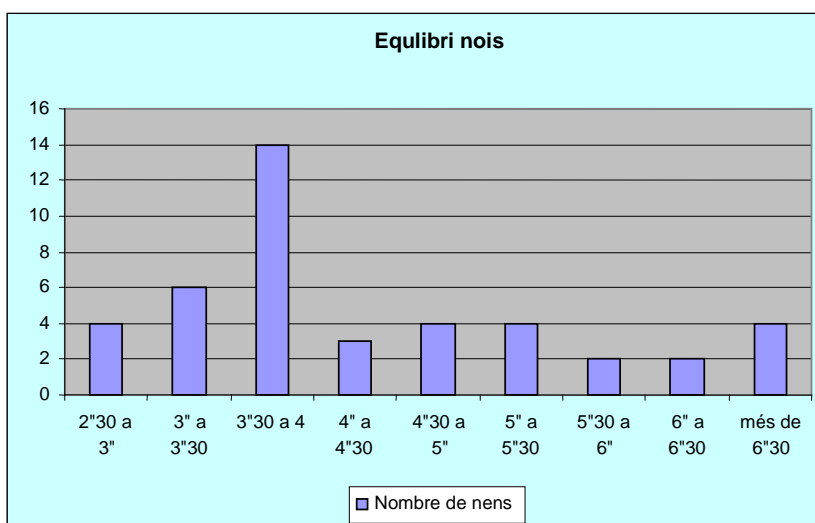


II-lustració nº 10. Percentatge CDG

Podem observar com un 67% no ha comès cap error d'execució això correspon a 29 nens, un 14% correspon a un error durant l'execució, 6 nens, un 7% a 2 errors que són 3 nens, un 7% a tres errors que són també al igual que abans 3 nens i un 5% a més de tres errors que són 2 nens.

#### 4ª Prova. Equilibri.

L'hem avaluat pel temps que van trigar en recórrer els dos bancs de diferent amplada. Així els resultats obtinguts van ser:



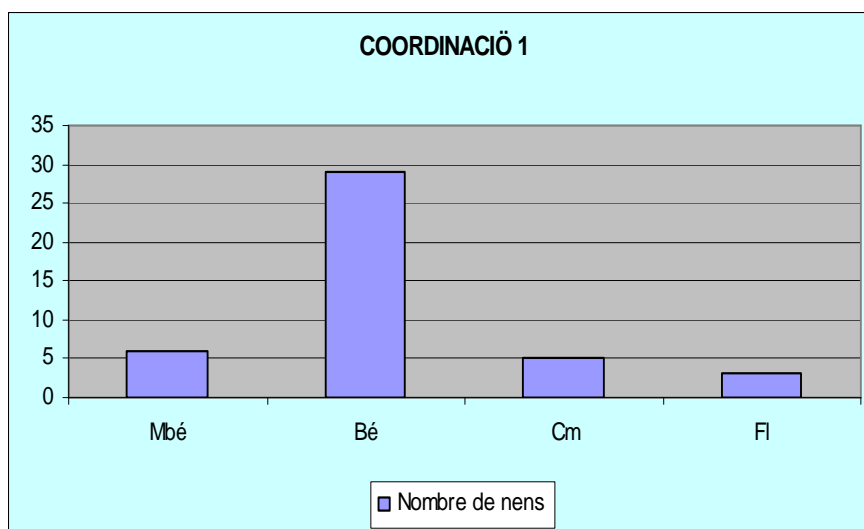
II-lustració nº 11. Equilibri nois

Podem observar que **on es troben més nens és entre 3'30 i 4''**.

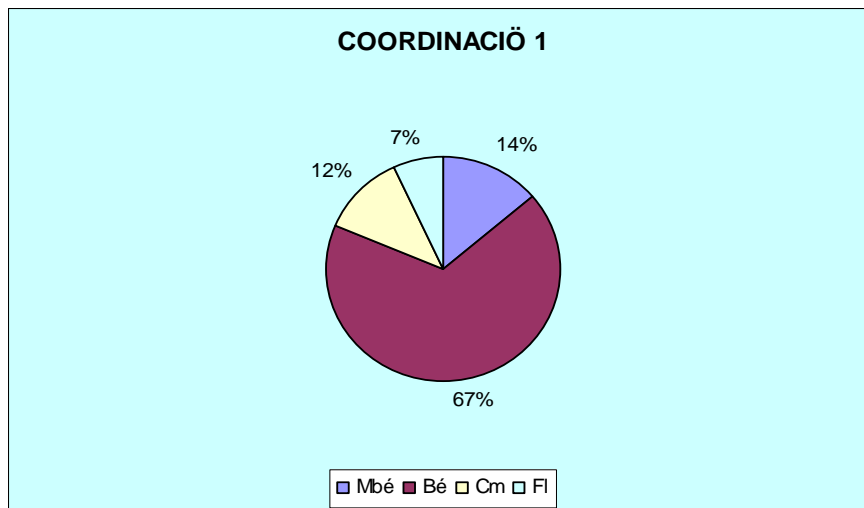
## 5ª Prova. Coordinació.

### Coordinació 1. Un cop de mans.

En quan a la prova de Coordinació la hem dividit en 1 i 2 en funció de donar un cop de mans o dos cops de mans.



Il·lustració nº 12. Coordinació 1 nois

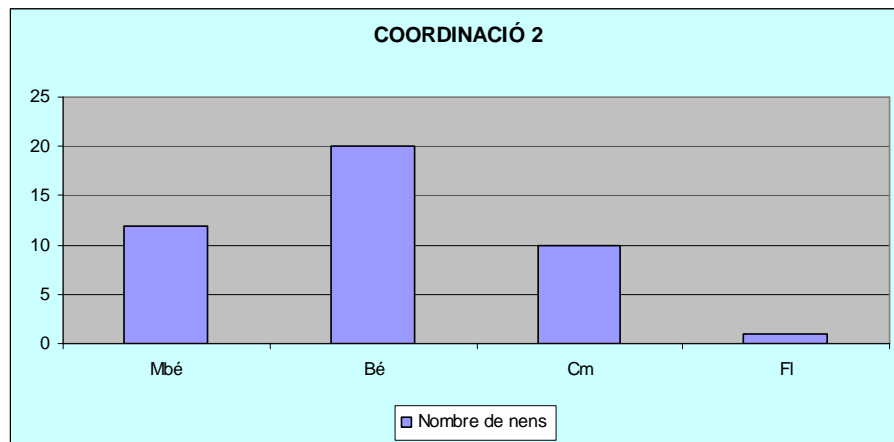


Il·lustració nº 13. Percentatge Coordinació 1 nois

Podem observar com en aquesta prova **la majoria de nens han obtingut un Bé**. Això vol dir que només han comès un error en l'execució i correspon a 27 nens del global, és a dir, un 67%, després continua el MBé amb cap error d'execució i correspon a un 14%, després segueix el cal millorar amb dos errors d'execució i correspon a un 12% i per acabar el Flux amb tres o més errors d'execució amb un 7%.

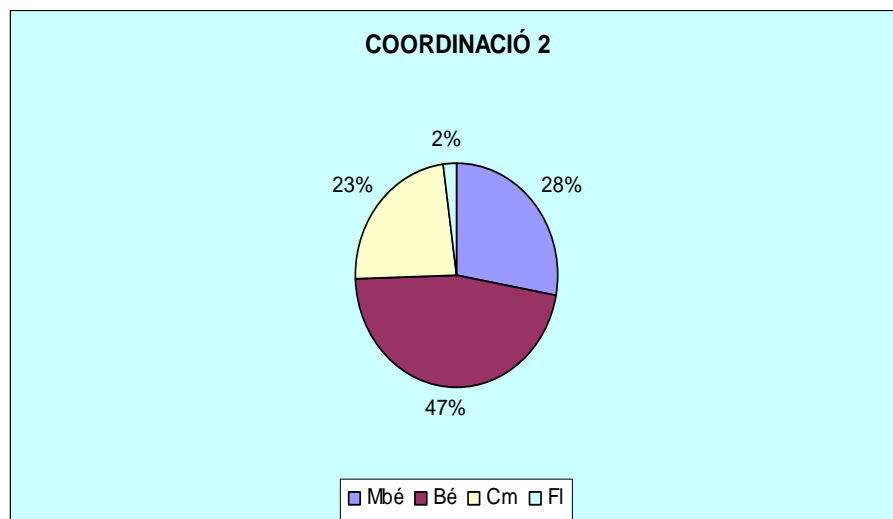


## Coordinació 2. Dos cops de mà.



Il·lustració nº 14. Coordinació 2 nens

Podem observar com la **majoria de nens, és a dir, uns 20 puntuen en un Bé** lo qual significa cometre un error en l'execució, uns 12 puntuen un MBé lo qual implica cap error d'execució, uns 10 nens puntuen un Cm lo qual implica dos errors durant l'execució i només un alumne puntua Flux lo qual equival a cometre tres o més errors.



Il·lustració nº 15. Coordinació 2 nens

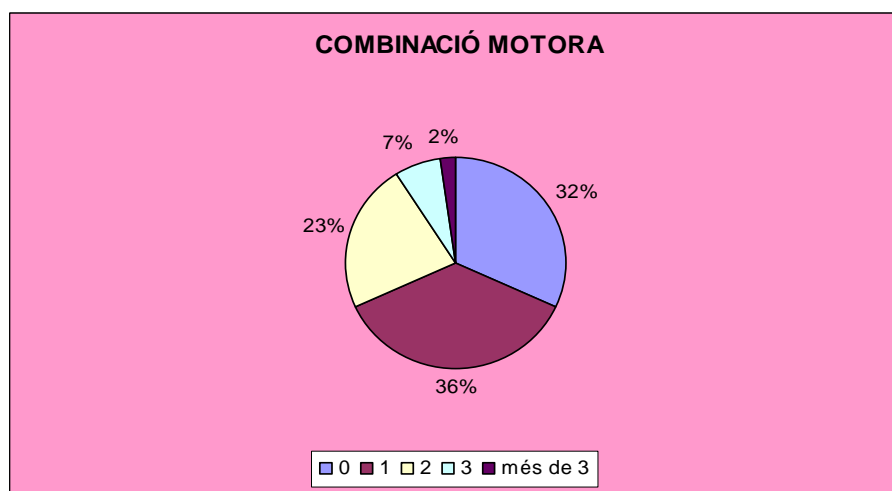
En aquesta altre gràfica podem observar el percentatge, és a dir, un **47% puntuen Bé**, un 28% puntuen un MBé, un 23% puntuen un Cm i un 2% Flux.

## RESULTATS DE LES HABILITATS MOTRIUS NOIES.

**NOIES:** d'un total de 44 noies els resultats seran els següents:

### 1ª Prova. Combinació Motora.

Qualificació per errors.



Il·lustració nº 16. Combinació motora nenes

**Els resultats d'aquesta prova són: 36% van cometre un error un 32% cometen 0 errors, un 23% cometen 2 errors, un 7% que van cometre tres errors i un 2% que cometen més de tres errors.**

### 2ª Prova. Desplaçament.

Aquesta prova la hem avaluat segons el temps d'execució.

Entre 5" a 6" hi han 7 nens.

Entre 6" a 6"30 hi han 9 nens.

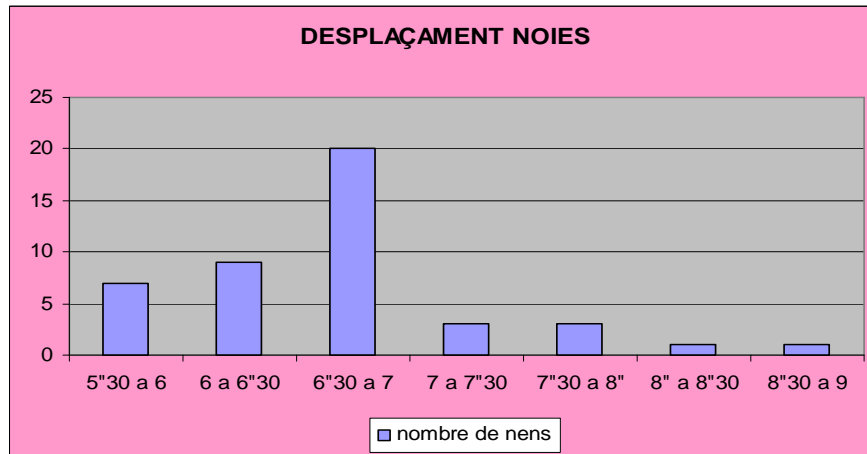
**Entre 6"30 a 7" hi han 20 nens.**

Entre 7" a 7"30 hi han 3 nens.

Entre 7"30 a 8" hi han 3 nens.

Entre 8" a 8"30 hi ha 1 nen.

Entre 8"30 a 9" hi ha 1 nen.



Il·lustració nº 17. Desplaçament noies

Podem observar en la gràfica com el interval on **apareixen més nenes és entre 6"30 a 7"**.

### 3ª Prova. Coordinació Dinàmica General.

Aquesta prova l'avaluarem per temps i per nombre d'errors.

Per temps els intervals són:

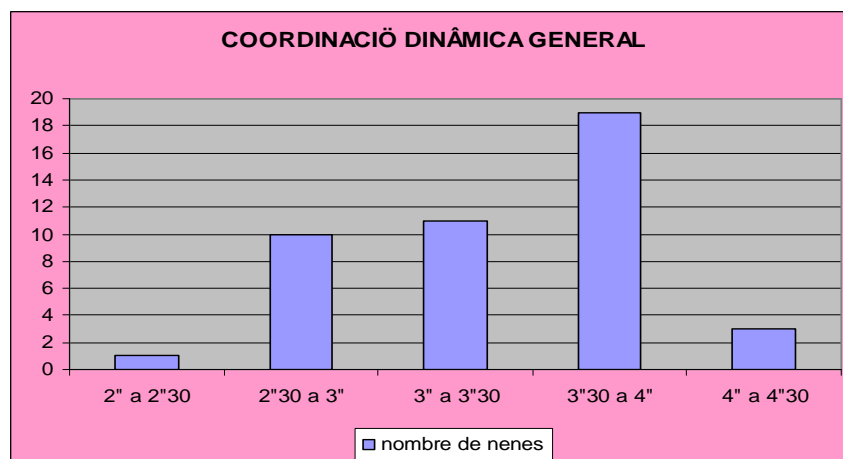
Entre 2 a 2"30 hi ha 1 nena.

Entre 2"30 a 3" hi ha 10 nenes.

Entre 3" a 3"30 hi han 11 nenes.

**Entre 3"30 a 4" hi han 19 nenes.**

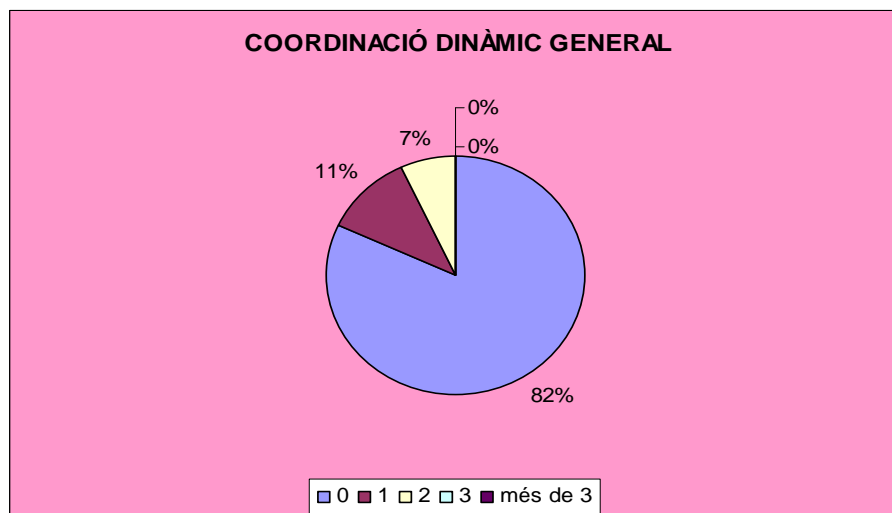
Entre 4" a 4"30 hi han 3 nenes.



Il·lustració nº 18. CDG noies

Podem observar que l'interval on hi han més nenes és el de 3"30 a 4".

En quan als **errors d'execució** podem observar la següent gràfica:



Il·lustració nº 19. Percentatge CDG noies

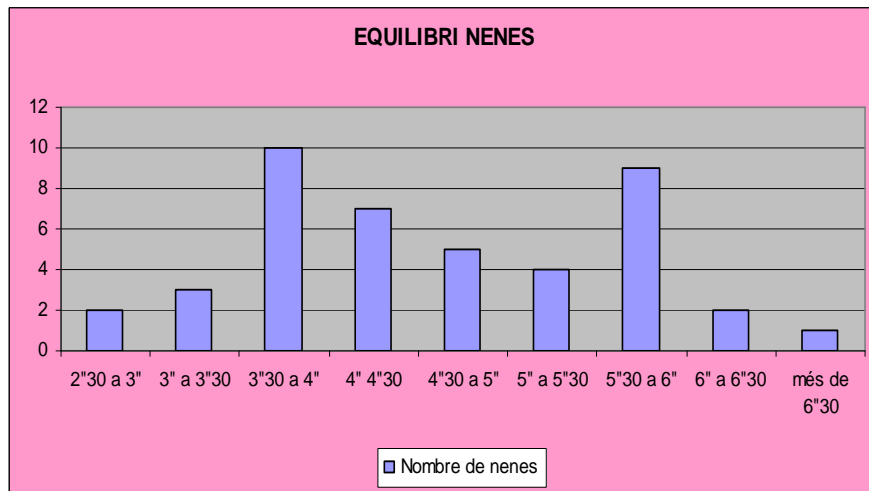
En quan als errors d'execució veiem com un **82% no comet cap error**, un 11% en cometen un error, un 7% en cometen dos i no hi ha cap nena que en faci tres o més de tres.

#### 4ª Prova. Equilibri.

Aquesta prova la varem avaluar a través el **temps d'execució**, així els intervals que ens donaria és el següent:

Entre 2"30 a 3" hi han dues nenes.  
Entre 3" a 3"30 hi han tres nenes.  
**Entre 3"30 a 4" hi han 10 nenes.**  
Entre 4" a 4"30 hi han 7 nenes.  
Entre 4"30 a 5" hi han 5 nenes.  
Entre 5" a 5"30 hi han 4 nenes.  
Entre 5"30 a 6" hi han 9 nenes.  
Entre 6" a 6"30 hi han 2 nenes.  
Més de 6"30 hi ha una nena.

La gràfica seria:



Il·lustració nº 20. Equilibri nenes

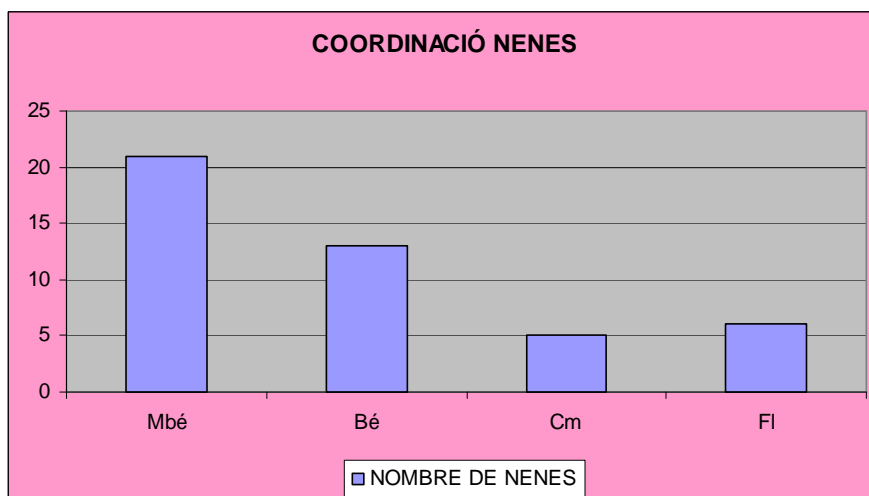
Podem observar que l'interval on **hi han més nenes és el de 3''30 a 4''** amb 10 nenes seguit del de 5''30 a 6'' amb 7 nenes.

### 5ª Prova. Coordinació.

Aquesta prova la he dividit en dues parts la coordinació 1, que correspon a un sol cop de mans i la coordinació 2, que correspon a dos cops de mans.

#### Coordinació 1. Un cop de mans.

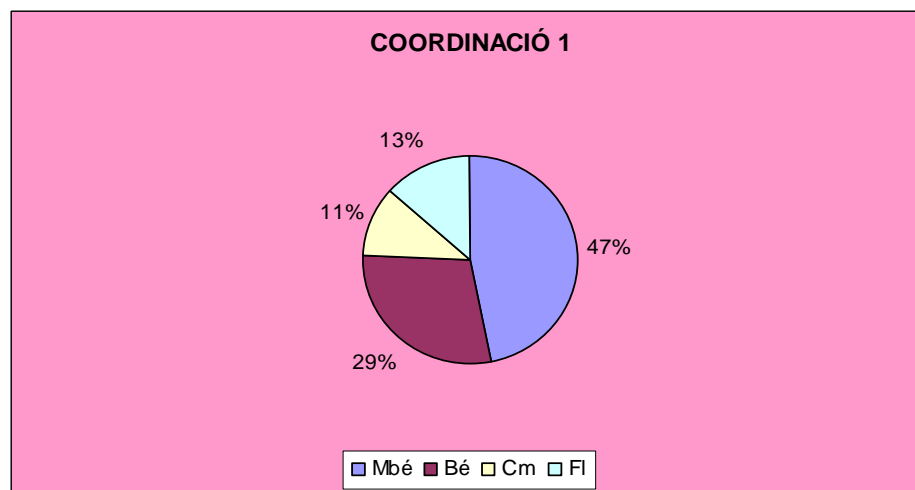
L'hem avaluat respecte al barem qualitatiu i després hem calculat el percentatge de cada grup.



Il·lustració nº 21. Coordinació 1 nenes

Podem observar com el barem on **hi han més nenes és el MBé**, això implica que aquestes nenes no han fet cap error d'execució, en segon lloc és el Bé amb tan sols un error d'execució.

El percentatge per grups de qualitat quedaria de la següent manera.

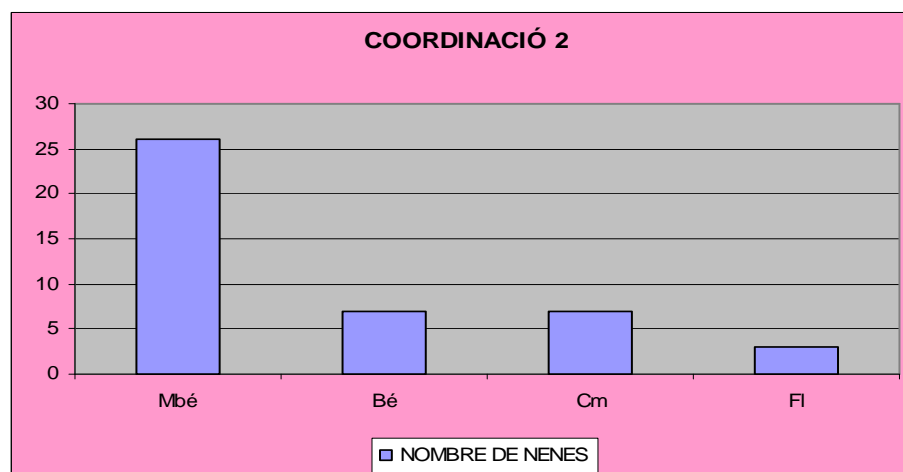


Il·lustració nº 22. Percentatge Coordinació noies

Podem observar com el percentatge és el següent: un **47% de nenes són les que obtenen un MBé**, un 29% obtenen un Bé, un 13% un FI i un 11% un Cm.

### Coordinació 2. Dos cops de mans.

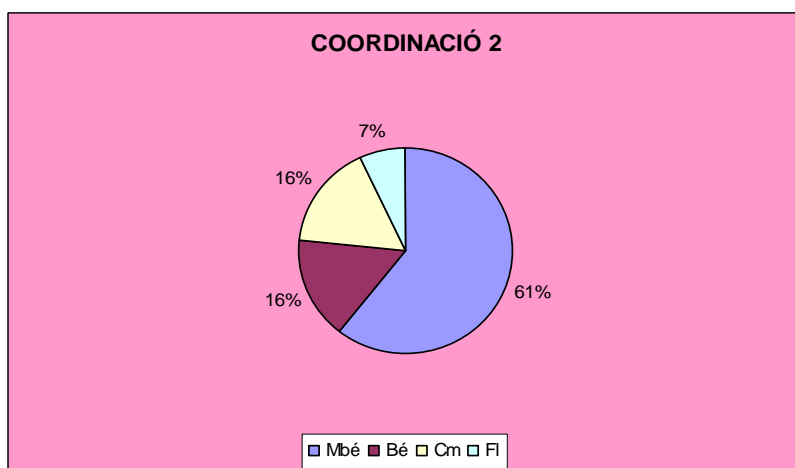
L'avaluarem igual que l'anterior per grups de qualitat i després calcularem el percentatge.



Il·lustració nº 23. Coordinació 2 noies

Podem observar com la qualificació de MBé és on hi han més nenes seguida de la Cm (cal millorar) i el Bé i per últim el Flux.

Respecte al **percentatge** quedaria de la següent manera:



Il·lustració nº 24. Percentatge Coordinació 2

Podem observar com un **61% és el MBé amb una execució de 0 errors**, el 16% correspon al Bé i al Cm amb un error i per últim el 7% és el Flux amb tres o més errors.

## CONCLUSIONS DE LES HABILITATS MOTORES.

**NOIS:** Analitzarem prova a prova.

**Prova 1)** El percentatge més alt obtingut és de 36% amb zero errors, és a dir, una qualificació de Mbé.

**Prova 2)** El grup més alt de nois es troba entre 6"30 i 7" amb un volum de 16 nens del total de 44.

**Prova 3)** Gairebé el 50% puntuen entre 2"30 a 3" i el 67% del total no comet cap error durant l'execució.

**Prova 4)** El grup més nombrós, uns 14 nens trigen 3"30 a 4".

**Prova 5)** Dividida en C1 i C2. La C1 quasi 30 nens del total puntuen un Bé. Aquesta dada equival a un 67% del total. La C2 quasi uns 20 nens puntuen també un Bé suposant aquesta dada un 47% del total.

## **NOIES:** Analitzarem prova a prova.

**Prova 1)** El percentatge més alt obtingut és d'un 36% amb una qualificació de Bé lo qual suposa un error d'execució.

**Prova 2)** El grup més alt de noies unes 20 és troben entre el interval de 6"30 a 7".

**Prova 3)** Quasi un 50% de les nenes inverteixen en fer aquesta prova entre 3"30 i 4" i un 82% no cometem cap error durant l'execució.

**Prova 4)** Una quarta part del volum total de les nenes inverteixen 3"30 a 4" en superar la prova.

**Prova 5)** Dividida en C1 i C2. La C1 un 47% de la globalitat de les noies aconseguen la màxima puntuació, és a dir, un MBé, en total unes 21 noies.  
La C2 un 61% de les noies aconseguen un MBé resultant un volum de 26 noies.

### **QUADRE DE COMPARACIÓ ENTRE NOIS I NOIES RESPECTE A LES HABILITATS MOTRIUS**

<b>Nº</b>	<b>Nom Prova</b>	<b>Nois</b>	<b>Noies</b>	<b>Comparació</b>
1	C.Motora	36% MBé	36% Bé	Millor nois
2	Desplaçament	6"30 a 7" 16 nens	6"30 a 7" 20 nenes	Millor nois
3	C.D.G	2"30 a 3" 22nens 67% MBé	3"30 a 4" 20 nenes 82% Mbé	Millor nois en temps
4	Equilibri	3"30 a 4" 14 nens	3"30 a 4" 11 nenes	Millor nois
5	Coordinació1	Bé 30 nens 67%	Mbé 21 nenes 47%	Millor noies
6	Coordinació2	Bé 20 nens 47%	Mbé 26 noies 61%	Millor noies

**Observacions finals:** Podem observar com els resultats entre nois i noies estan bastant equilibrats entre sexes.



## RESULTATS CAPACITATS CONDICIONALS

Per últim passarem a exposar el test i els resultats de la Bateria *Eurofit* passada al tercer cicle de primària.

A continuació tenim els resultats de la bateria *Eurofit* en les escoles que han participat en el projecte.

Pau delclos 5è	Flexibi.	5x10m	Abdomi.	C.N
1	-9	17''81	39	2,5
2	4	16''86	45	2,5
3	2	16''41	30	2,5
4	2	20''50	27	2,5
5	0	18''81	11	5
6	2	18''97	13	6,5
7	6	19''75	25	7
8	-9	20''34	42	8,5
9	-21	17''22	38	10
10	malalt	16''69	35	malalt

Pau Delclos 5è	Flexibi.	5x10m	Abdomi	C.N.
1	-9	18''72	37	1'5
2	-10	19''25	32	2
3	2	19''12	39	2
4	-1	18''35	34	2
5	0	19''50	26	2'5
6	-14	18''65	35	3
7	-13	19''50	35	3
8	3	20''06	23	4
9	4	20''18	21	4'5
10	3	21''32	24	4'5
11	-5	19''34	37	4
12	malalt	19''89	21	malalta

Saavedra 5è	Flexibil.	5x10m	Abdomi	C:N	Observacions
1	-12	17''59	30	1'5	
2	1	16''59	40	3'5	
3	-10	17''53	56	4	
4	-12	17''51	33	3'5	Fora 2 h
5	0	16''36	50	2	Dins 1h i fora 1h
6	0	17''73	62	4	
7	-5	18''53	50	3	Bona condició física 2h fora
8	-2	18''49	46	2	
9	3	16''31	51	2	
10	-3	19''54	34	1'5	

Saavedra 6º	Flexibil.	5x10m	Abdomi	CN	Observacions
1	6	18''53	28	2'5	
2	0	17''58	34	1,5	
3	10	18''23	38	2	
4	-5	21''58	19	2'5	Motricitat baixa
5	-7	16''22	31	2	Fora 2h karate
6	-10	19''52	39	2	
7	10	18''13	32	3	
8	0	17''34	38	2	
9	-6	21''43	8	1'5	Sobrepès important
10	-11	20''23	47	2'5	
11	-7	17''47	37	2	Espina bífida, 4 intervencions

Saavedra 5è	Flexibil.	5x10m	Abdomi	C.N.	Observacions
1	-5	16''08	43	2'5	
2	0	15''50	50	1'5	
3	-11	18''63	27	2	
4	4	17''19	31	2'5	
5	2	18''55	35	2	Baixa motricitat
6	-11	18''32	30	2	
7	0	21''19	26	3	Baixa motricitat
8	-8	20''06	39	2	Baixa motricitat
9	0	16''93	47	1'5	
10	-21	18''34	47	6	Baixa motricitat
11	-19	21''50	30	2	Baixa motricitat
12	9	22''32	27	2'5	Baixa motricitat
13	3	15''83	36	2'5	

PAX 5ºA	Flexibil.	5x10m	Abdomi	CN.	Activitat extraescolar
1	3	16''29	40	8	Fora 1h equitació
2	0	19''43	32	6	
3	8	16''72	40	6	Fora 1h equitació
4	3	15''43	25	3	Dins 3h basquet
5	7	17''04	42	5	Dins 1h dansa
6	12	17''15	35	4'5	Lliure 3h natació
7	-10	17''93	42	3	Fora 1h natació
8	3	21''27	13	1'5	
9	7	18''57	39	3	Fora 1'30 natació
10					

<b>Alumne PAX 5è A</b>	<b>Flexibil.</b>	<b>5x10m</b>	<b>Abdomi</b>	<b>CN</b>	<b>Activitats extraescolars</b>
<b>1</b>	<b>-15'5</b>	<b>18''07</b>	<b>6</b>	<b>1'5</b>	<b>Fora 6h rugby i vela</b>
<b>2</b>	<b>0</b>	<b>15''12</b>	<b>46</b>	<b>4'5</b>	<b>Fora 4h futbol</b>
<b>3</b>	<b>-8</b>	<b>15''43</b>	<b>41</b>	<b>4'5</b>	<b>Fora 3h karate</b>
<b>4</b>	<b>-15</b>	<b>15''1</b>	<b>38</b>	<b>4'5</b>	<b>Fora 4h futbol</b>
<b>5</b>	<b>2</b>	<b>16''06</b>	<b>46</b>	<b>4'5</b>	<b>Dins 3h basquet</b>
<b>6</b>	<b>-14</b>	<b>14''95</b>	<b>45</b>	<b>5</b>	<b>Fora 2'30h tennis</b>
<b>7</b>	<b>0</b>	<b>16''41</b>	<b>46</b>	<b>5</b>	<b>Dins 3h basquet</b>
<b>8</b>	<b>2</b>	<b>16''34</b>	<b>45</b>	<b>4'5</b>	<b>Dins 3h basquet</b>
<b>9</b>	<b>18</b>	<b>16''45</b>	<b>37</b>	<b>4'5</b>	
<b>10</b>	<b>0</b>	<b>15''51</b>	<b>40</b>	<b>8</b>	
<b>11</b>	<b>-15</b>	<b>18''98</b>	<b>42</b>	<b>3</b>	<b>Fora 2h judo</b>
<b>12</b>	<b>-13</b>	<b>17''00</b>	<b>42</b>	<b>3</b>	
<b>13</b>	<b>-15</b>	<b>18''36</b>	<b>35</b>	<b>5</b>	

<b>Pax 5è B</b>	<b>Flexibi.</b>	<b>5x10m</b>	<b>Abdomi</b>	<b>C.N</b>	<b>Observacions</b>
<b>1</b>	<b>0</b>	<b>18''63</b>	<b>44</b>	<b>6</b>	
<b>2</b>	<b>0</b>	<b>20''40</b>	<b>42</b>	<b>9</b>	<b>Futbol fora 2 h</b>
<b>3</b>	<b>-10</b>	<b>18''83</b>	<b>48</b>	<b>2</b>	<b>Basquet dins 3h</b>
<b>4</b>	<b>-12</b>	<b>20''27</b>	<b>41</b>	<b>4</b>	<b>Basquet dins 3h</b>
<b>5</b>	<b>-13</b>	<b>19''84</b>	<b>50</b>	<b>5'5</b>	<b>Natació fora 4h</b>
<b>6</b>	<b>-7</b>	<b>20''50</b>	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>Basquet dins 3h</b>
<b>7</b>	<b>0</b>	<b>20''31</b>	<b>43</b>	<b>4'5</b>	<b>Basquet dins 2h</b>
<b>8</b>	<b>-10</b>	<b>19''84</b>	<b>48</b>	<b>4'5</b>	<b>Basquet dins 3h</b>
<b>9</b>	<b>0</b>	<b>20''53</b>	<b>52</b>	<b>7'5</b>	<b>Basquet dins 3h</b>
<b>10</b>	<b>-4</b>	<b>19''38</b>	<b>41</b>	<b>7</b>	<b>Karate fora 3h</b>
<b>11</b>	<b>-12</b>	<b>21''03</b>	<b>44</b>	<b>4,5</b>	<b>Futbol fora 3h</b>
<b>12</b>	<b>-20</b>	<b>21''25</b>	<b>30</b>	<b>4'5</b>	
<b>13</b>	<b>-5</b>	<b>23''26</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	
<b>14</b>	<b>-2</b>	<b>23''21</b>	<b>35</b>	<b>3</b>	

<b>Pax 5è B</b>	<b>Flexibi.</b>	<b>5x10m</b>	<b>Abdomi</b>	<b>CN.</b>	<b>Observacions</b>
<b>1</b>	<b>-10</b>	<b>lesió</b>	<b>28</b>	<b>3</b>	
<b>2</b>	<b>-10</b>	<b>25''89</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	
<b>3</b>	<b>0</b>	<b>22''50</b>	<b>24</b>	<b>2'5</b>	
<b>4</b>	<b>11</b>	<b>19''61</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>Natació sincronitzada fora 3h</b>
<b>5</b>	<b>4</b>	<b>20''55</b>	<b>46</b>	<b>3'5</b>	
<b>6</b>	<b>0</b>	<b>21''32</b>	<b>48</b>	<b>3</b>	<b>Castells fora 2h</b>
<b>7</b>	<b>1</b>	<b>21''60</b>	<b>38</b>	<b>8</b>	
<b>8</b>	<b>0</b>	<b>19''72</b>	<b>56</b>	<b>lesió</b>	<b>Natació fora 2h</b>

<b>MIRACLE 5è</b>	<b>Flexibi.</b>	<b>5x10m</b>	<b>Abdomi</b>	<b>C.N.</b>	<b>Observacions</b>
<b>1</b>	<b>-13</b>	<b>19''30</b>	<b>34</b>	<b>5,5</b>	<b>Karate, fora, 4 h</b>
<b>2</b>	<b>0</b>	<b>18''73</b>	<b>27</b>	<b>4</b>	<b>Tennis, fora, 2 h</b>
<b>3</b>	<b>-13</b>	<b>20''55</b>	<b>39</b>	<b>6</b>	
<b>4</b>	<b>0</b>	<b>18''43</b>	<b>23</b>	<b>4</b>	

<b>MIRACLE 5è</b>	<b>Flexibi.</b>	<b>5x10m</b>	<b>Abdomi</b>	<b>C.N.</b>	<b>Observacions</b>
<b>1</b>	<b>0</b>	<b>19''43</b>	<b>23</b>	<b>4</b>	<b>Futbol fora 3h</b>
<b>2</b>	<b>0</b>	<b>20''53</b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>Atletisme fora 2h</b>
<b>3</b>	<b>-17</b>	<b>18''54</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	<b>Futbol fora 4h</b>
<b>4</b>	<b>0</b>	<b>18''31</b>	<b>34</b>	<b>6'5</b>	<b>Futbol dins 2h</b>
<b>5</b>	<b>-13</b>	<b>18''43</b>	<b>40</b>	<b>9</b>	<b>Futbol fora 4h</b>
<b>6</b>	<b>0</b>	<b>18''43</b>	<b>33</b>	<b>7'5</b>	<b>Futbol dins/fora 2h</b>
<b>7</b>	<b>0</b>	<b>20''97</b>	<b>32</b>	<b>6</b>	<b>Futbol fora 4h</b>
<b>8</b>	<b>5</b>	<b>17''31</b>	<b>37</b>	<b>9'5</b>	<b>Rem fora 18h</b>
<b>9</b>	<b>-18</b>	<b>19''01</b>	<b>45</b>	<b>4</b>	<b>Futbol fora 3h</b>
<b>10</b>	<b>0</b>	<b>19''53</b>	<b>32</b>	<b>1</b>	<b>Bàsquet fora 5h</b>
<b>11</b>	<b>0</b>	<b>18''56</b>	<b>13</b>	<b>4</b>	<b>Futbol fora 3h</b>
<b>12</b>	<b>-16</b>	<b>19''98</b>	<b>35</b>	<b>5</b>	<b>Futbol fora 3h</b>
<b>13</b>	<b>-9</b>	<b>16''72</b>	<b>40</b>	<b>7</b>	<b>Futbol fora 3h</b>
<b>14</b>	<b>-5</b>	<b>18''59</b>	<b>39</b>	<b>9'5</b>	

## BATERIA EUROFIT (5è i 6è Primària)

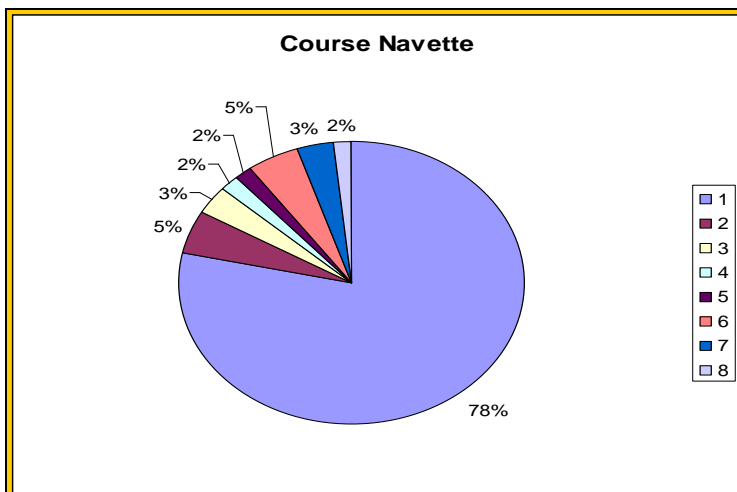
### 1ª Prova. Test de Resistència Aeròbica.

Hem passat aquesta prova a 60 nois de 5è de primària repartits entre les quatre escoles participants en el treball. Els resultats globals han estat:

### COURSE NAVETTE

NOIS	-	ESTANDARD
Puntuació		Resultat
20		12
19		11'45
18		11'30
17		11'15
16		11
15		10'45
14		10'30
13		10'15
12		10
11		9'45
10		9'30
9		9'15
8		9
7		8'45
6		8'30
5		8'15
4		8
3		7'45
2		7'30
1		7'15

NOIS	-	RESULTAT	REAL
Resultats	Puntuació	Núm. alumnes	
1	.....	1	
1'5	.....	3	
2	.....	4	
2'5	.....	4	
3	.....	4	
3'5	.....	2	
4	.....	8	
4'5	.....	10	
5	.....	5	
5'5	.....	1	
6	.....	3	
6'5	.....	2	
7	1	3	
7'5	2	2	
8	4	1	
8'5	6	1	
9	8	3	
9'5	10	2	
10	12	1	



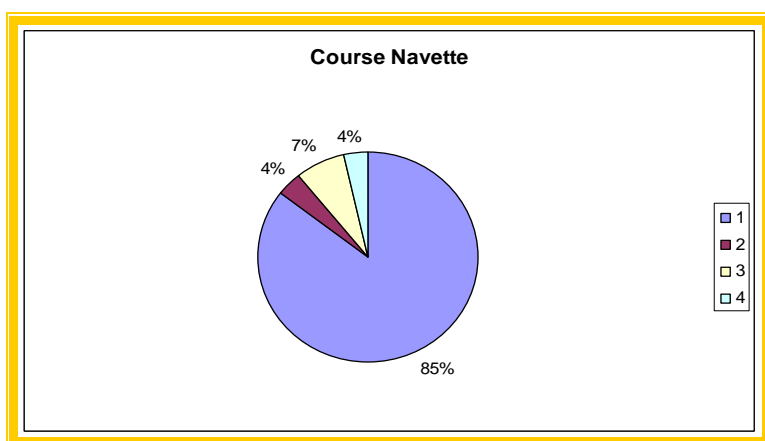
Il·lustració nº 25. Course Navette (nois)

Podem observar com un **78% dels nens tenen un zero en aquesta prova**, un 5% puntuen un 1, un 3% puntuen un 2, un 2% puntuen un 4, un 2% un 6, un 5% puntuen un 8, un 3% puntuen un 10 i només un 2% un 12. Recordem que la puntuació és sobre 20.

La mostra de noies és de 55 repartides en les quatre escoles que han participat en el projecte.

NOIES - ESTANDARD	
Puntuació	Resultat
20	10'30
19	10'15
18	10
17	9'45
16	9'30
15	9'15
14	9
13	8'45
12	8'30
11	8'15
10	8
9	7'45
8	7'30
7	7'15
6	7
5	6'45
4	6'30
3	6'15
2	6
1	5'45

NOIES - RESULTAT REAL		
Resultats	Puntuació	Núm. alumnes
1	.....	0
1'5	.....	6
2	.....	14
2'5	.....	9
3	.....	9
3'5	.....	1
4	.....	5
4'5	.....	3
5	.....	1
5'5	1	2
6	2	4
6'5	4	0
7	6	0
7'5	8	0
8	10	2
8'5	13	0



Il·lustració n° 26. Course Navette (noies)

Els resultats de la *Course Navette* en noies han estat: **el 85% ha puntuat un 0**, el 4% puntuat un 1, el 7% puntuat un 2 i el 4% puntuat un 10. Recordem que aquests valors són sobre 20.

## 2ª Prova. Flexibilitat.

En quan a la **Flexibilitat** els resultats globals dels nois són els següents:

NOIS - ESTANDARD	
Puntuació	Resultat
20	24
19	22
18	20
17	18
16	16
15	14
14	12
13	10
12	8
11	7
10	6
9	5
8	4
7	2
6	0
5	-2
4	-4
3	-6
2	-8
1	-10

NOIS - RESULTAT REAL		
Resultats	Puntuació	Núm. alumnes
-21	0	1
-20	0	1
-18	0	1
-17	0	1
-15	0	4
-14	0	1
-13	0	3
-10	1	3
-9	1'5	3
-8	2	1
-7	2'5	1
-5	3'5	3
-4	4	1
-3	4'5	1
-2	5	3
0	6	17
1	6'5	1
2	7	4
4	8	1
6	10	1
18	17	1
		<b>Total= 58</b>

Com podem observar hi han 12 alumnes amb una puntuació de 0, només hi han dos alumnes per damunt de 10 que és la puntuació mitjana.



En la Flexibilitat de noies els resultats són els següents:

### FLEXIBILITAT NOIES

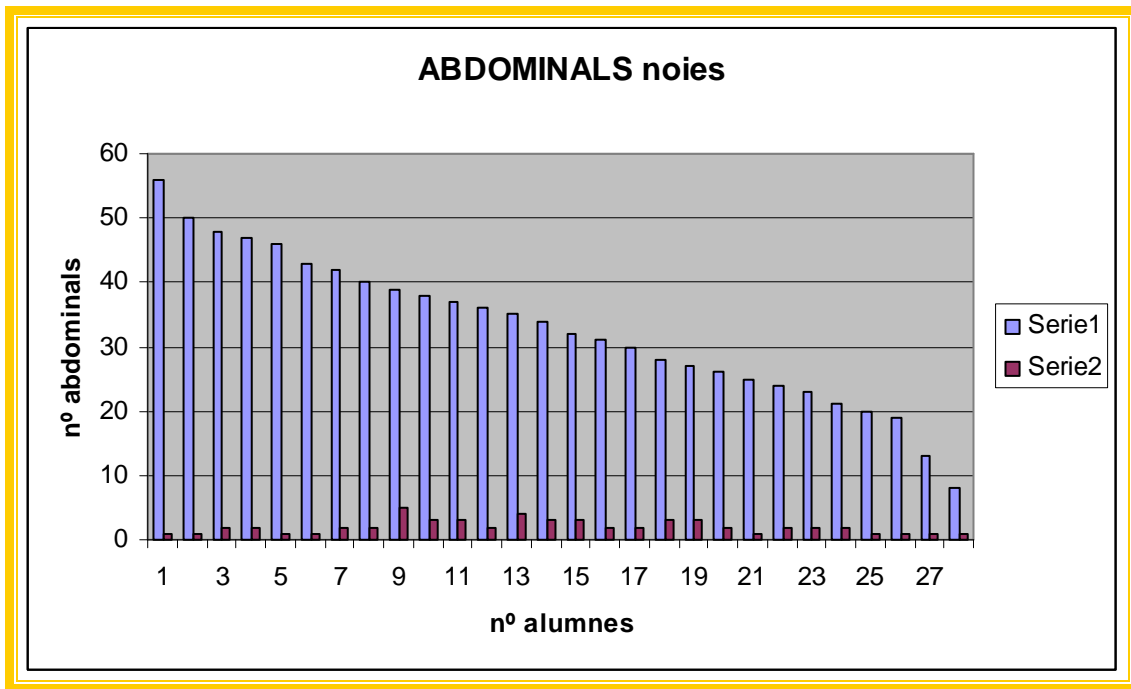
NOIES - ESTANDARD	
Puntuació	Resultat
20	25
19	23
18	21
17	19
16	17
15	15
14	13
13	11
12	10
11	9
10	8
9	7
8	6
7	5
6	4
5	3
4	2
3	1
2	0
1	-1

NOIES - RESULTAT REAL		
Resultats	Puntuació	Núm. alumnes
-21	0	1
-19	0	1
-14	0	1
-13	0	3
-11	0	3
-10	0	5
-9	0	1
-8	0	1
-7	0	2
-6	0	1
-5	0	3
-1	1	1
0	2	12
1	3	1
2	4	2
3	5	5
4	6	3
6	8	1
7	9	2
8	10	1
9	11	1
10	12	2
11	13	1
12	13'5	1
		<b>Total= 55</b>

**Els resultats de la flexibilitat** en noies són els següents: 22 noies no puntuen, és a dir, no arriben a un punt i 33 noies superen el 1, dos alumnes aconseguixen un 10, un alumne un 11 i un alumne un 12, recordem que la puntuació és sobre 20.







Il·lustració nº 28. Abdominals noies

Els resultats finals en noies són: una noia ha tret un 9, un altre ha tret un 8, cinc han puntuat un 7, d'altres cinc han tret un 6, **disset han tret un 5**, deu han puntuat un 4, nou han puntuat un 3, set han puntuat un 2, una ha tret un 1 i per últim dues han tret un 0.

## Prova 4. Prova de Velocitat - Agilitat 10x5

Velocitat 10x5 NOIS		ESTANDARD	
Puntuació	Puntuació	Resultat	Resultat
0,5	24''6	5'5	19''5
1	23''7	6	19''4
1'5	22''6	6'5	19''2
2	21''9	7	19''
2'5	21''4	7'5	18''8
3	21''0	8	18''5
3'5	20''7	8'5	18''
4	20''3	9	17''6
4'5	20''1	9'5	17''2
5	19''8	9'9	16''5

VELOCITAT 10X5		VELOCITAT 10X5		VELOCITAT 10X5	
R. real	Puntuació	R. real	Puntuació	R. real	Puntuació
17''81	9'0	16''59	9	16''45	9'9
16''86	9'9	17''53	9	15''51	9'9
16''41	9'9	17''51	9	18''98	7'5
20''50	4	16''36	9'9	17''	9'5
18''81	7'5	17''73	9	18''36	8
18''97	7'5	18''53	8	18''63	8
19''75	5	18''49	8	20''40	4
20''34	4	16''31	9'9	18''83	7'5
17''22	9'5	19''54	5'5	20''27	4
16''69	9'9	19''43	6	19''85	5
18''07	7'5	20''53	4	20''50	4
15''12	9'9			20''31	4
15''43	9'9			19''84	5
15''10	9'9			20''53	3'5
16''06	9'9			19''38	6'5
14''95	9'9	18''54	8	18''56	8
16''41	9'9	18''31	8	21''03	3
16''34	9'9	18''43	8	21''25	3
		18''43	8	23''26	1
		20''97	3	23''21	1
		19''98	5	17''59	9
				19''98	5
				16''72	9'9
				18''59	8

Dels 58 nens avaluats els **resultats finals** van ser els següents:

Amb un 1 dos nens  
 Amb un 4 set nens  
 Amb un 6 un nen  
 Amb un 8 deu nens

Amb un 3 tres nens  
 Amb un 5 cinc nens  
 Amb un 6'5 un nen  
 Amb un 9'9 quinze nens

Amb un 3'5 un nen  
 Amb un 5'5 un nen  
 Amb un 7'5 cinc nens

El resultat del grup de noies en aquesta prova va ser:

VELOCITAT 10X5 NOIES ESTANDARD		VELOCITAT 10X5 NOIES RESULTAT REAL			
Resultat	Puntuació	Resultat	Puntuació	Resultat	Puntuació
24"	0'5	17"93	9'5	18"72	7
23"3	1	21"27	3'5	19"25	8
22"8	1'5	18"57	9	19"12	8
22"3	2	18"53	9	18"35	9
22"	2'5	17"58	9'5	19"50	7
21"7	3	18"23	9	18"65	8'5
21"4	3'5	21"58	4	19"50	7
20"9	4	16"22	9'9	20"06	4'5
20"6	4'5	19"52	7	20"18	6
20"5	5	18"13	9	21"32	3'5
20"3	5'5	17"34	9'9	19"34	7'5
20"1	6	21"43	3'5	19"89	6'5
19"9	6'5	20"23	6	16"29	9'9
19"6	7	17"47	9	19"43	7'5
19"3	7'5	18"43	7	16"72	9'9
19"1	8	25"89	0'5	15-43	9'9
18"9	8'5	22"50	2	17"04	9'9
18"4	9	19"61	7	17"15	9'9
17"8	9'5	20"55	5	<b>Resultat</b>	<b>Puntuació</b>
17"	9'9	21"32	3'5	21"19	3'5
		21"60	3	20"06	4'5
		19"72	6'5	19"63	9'9
		19"30	7'5	18"34	9
		18"73	8'5	21"50	4
		20"55	5	22"32	3'5
				15"83	9'9

Els resultats finals de la **velocitat de 10x5 en noies** són els següents:

11 nenes puntuen un 9'9.  
 2 nenes puntuen un 8'5.  
 3 nenes puntuen un 7'5.  
 2 nenes puntuen un 6'5.  
 3 nenes un 5.  
 2 nenes un 4.  
 1 nena un 3.  
 3 nenes un 0'5.

9 nenes puntuen un 9.  
 2 nenes puntuen un 8.  
 6 nenes puntuen un 7.  
 1 nena puntua un 6.  
 2 nenes un 4'5.  
 5 nenes un 3'5.  
 1 nena un 2.

**QUADRE DE COMPARACIÓ ENTRE NOIS I NOIES RESPECTE A LA BATERIA EUROFIT.**

<b>Nº Prova</b>	<b>Nom Prova</b>	<b>Nois (60)</b>	<b>Noies (55)</b>	<b>Conclusions</b>
<b>P1</b>	<b>Resistència Puntuada sobre 20</b>	<b>78% un cero 17% entre 1 i 8 5% 10 o més alt</b>	<b>85% un cero 11% entre 1 i 2 4% un 10</b>	<b>No hi ha masses diferències</b>
<b>P2</b>	<b>Flexibilitat</b>	<b>12 nens un cero 2 nens més 10, la resta entre 1 i 9.</b>	<b>22 nenes un cero 4 nenes un 10 o més, la resta entre 1 i 9</b>	<b>No hi han masses diferències</b>
<b>P3</b>	<b>Abdominals Puntuada sobre 20</b>	<b>1 nen arriba al 10. 59 nens per sota de la mitjana (-10)</b>	<b>Cap noia ha arribat a la mitjana</b>	<b>No hi han masses diferències</b>
<b>P4</b>	<b>Velocitat/ Agilitat 10x5</b>	<b>15 nens arriben a 9'9 recordem que 10 és la mitjana. La resta per sota de 9'9</b>	<b>11 nenes aconsegueixen un 9'9, la resta per sota</b>	<b>No hi han masses diferències</b>
<b>Comentari Final: Podem observar com les diferències entre sexes són mínimes però el que sí és preocupant és la manca de nivell de condició física entre la mostra estudiada amb respecte als barems establerts.</b>				

## ENQUESTES PASSEDES DE PRIMER A QUART DE PRIMÀRIA

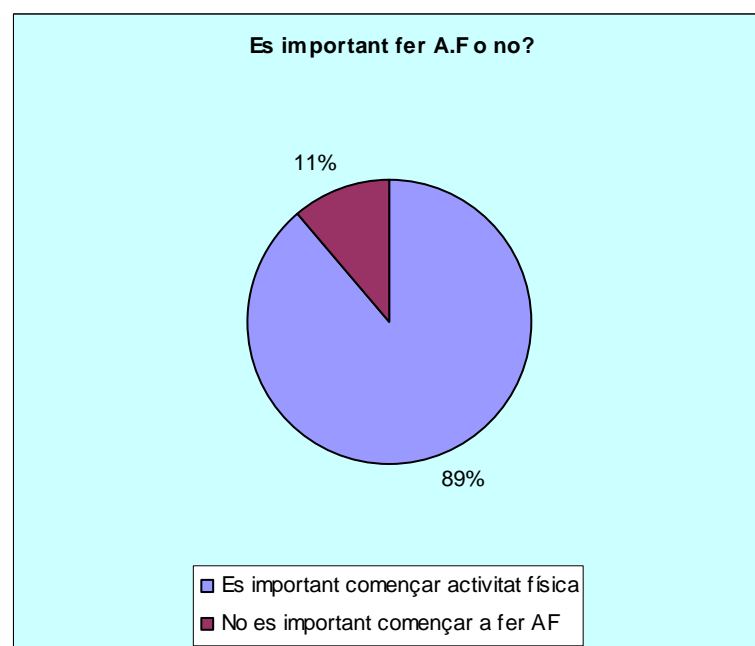
RESULTATS ENQUESTES A PRIMER I SEGON CICLE DE PRIMÀRIA			
NOIS	18	NOIES	12
És important començar activitat física	16	És important començar activitat física	11
No és important començar a fer AF	2	No és important començar a fer AF	1
AF a la mateixa escola	14	AF a la mateixa escola	9
Perquè hi ha més futur	1	Perquè hi ha més futur	0
Perquè és més còmode	11	Perquè és més còmode	4
Ja coneix als companys	2	Ja coneix als companys	2
AF fora de l'escola	4	AF fora de l'escola	2
Perquè és més motivant	0	Perquè és més motivant	1
Per sortir de l'àmbit escolar	4	Per sortir de l'àmbit escolar	1
AF concreta	10	AF concreta	5
AF general	10	AF general	4
Si important la competició	8	Si important la competició	3
No es important la competició	11	No es important la competició	8
Raó de l'esport escollit		Raó de l'esport escollit	
Li agrada	13	Li agrada	12
Per imitació als seus ídols	3	Per imitació als seus ídols	0
Voldria viure de l'esport	1	Voldria viure de l'esport	2
Pel seus amics	2	Pel seus amics	1
El prefereixen els pares	2	El prefereixen els pares	0



Hem entrevistat a 18 nens i 12 nenes. La poca mostra en aquest nivell és degut a que aquest qüestionari s'entregava als nens per que el donessin als seus pares i el retornessin a l'escola. La majoria es van perdre pel camí.

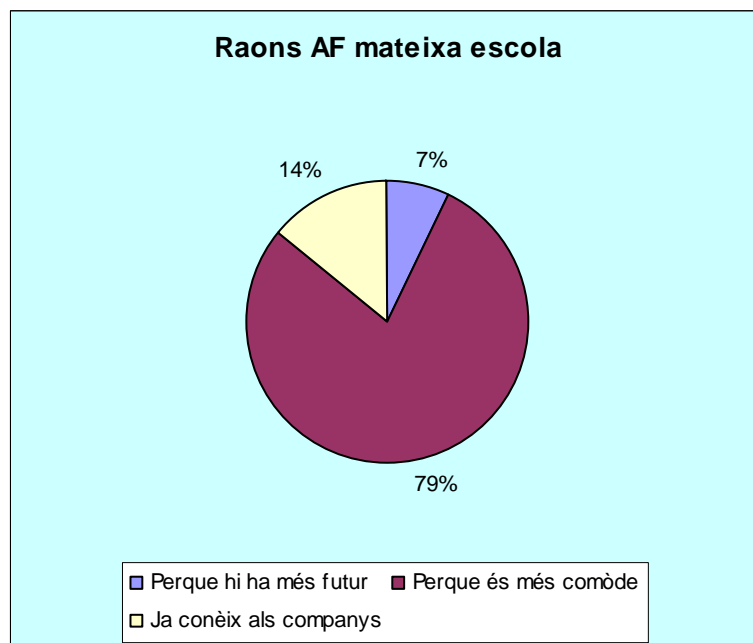
### Començarem pels resultats dels NENS.

Davant de la pregunta si és important fer Activitat Física o no veiem que els resultats són els següents:



II-Iustració nº 29. És important fer AF o no?

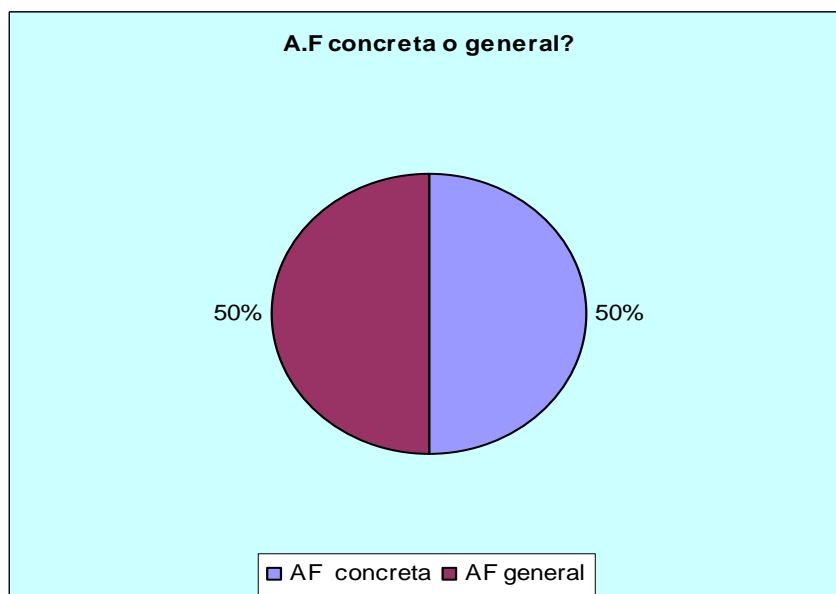
**Un 89% consideren que començar a fer activitat física en aquestes edats és molt important, en canvi un 11% no creuen que sigui tan important.**



**Il·lustració nº 30. Raons AF mateixa escola**

**El 79 % fa activitat física a la mateixa escola per què és més còmode i no fa falta sortir del centre.** Un 14% li agrada més fer esport a la mateixa escola per què ho comparteixen amb els seus companys i la resta, és a dir, un 7% ho fan per què hi ha més futur, imagino que es refereixen a la continuïtat.

En canvi les raons per les que l'activitat física és fa fora del centre és principalment per sortir de l'entorn escolar i obrir noves fronteres de relació.



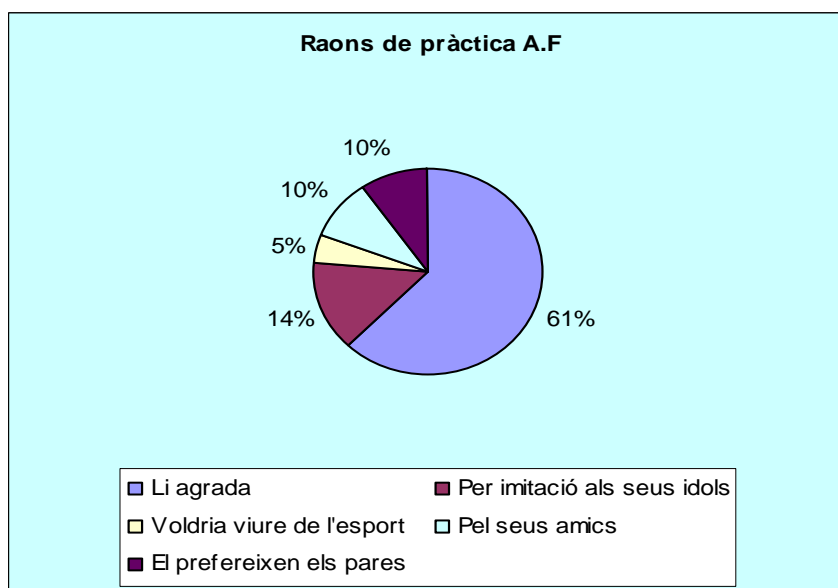
**Il·lustració nº 31. AF concreta o general?**

En referència a la pregunta de fer Activitat Física general o específica hi ha un 50% de cada opció.



Il·lustració nº 32. Si o No a la competició.

Davant de la pregunta si és bona o no la competició hi ha un **58% que creu que la competició no és important en aquestes edats** i un 47% que diuen que si és important la competició.

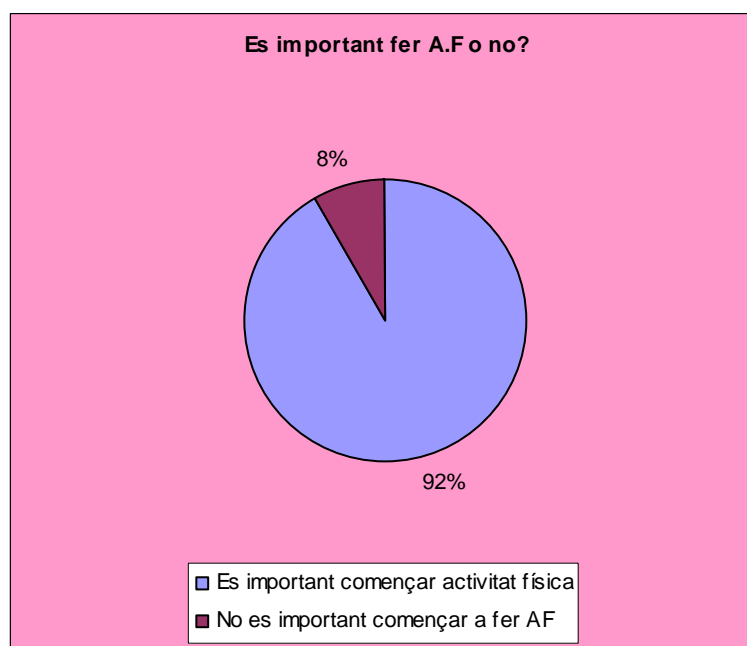


Il·lustració nº 33. Raons de pràctica AF

Les raons de la pràctica de l'activitat física es deuen a: **un 61 % pensen que és per què els agrada i gaudeixen de la pràctica d'activitat física.**

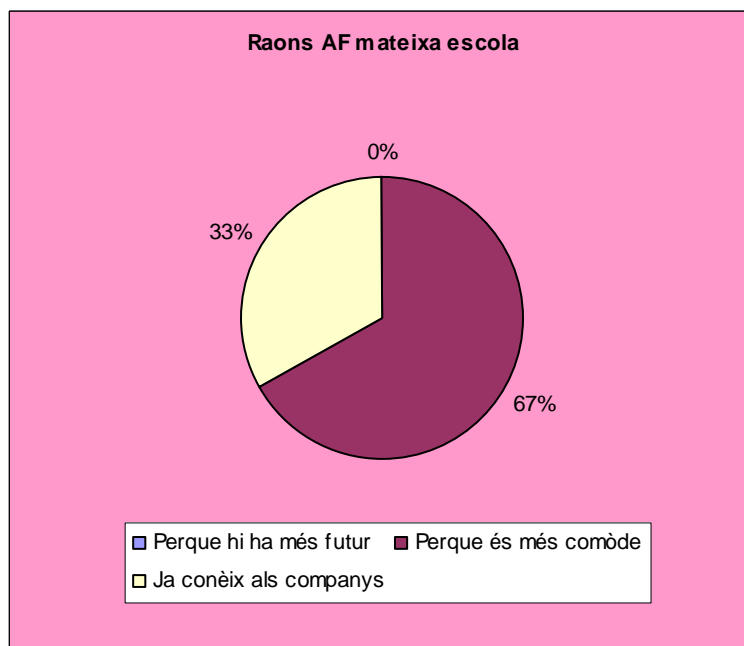
Un 14% creuen que la raó és per imitar als seus referents. Un 10% degut a que poden compartir-ho amb els amics i un altre 10% degut a que els pares ho han decidit, per últim un 5% fa la pràctica esportiva amb el desig de poder viure en un futur de l'esport.

### Resultats de les NOIES.



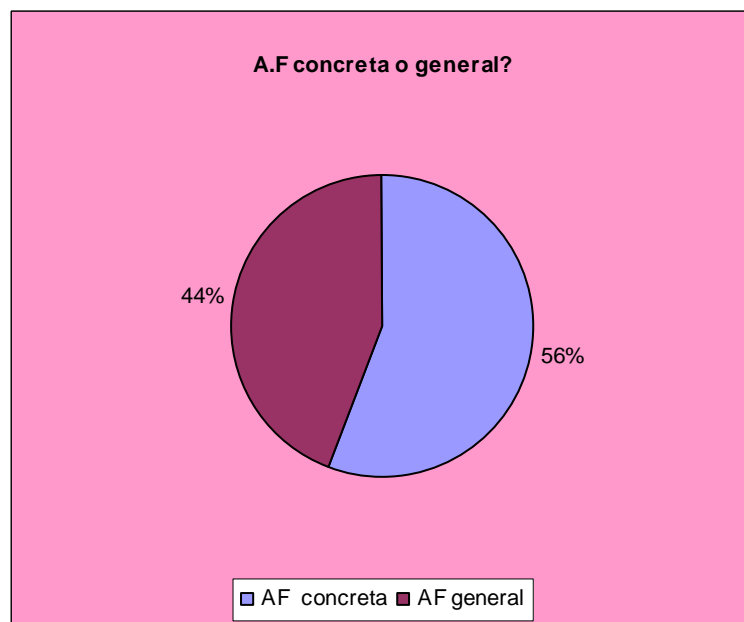
II·lustració nº 34. És important fer A.F. o no?

**El 92%** de les famílies de les nenes consideren que en aquestes edats **sí és important començar a fer activitat física** en canvi tan sols un 8% considerem que no és tan necessari.



II-lustració nº 35. Raons AF mateixa escola

Les raons per les que les nostres nenes fan activitat física al mateix centre escolar son: el **67% per què és més còmode**, el 33% per que ja coneixen als companys.



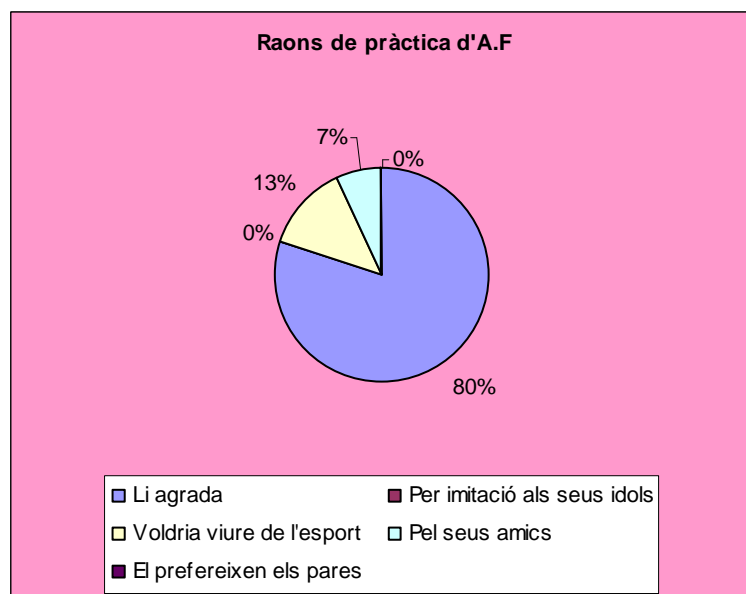
II-lustració nº 36. A.F. concreta o general?

Podem observar com el **56% de la mostra prefereixen l'activitat física concreta** i la resta, és a dir, un 44% prefereixen la general.



II-lustració nº 37. Si o No a la competició

El 73% de la mostra femenina opinen que **la competició no és important en aquesta edat**. En canvi el 27% diuen que si pot començar a ser interessant



I-lustració nº 38. Raons de pràctica d'AF

El 80% opina que **la principal raó per la pràctica d'activitat física és per què els agrada**. El 13% amb la il·lusió de poder viure de l'esport, el 7% per poder practicar-ho amb els amics, i un 0% per imitar als ídols o per què els pares trien l'opció.

## QUADRE CONCLUSIONS

Nom Activitat	NOIS	NOIES
AF és important?	89%	92%
Raons AF a l'escola	79% és més còmode	67% és més còmode
AF concreta o general	50% de cadascuna	56% concreta
Si o No a la competició	58% no és important	73% no és important
Raons de l'activitat física	61% per què els encanta	80% per què els encanta

## ENQUESTES PASSADES A CINQUÉ I SISÉ DE PRIMÀRIA.

En aquí la mostra tant de nois com de noies és més amplia que en el primer i segon cicle de primària degut a que el qüestionari l'omplien els mateixos nens a la classe d'educació física.

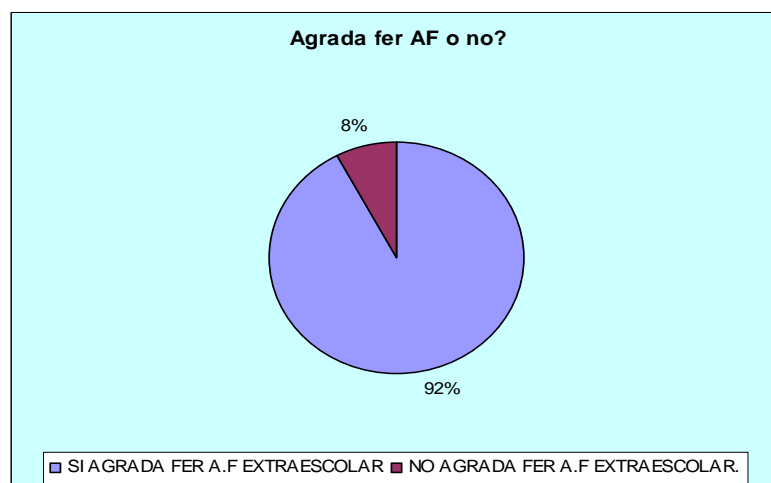
## COMENTARI DELS RESULTATS DE LES ENQUESTES REALITZADES ALS ALUMNES DE 5º i 6º DE PRIMÀRIA.

### NOIS

<b>NOIS</b>	51
SI AGRADA FER A. F EXTRAESCOLAR	47
NO AGRADA FER A. F EXTRAESCOLAR.	4
PERQUE ÉS BO PER LA SALUT	10
PER QUE ÉS DIVERTIT	31
PER QUE M'AVORREIX	4
L'A.F. LA FAS AL CENTRE ESCOLAR	24
L'AF LA FAS FORA EL CENTRE ESCOLAR	25
UN DIA D'A. F	8
DOS DIES D'A. F	22
TRES DIES D'A. F	7
MÉS DE TRES DIES D'A. F	12
SI COMPETEIXES A NIVELL FEDERAT	13
NO COMPETEIXES A NIVELL FEDERAT	28
FAIG A. F PER ESTAR AMB ELS AMICS	25
FAIG A.F PERQUE M'OBLIGUEN ELS PARES	6

FAIG A.F PER ARRIBAR A SER UN CAMPIÓ	23
AGRADEN MÉS ELS ESPORTS INDIVIDUALS	4
AGRADEN MÉS ELS ESPORTS COL-LECTIUS	38
M'AGRADEN IGUAL UNS QUE ELS ALTRES	2
INDIVIDUALS PERQUE DEPENEN DE MI	5
COL-LECTIUS SON MÉS DIVERTITS	7
COL-LECTIUS PER ESTAR AMB ELS AMICS	22
MAI HE CANVIAT D'ESPORT	26
HE CANVIAT D'ESPORT	18
HE CANVIAT PER ESTAR AMB ELS AMICS	5
HE CANVIAT PERQUE ERA AVORRIT	10
HE CANVIAT PERQUE ERA MOLT DUR	1
HE CANVIAT PERQUE NO COMPETIEM	4

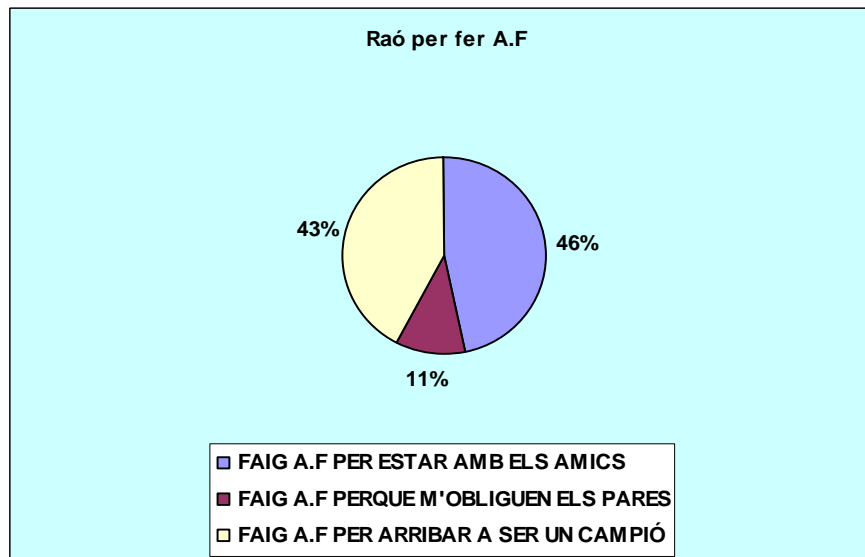
## Comentari de les respostes obtingudes del qüestionari



II-lustració nº 39. Agrada fer A. F o no?

Podem observar les dades de la gràfica on queda reflectit el **gust per la pràctica esportiva** extraescolar arribant a un percentatge d'un **92%** de la mostra total de nens i a un **8%** els nens que no tenen interès per la pràctica esportiva extraescolar.





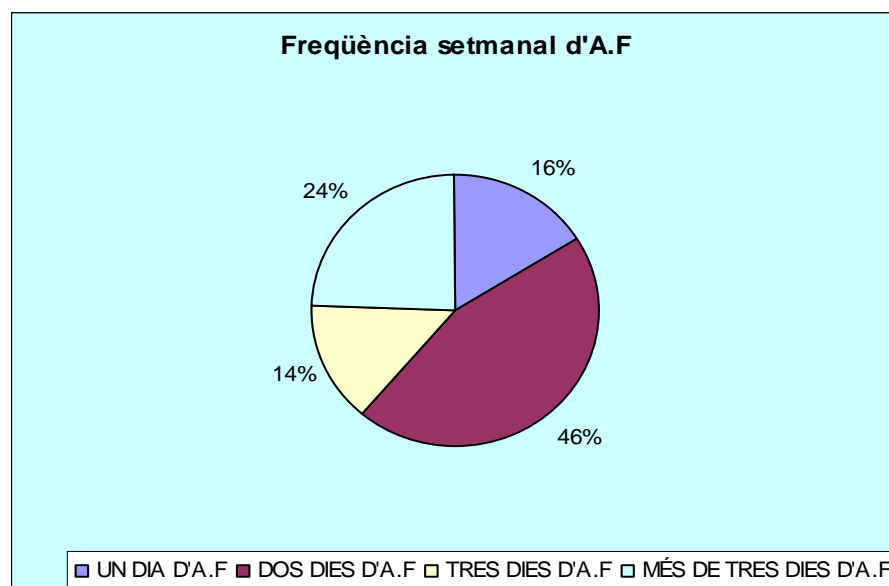
Il·lustració nº 40. Raó per fer A.F.

En aquesta gràfica podem observar les principals raons que motiven als nostres nens a fer AF a banda de l'horari escolar, aquestes són:

**46% Per poder gaudir dels amics.**

43% La il·lusió de poder arribar a ser un campió de l'esport.

11% Fa pràctica esportiva perquè els pares els obliguen.



Il·lustració nº 41. Freqüència setmanal d'A. F.

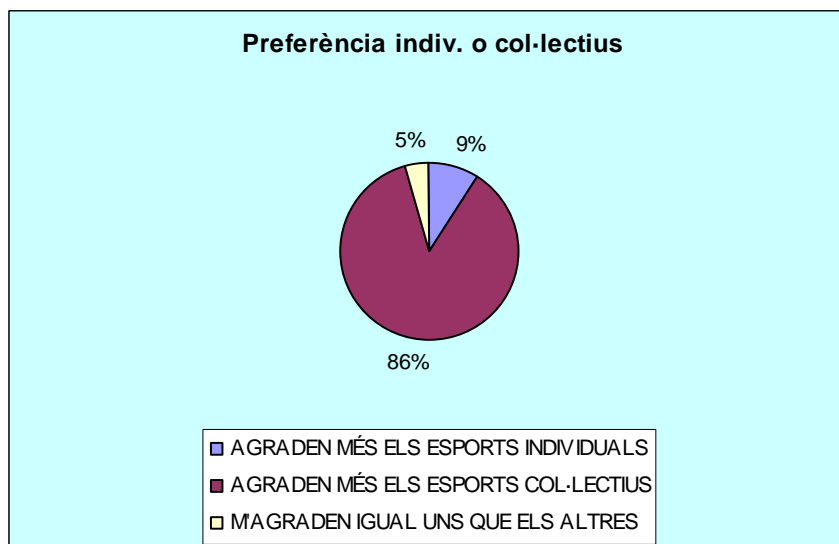
La tercera gràfica ens dona a conèixer el percentatge d'hores que inverteix la mostra de nens en AF extraescolar durant la setmana.

**46% Fa AF dues hores a la setmana.**

24% Fa AF més de tres dies per setmana.

16% Fa AF un dia a la setmana.

14% Fa AF tres dies per setmana.



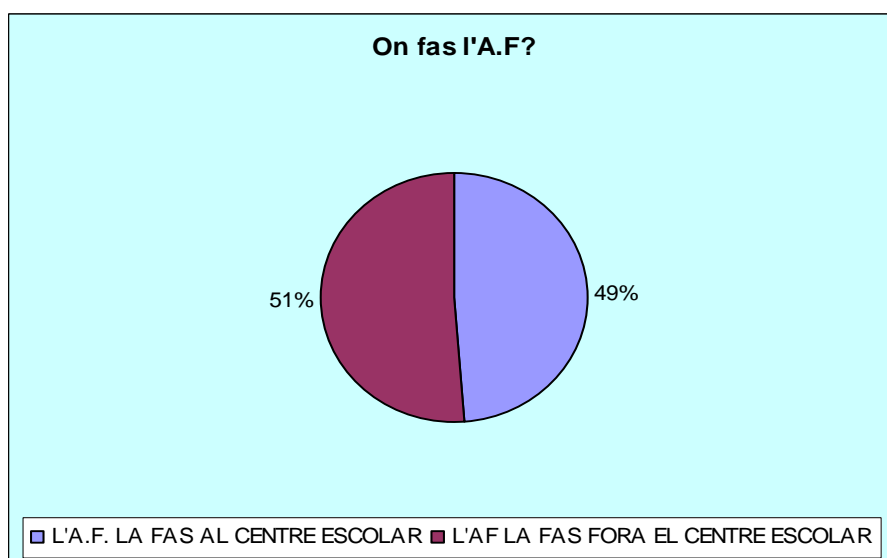
**Il·lustració nº 42. Individuals o col·lectius**

Davant de la preferència entre els esports individuals i els col·lectius ens trobem amb les següents dades:

**86% dels nens estan més interessats en els esports col·lectius.**

9% dels nens estan més interessats pels esports individuals.

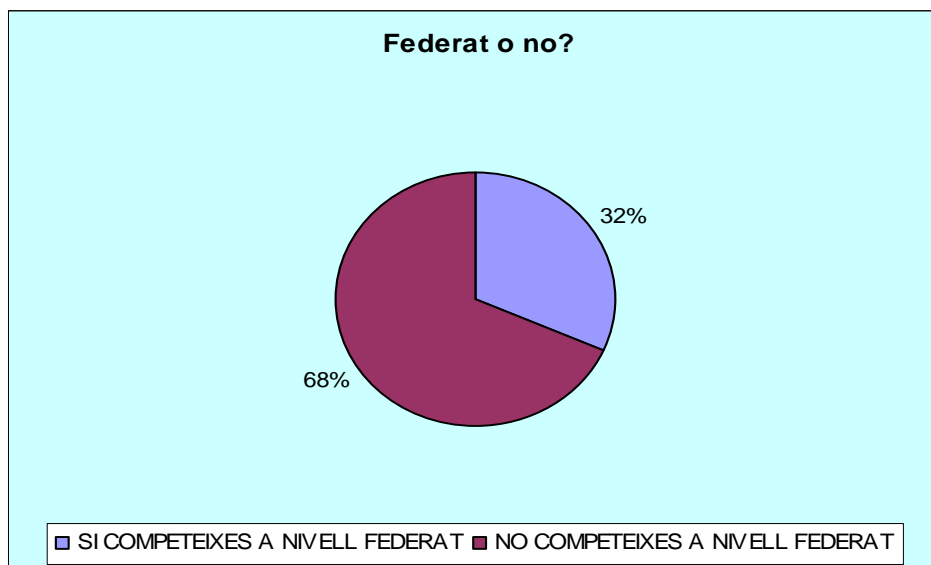
5% dels nens no tenen preferència per uns o per uns altres.



**Il·lustració nº 43. On fas l'A F?**

**Un 51% fa l'A. F. dins del mateix centre escolar** les raons, principalment son per la comoditat de no fer falta desplaçar-se i de conèixer perfectament a la gent ja que son els mateixos companys de classe.

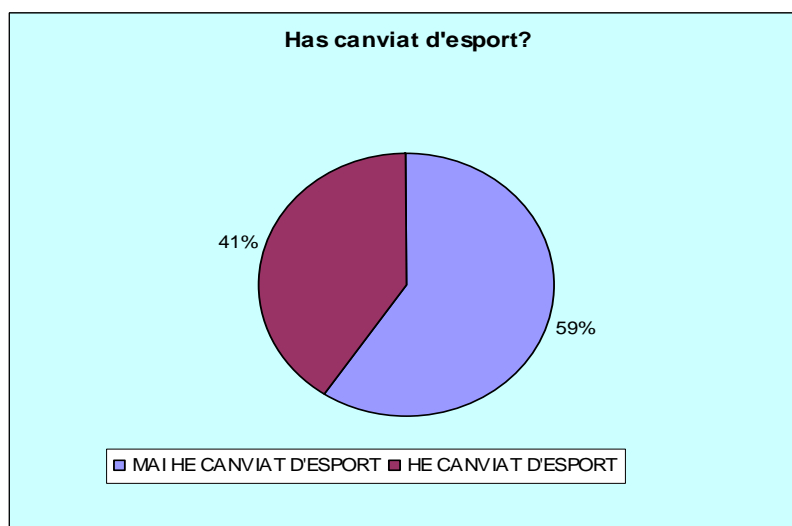
**Un 49% prefereixen fer l'A. F. fora de l'àmbit escolar** una raó, és oferir al nen un altre entorn a banda del escolar on ja hi és durant moltes hores al dia.



**Il·lustració nº 44. Federat o no?**

**El 68% no competeixen a nivell federat** però la majoria si que ho fan en la lliga dels esports escolars.

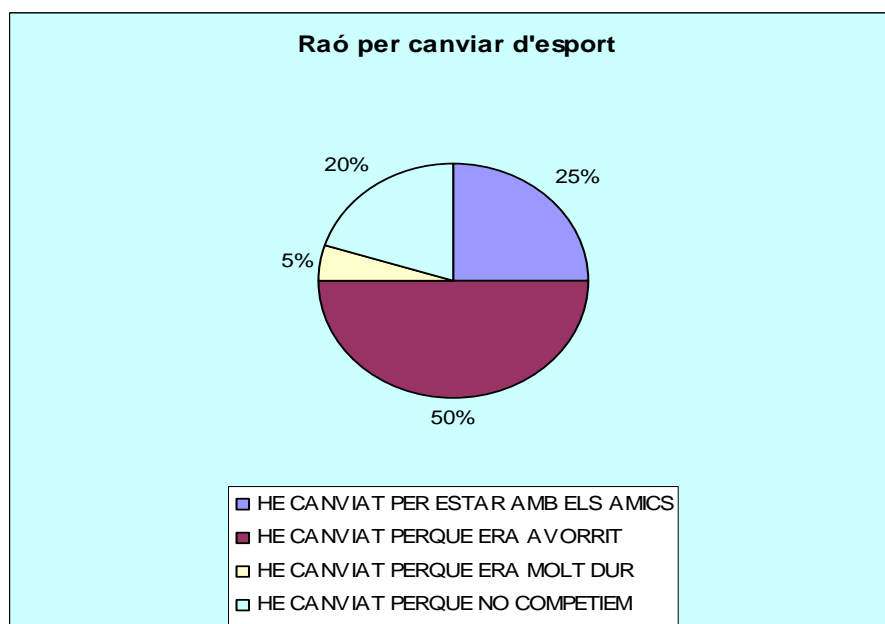
**El 32% competeixen com a federats** el qual suposa un ritme d'entrenaments diferents.



**Il·lustració nº 45. Has canviat d'esport?**

**El 59% No ha canviat mai d'esport.**

**El 41% Si que** ha canviat d'esport fins trobar el que l'agrada.



II-il·lustració nº 46. Raó per canviar d'esport.

**El 50%. Han canviat d'esport per que s'avorrien.**

El 25%. Han canviat per poder compartir l'A.F. amb els amics.

El 20%. Han canviat per poder trobar l'opció a competir.

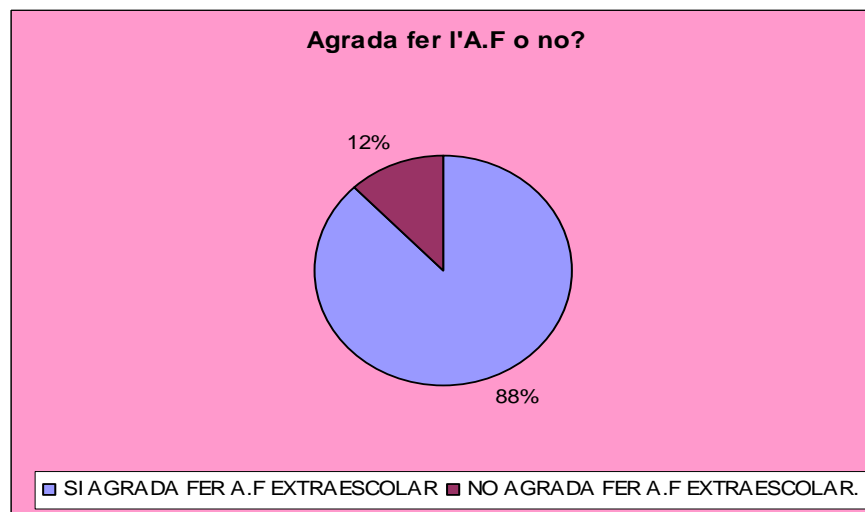
El 5%. Han canviat per que era molt dur i no gaudien el suficient.

## NOIES

<b>NOIES</b>	<b>41</b>
SI AGRADA FER A.F EXTRAESCOLAR	36
NO AGRADA FER A.F EXTRAESCOLAR.	5
PERQUE ES BO PER LA SALUT	8
PERQUE ES DIVERTIT	25
PERQUE M'AVORREIX	2
L'A.F. LA FAS AL CENTRE ESCOLAR	18
L'AF LA FAS FORA EL CENTRE ESCOLAR	15
UN DIA D'A.F	11
DOS DIES D'A.F	17
TRES DIES D'A.F	0
MÉS DE TRES DIES D'A.F	5
SI COMPETEIXES A NIVELL FEDERAT	7
NO COMPETEIXES A NIVELL FEDERAT	32
FAIG A.F PER ESTAR AMB ELS AMICS	22
FAIG A.F PERQUE M'OBLIGUEN ELS PARES	4
FAIG A.F PER ARRIBAR A SER UN CAMPÍO	6
AGRADEN MÉS ELS ESPORTS INDIVIDUALS	8
AGRADEN MÉS ELS ESPORTS COL·LECTIUS	25
M'AGRADEN IGUAL UNS QUE ELS ALTRES	3

INDIVIDUALS PERQUE DEPENEN DE MI	6
COL-LECTIUS SON MÉS DIVERTITS	6
COL-LECTIUS PER ESTAR AMB ELS AMICS	16
MAI HE CANVIAT D'ESPORT	16
HE CANVIAT D'ESPORT	16
HE CANVIAT PER ESTAR AMB ELS AMICS	2
HE CANVIAT PERQUE ERA AVORRIT	15
HE CANVIAT PERQUE ERA MOLT DUR	1
HE CANVIAT PERQUE NO COMPETIEM	0
PER CONÈIXER D'ALTRES ESPORTS	2

### Comentari de les respostes obtingudes del qüestionari:

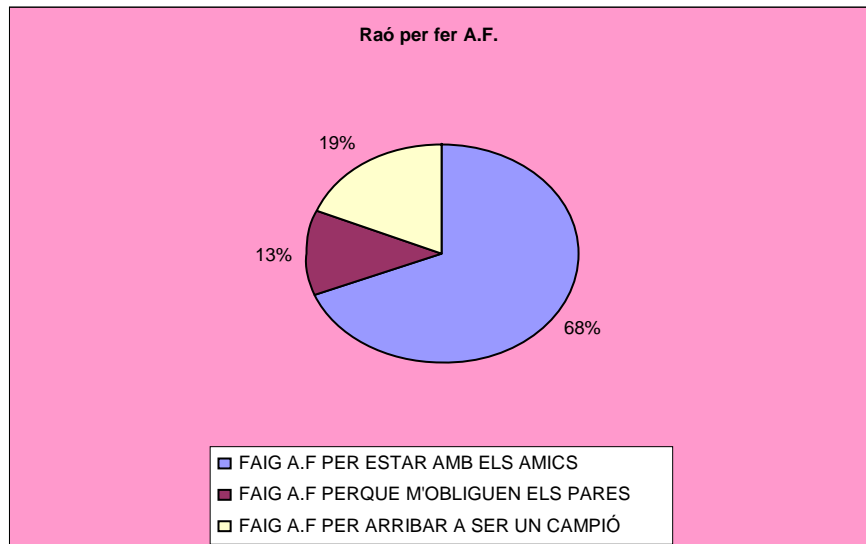


Il·lustració nº 47. Agrada fer A. F. o no?

Podem observar que els resultats enfront de l'interès de l'A.F. és el següent:

**Un 88% de nenes interessades en fer Activitat Física extraescolar.**

Un 12% de nenes que no estan interessades per l'Activitat Física.



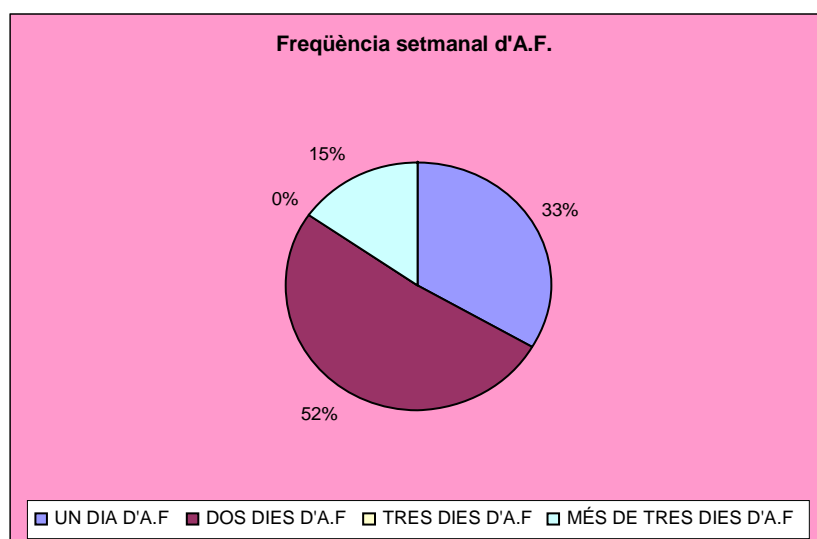
**Il·lustració nº 48. Raó per fer A. F.**

En els motius pel que una nena és pot sentir motivada per la pràctica de l'Activitat Física estan:

**Per un 68% és raó suficient per fer Activitat Física el poder estar amb les amigues.**

Un 19% practiquen amb la il·lusió d'arribar a ser una campiona.

Un 13% fan activitat Física perquè els pares ho consideren important.



**Il·lustració nº 49. Freqüència setmanal d'A. F.**

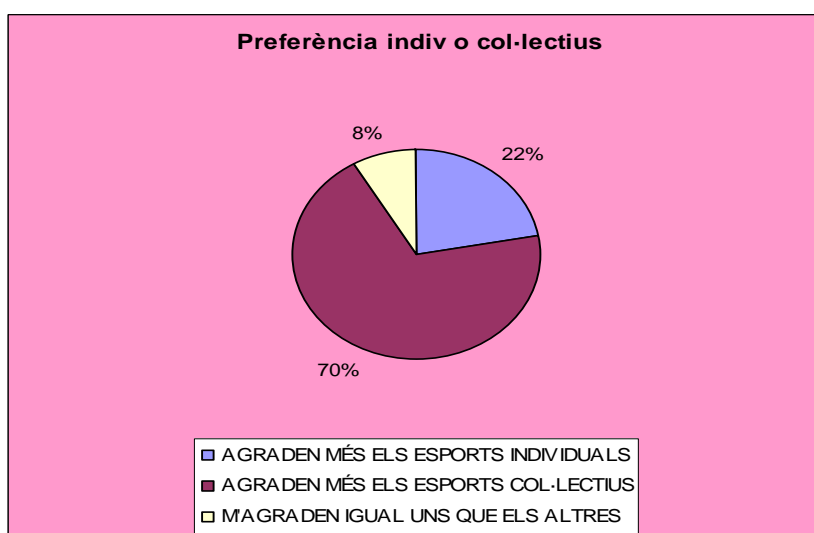
Podem observar a la gràfica la freqüència d'Activitat Física de la mostra femenina.

**52% practiquen dos dies a la setmana.**

33% practiquen un dia a la setmana.

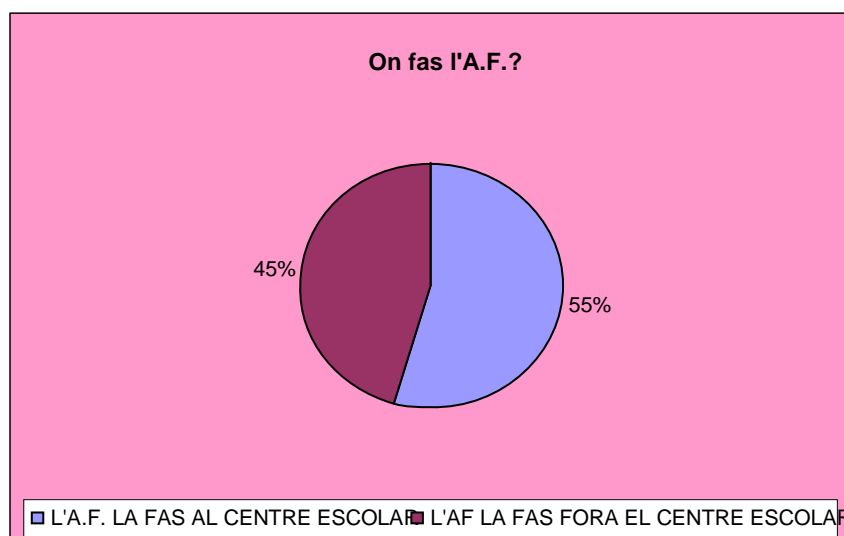
15% practiquen tres dies a la setmana.

No hi cap nena de la mostra que faci AF més de tres dies a la setmana.



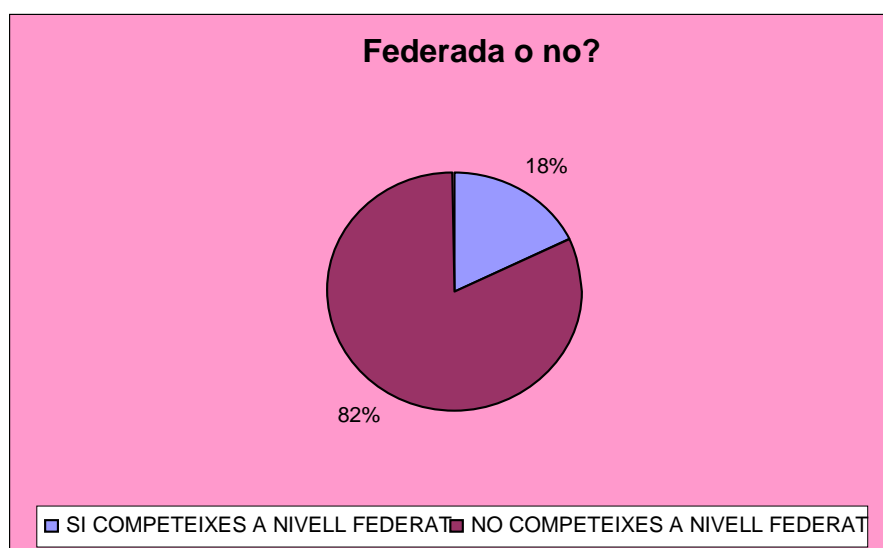
Il·lustració nº 50. Prefereixes individual o col·lectiu?

Podem observar com la majoria de nenes tenen una preferència clara cap als **esports col·lectius arribant aquesta opció a un 70%**, després davant de l'opció dels esports individuals el percentatge és d'un 22% i per últim les nenes que les és igual col·lectius que individuals és d'un 8%.



**Il·lustració nº 51. On fas l'A.F.?**

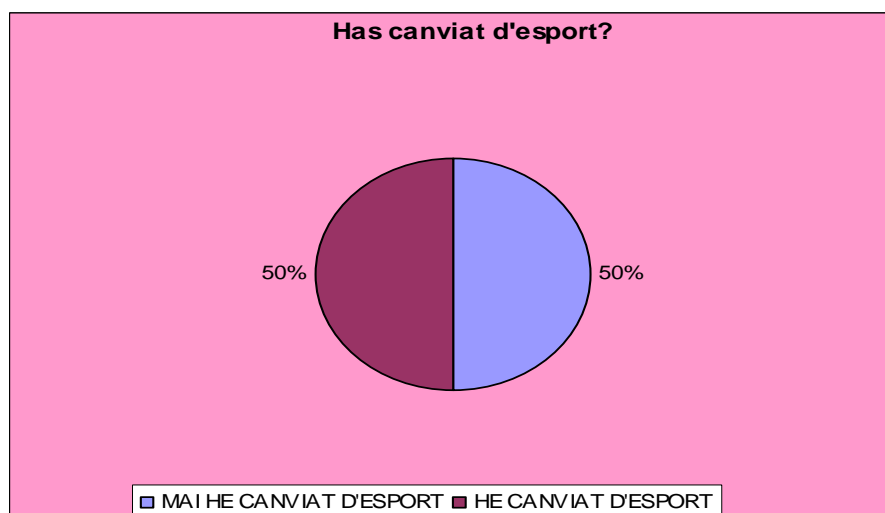
En aquesta gràfica podem veure que el **55% de les nenes prefereixen fer Activitat Física en el centre escolar**, la raó segurament que és per mantenir les seves companyes i per comoditat. Un 45% de les nenes prefereixen sortir fora del centre escolar per fer Activitat Física.



**Il·lustració nº 52. Federada o no?**

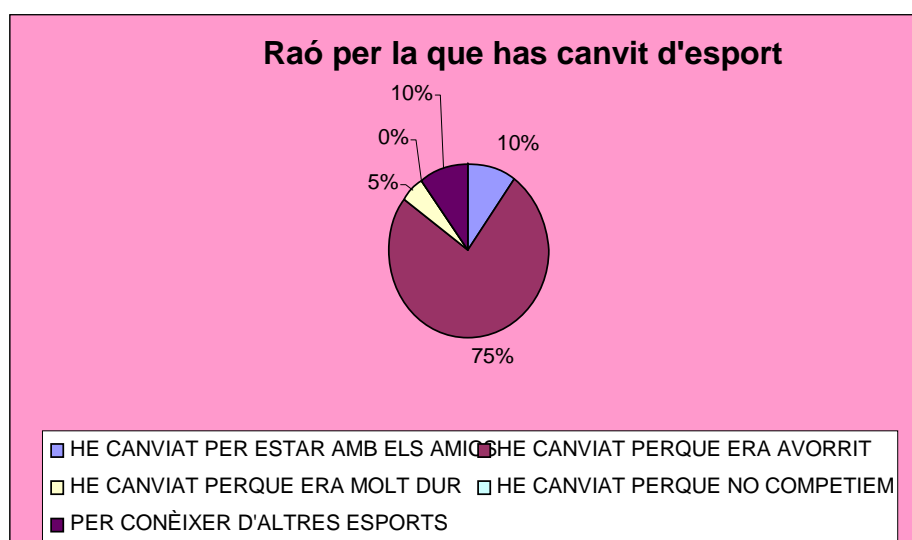
**El 82%** de les nenes practiquen esport i competeixen però **sense estar federades**, en canvi el restant 18% si estan federades.





**Il·lustració nº 53. Has canviat d'esport?**

Podem observar a la gràfica com hi ha un equilibri entre el percentatge de nenes que no han canviat d'esport i les que si ho han fet (50% per a cada opció). Les raons d'aquest canvi les podrem observar en la següent gràfica.



**Il·lustració nº 54. Raó per la que has canviat d'esport.**

**El 75% van canviar ja que el que estaven fent en aquell moment resultava avorrit** i necessitaven trobar en un altre, la part divertida i engrescadora de l'esport. En un 10% trobem les opcions de canviar per estar amb els amics i l'altre raó és per conèixer d'altres esports, un 5% ha canviat per que resultava molt dur la pràctica de l'actual esport i per últim un 0% correspon a l'opció de deixar aquell esport practicat simplement per que no és competia.

## **OBSERVACIÓ DELS CLUBS**

En quan a aquest apartat només puc dir que vam començar a fer una sèrie d'observacions però poc a poc ens vam anar desanimant ja que vam observar fets que ens van entristir.

A continuació farem un llistat d'aquests fets sense anomenar el lloc de l'observació ja que creiem que això és el menys important, en canvi si és important el següent:

- En molts casos falta de preparació per parts dels tècnics dels diferents esports.

Monotonia i avorriment en els entrenaments, és a dir, gairebé sempre es feia el mateix, els nens treballen per inèrcia, però no es respira generalment un ambient que generi il·lusió.

- En la majoria dels casos els tècnics arriben i fan les rutines de sempre sense canviar res, lo qual també provoca una desmotivació.
- En el moment de recollir el material entre exercicis no s'aprofita aquest espai per mantenir un contacte més proper amb els alumnes si no que encara s'allunya més fent conductes com: mirar mòbil, parlar amb altres tècnics o simplement separar-se físicament del grup en el temps que els nens recullen el material.
- No s'utilitza varietat en el material.
- En alguns casos els entrenadors no van vestits amb roba esportiva.
- En molts casos el silenci és l'element més usat en la sessió.
- Es treballa generalment de forma molt específica sense tenir en compte si el nen té sis anys o dotze, les sessions són gairebé iguals.
- Difícilment és treballen activitats que no tinguin una implicació directa amb l'esport concret. Això implica que, aquell nen no rep una riquesa motriu important.

- Excepte en la Gimnàstica Rítmica, en la resta dels esports no es treballa de forma regular la flexibilitat. Cal recordar els mals resultats dels nostres nens en aquesta qualitat la qual cosa és motiu per a que apareixen lesions i problemes d'esquena més endavant.
- En quasi totes les sessions es fa part inicial però en canvi en quasi cap es fa la part final.
- La metodologia utilitzada generalment és el comandament directe sense gairebé mai oferir als nens l'opció a participar en els entrenaments del seu propi desenvolupament motriu. Quasi mai és planteja als nens situacions problema on ells hagin de cercar la resposta motriu correcta.
- Un fet per a mi molt preocupant és que, com més tancat és l'esport més tancada és la metodologia. Ens referim a tancada generalment als esports individuals on hi han pocs factors canviants durant l'execució de la pràctica esportiva. En canvi en els esports col·lectius només pel fet de compartir l'activitat física amb d'altres companys ja afavoreix més la il·lusió i potser aquesta manca de metodologies obertes no es noten tan a faltar.

A continuació afegirem el model de full d'observació dels clubs:

# FULL D'OBSERVACIÓ ALS CLUBS

DIA ..... ESPORT.....

## PART INICIAL

a) Hi ha part inicial? Si  No

b) Activitats que realitzen: Carrera continua

Estiraments

Jocs de persecució

D'altres

.....

c) Metodologia utilitzada: Comandament directe

Assignació de tasques

Lliure exploració

D'altres

.....

d) Material que utilitza: Cap

Cèrcols

Pilotes

Cordes

D'altres .....

e) Temps de durada: Menys de 5'  Més de 5'

Més de 10'

**PART PRINCIPAL**

**a) Activitats que es realitzen**

.....

.....

.....

.....

.....

**b) Material que utilitzen: Cap**

**Pilotes**

**Cèrcols**

**D'altres** .....

**c) Metodologia utilitzada: Comandament directe**

**Assignació de tasques**

**Lliure exploració**

**D'altres** .....

**d) Temps de durada: Menys de 45'**  **Més de 45'**

**Més de 60'**  **Més de 120'**

**e) Feedback: Si**  **Positiu**  **Neutre**  **Negatiu**

**No**

**PART FINAL**

a) Hi ha part final? Si  No

b) Activitats que realitzen: Carrera continua

Estiraments

Jocs de persecució

D'altres .....

c) Metodologia utilitzada: Comandament directe

Assignació de tasques

Jocs de persecució

Jocs de tornada a la calma

D'altres .....

d) Material que utilitza: Cap

Si

Quin?

e) Temps de durada: 5'  10'

Més de 10'

f) Observacions:

.....  
.....

## DISCUSSIÓ

### **A) 1r Cicle de Primària. Esquemes motors de base.**

- 1) Els esports més practicats en el primer cicle de Primària són com a més importants: el futbol i el bàsquet i com a menys importants: la natació, el judo i la dansa.
- 2) Els nois en la prova de salts aconseguixen com a dada més freqüent la de cal millorar, què és un 41% de la mostra. Això implica una execució amb dos errors d'execució.
- 3) Les noies en la prova de córrer utilitzen un temps mínim més alt usant un 12"52, en canvi els nois utilitzen un 11"25. En canvi el temps màxim emprat en aquesta prova és més alt en els nois que en les noies. En els nois és de 24"78 i en les noies és de 23".
- 4) En la prova de combinació de salts les noies han superat als nois, potser això es justifica, ja que aquesta prova té un component de coordinació i aquesta qualitat està més desenvolupada en les noies que en els nois.

### **B) 2n Cicle de Primària. Habilitats motrius.**

- 1) L'esport més practicat pels nois és el futbol i és practicat majoritàriament dins del mateix centre escolar.
- 2) L'esport més practicat per les noies és el ballet, la gimnàstica rítmica i la natació i les tres modalitats són practicades fora del centre.
- 3) En la prova de combinació motora els nois han puntuat com a dada més alta un 36% la màxima puntuació, és a dir, un MBé. Les noies han puntuat un 36% amb un Bé implicant això un error en l'execució. Per tan els nois han puntuat més alt en aquesta prova respecte a les noies.

- 4) En la prova de desplaçament, la dada més freqüent en nois és de 6" a 7". En les noies, la dada més freqüent és també de 6" a 7", així doncs, la puntuació és la mateixa entre nois i noies.
- 5) En la prova de Coordinació Dinàmica General (CDG) un 67% del nois van executar aquesta prova sense cap error d'execució, i d'aquests un 36% ho van fer en un temps de 2"30 a 3". Les noies han necessitat més temps que els nois en executar la prova, el temps més usat en les noies és entre 3"30 na 4" i un 82% no cometien cap error, en aquest apartat de qualitat han estat superiors les noies amb respecte als nois.
- 6) En la prova d'equilibri els nois en la seva majoria van utilitzar entre 3"30 i 4" i les noies van utilitzar el mateix temps. En aquest prova no hi ha cap diferència entre nois i noies.
- 7) La prova de coordinació la dividim en dues parts apartat a i apartat b.
  - **Apartat a:** Un 67% del nois han comès un sol error, en canvi les noies han obtingut millors resultats, per tan, en aquesta prova estan per damunt.
  - **Apartat b:** Un 47% dels nois cometien un error durant l'execució. En canvi les noies arriben a un 61% sense cap error lo qual dona la evidència que les noies en l'aspecte coordinatiu estan per damunt dels nois.

### **C) 3r cicle de Primària. Bateria EUROFIT**

1) En la prova de resistència (*Course Navette*) un percentatge de nois arribant a 78% puntuen un zero. Un 85% de les noies també aconseguen un zero.

En aquests resultats podem observar com la resistència aeròbica de la mostra és molt baixa.

2) En la prova de Flexibilitat només dos nois arriben o superen la mitjana i dotze nens aconseguen un zero. El resultat de les noies és molt similar al dels nois, tan sols dues noies puntuen la mitjana, la resta també aconseguen mals resultats. Veien aquests resultats podem preveure futures lesions i problemes d'esquena per aquesta manca de flexibilitat als isquis tibials.



- 3) En quan als abdominals el grup més nombrós de nois ha puntuat un 6. En canvi el grup més nombrós de noies puntuen un 5. Aquests resultats confirmen que els nois en aquesta prova estan per damunt de les noies.
- 4) En la prova de velocitat, 15 nens de la mostra puntuen un 9'9 i de les noies 11 d'elles també puntuen un 9'9.  
Aquesta prova és en la que millor puntuen tan nois com noies. La raó suposem és que, aquesta qualitat és una de les que practiquen més en els seus espais lúdics.

#### **D) Enquestes a 1r i 2n cicle de Primària**

- 1) Tant en nois com en noies les famílies consideren important que els seus fills comencin a fer activitat física i la majoria tant en nois com en noies ho prefereixen fer dins de la mateixa escola per la comoditat que representa i per poder-ho compartir amb els companys de classe.
- 2) Les famílies dels nois opinen per un igual entre activitat general o concreta. En canvi en les noies s'opina més a favor de l'activitat general per sobre de la concreta.
- 3) En quan a la importància de la competició tan en nois com en noies no es considera important la competició en aquestes edats.
- 4) La raó de la pràctica esportiva no és més que els encanta i s'ho passen molt bé.

#### **E) Enquestes a 3º cicle de Primària**

- 1) Un 92% dels nois i un 88% de les noies estan encantats amb fer pràctica esportiva, la principal raó és poder-ho fer amb els amics i amigues.
- 2) La freqüència de pràctica esportiva en els nois és de dos dies a la setmana. En les noies aquesta freqüència va des d'un dia a dos dies.

- 3) Hi ha una preferència clara en els dos sexes dels esports col·lectius per sobre dels individuals.
- 4) Els nois prefereixen fer l'esport extrascolar en el centre escolar en canvi les noies ho fan moltes fora del centre. La raó en la seva majoria: els nois practiquen futbol i bàsquet, en canvi les noies fan activitats més neutres i femenines com: natació, tennis, ballet o gimnàstica rítmica i són activitats que per instal·lacions s'han de fer fora del centre escolar.
- 5) La majoria dels nois i noies de la mostra no estan federats.
- 6) Els que canvien d'activitat és degut a intentar trobar-ne un que els agradi més.

## **F) Observacions Clubs.**

- 1) Manca d'especialistes enfront de les activitats.
- 2) Gairebé sempre es fan les mateixes activitats lo qual provoca desencant.
- 3) Metodologies molt tancades.
- 4) Poca originalitat en l'ús del material.
- 5) En molts casos es suprimeix la part final de les sessions.
- 6) Treball massa específic quan el més important en aquestes edats és el treball general de les capacitats coordinatives i condicionals per la creació d'un bona base motriu.

- 7)** Poca incidència en la flexibilitat i la resistència aeròbica.
- 8)** Manca de feedbacks positius.
- 9)** Falta originalitat en el plantejament de les sessions.
- 10)** Massa present l'aspecte competitiu, més que el de formació.

Davant de tot això, jo faig la proposta de crear una escola motriu on és pugui treballar d'una manera general l'educació física i anar cap a l'especialització, però amb el recolzament d'una base que ens asseguri un posterior desenvolupament esportiu en certes garanties de fins i tot arribar a assolir bons nivells de rendiment i sempre amb bons especialistes al front de cadascuna de les activitats.

## CARACTERÍSTIQUES DE L'ESCOLA MOTRIU.

### CONTINGUTS MOTRIUS A TREBALLAR D'UNA FORMA GENERAL.

- 1) Coneixement i consciència del propi cos.
- 2) Treball dels esquemes motors i posturals de base.
- 3) Treball de les capacitats coordinatives.
- 4) Treball de les capacitats condicionals.
- 5) Fonaments bàsics dels esports individuals i col·lectius.
- 6) Habilitats esportives bàsiques.
- 7) Jocs esportius.
- 8) Esports reglats.
- 9) Instaurar l'hàbit de la pràctica esportiva.

### DESENVOLUPAMENT MOTRIU INFANTIL

Stratz (1941) va fer un estudi dels períodes de creixement:

EDAT	FASES	CARACTERÍSTIQUES
2/4 anys	1º ensanchamiento	Desproporció entre alçada/pes Tendència a pujar de pes
5/7 anys	1º estirón	Tendència a créixer en alçada
8/11 anys	2º ensanchamiento	Cúmulo de greix abans de la pubertat
12/14 (noies) 13/16 (nois)	2º estirón	Augmenta l'alçada
Joventut	3º ensanchamiento	Proporcionalitat

Segons Marcos (1989) el desenvolupament motriu va millorant gràcies al augment de la musculatura i a la millor utilització del sistema nerviós.

*Winter* (1989) anomena cinc fases en el desenvolupament motriu:

- 1) Fase de perfeccionament dels esquemes motors de base com ho són: el córrer, caminar i la combinació d'aquests (4/7 anys).
- 2) Fase d'avanços ràpids (7/10 anys) es millorarà la coordinació i l'equilibri.
- 3) Fase d'aprenentatge motor de 9/12 anys en els nens i de 9/14 anys en nenes.
- 4) Fase de canvis d'estructures i habilitats motores. Nens de 11/14 anys i en nenes de 12/15 anys coincidint amb els canvis morfològics propis d'aquestes edats.
- 5) Fase d'estabilització, els nois entre 13 i 17 anys i en noies entre 14 i 19 anys. Augmenta la força i la capacitat de moviments apareixent un increment important del rendiment.

## **METODOLOGIA D'ENSENYAMENT.**

Mètode d'aprenentatge: mètode global i mètode mixta.

Sistemes d'ensenyament: descobriment guiat, lliure exploració, resolució de problemes i assignació de tasques.

Tipus d'activitats: joc simbòlic, fantasia motora, joc real, exercicis específics, activitats alternatives i circuits.

Organització: per grups i individuals.

El joc serà la principal eina per a assolir els objectius:

- a) Jocs lliures amb poca comunicació motriu, espai poc limitat, poques normes reglamentaries i senzilles.
- b) Jocs individuals i col·lectius, apareix la noció de col·laboració, espais limitats, desmarcatge, marcatge i normes reglamentàries més complexes.
- c) Jocs i esports individuals i col·lectius comencem a introduir la noció d'atac i de defensa juntament amb un reglament més complet.

## **PROGRAMACIÓ DE 4 A 5 ANYS (1r NIVELL).**

### **Objectius generals en l'àmbit motriu.**

- Descobriment del propi cos.
- Descobriment dels esquemes motors de base.
- Capacitats coordinatives bàsiques.
- Preferentment activitats en grup.
- Desenvolupament del ritme i l'expressió corporal.

### **Objectius generals en l'àmbit cognitiu.**

- Consciència de la imatge motriu.
- Descobrir diferents formes de moviment.
- Expressió i ritme.

### **Objectius generals en l'àmbit afectiu.**

- Gaudir de la part lúdica de l'activitat física.
- Superar l'egocentrisme.
- Acceptació del propi cos.
- Higiene i salut corporal.
- Respecte al material, instal·lacions.

### **Objectius específics en l'àmbit motriu.**

- Coneixement i consciència de les diferents parts corporals.
- Coneixement de la simetria i dels diferents segments corporals.
- Practica de: caminar, córrer, rodolar, reptar, enfilarse, xutar, colpejar, agafar, llençar, .....
- Percepció de les distàncies: curtes, llargues, entre objectes, entre si mateix...
- Saber diferenciar perfectament: a baix/ a dalt, enrere/ endavant, prop/ lluny, dins/ fora, gran/petit, molt/ poc, fort/ suau, dur/tou, .....
- Percepció del ritme.
- Tècniques d'expressió corporal.
- Saber compartir el material.
- Respecte al material, instal·lacions, companys, professors, ....
- Hàbit d'higiene permanent.

## **PROGRAMACIÓ DE 6 A 8 ANYS (2n NIVELL).**

### **Objectius generals en l'àmbit motriu.**

- Reforç i consolidació dels esquemes motors de base.
- Treball de les capacitats coordinatives.
- Familiarització amb els esports individuals i col·lectius.

### **Objectius generals en l'àmbit cognitiu.**

- Consolidació i fixació de la lateralitat.
- Treball de cooperació, treball en grup.

### **Objectius generals en l'àmbit afectiu.**

- Gaudir del moviment.
- Aprendre a compartir.
- Instaurar hàbits i valors com la higiene, salut i valors en l'esport.

### **Objectius específics en l'àmbit motriu.**

- Reforçar el caminar, córrer, reptar, agafar...
- Reforçament dels esquemes motors de base en l'espai: endavant, enrere, a dalt, a baix....
- Millorar les capacitats coordinatives com: diferenciació dinàmica, orientació, equilibri, fantasia motora, combinació motora, ritme i anticipació motora.
- Familiarització amb: espais limitats, zones prohibides, treball en grup per assolir un objectiu i per evitar que l'altre equip l'aconsegueixi, intercanvi d'un mòbil.

En aquestes edats s'ha d'utilitzar molt els jocs de relleus, els jocs pre-esportius amb reglament simplificat. La competició serà de caràcter intern i a escollir entre la diversitat d'activitats.

En els 7/8 anys començarà la iniciació esportiva polivalent sense excloure cap pràctica esportiva. És el període més aconsellable per a conèixer el màxim nombre d'esports. L'objectiu serà assolir una cultura esportiva que permeti la lliure elecció d'una posterior especialització. L'objectiu de l'etapa és el desenvolupament universal del nen, es comença l'aprenentatge de les tècniques bàsiques esportives

Eines de treball: exercicis lúdics, col·lectius, amb reglament simplificat, exercicis de flexibilitat i d'equilibri. Les competicions seran a nivell intern.

## **PROGRAMACIÓ DE 9 A 10 ANYS (3r NIVELL).**

### **Objectius generals en l'àmbit motriu.**

- Consolidació de les capacitats coordinatives.
- Iniciació a la tècnica en els esports col·lectius.
- Iniciació a la tècnica en els esports individuals.

### **Objectius generals en l'àmbit cognitiu.**

- Treball d'assoliment de les capacitats coordinatives.
- Treball de cooperació.
- Treball d'oposició.

### **Objectius generals en l'àmbit afectiu.**

- Gaudir de la pràctica esportiva reglada i reglamentada.
- Aprendre a compartir.
- Aprendre a acceptar a tots els companys.
- Aprendre a acceptar les normes dictades pel professor.

### **Objectius específics en l'àmbit motriu.**

- Reforçament i assoliment de les capacitats coordinatives com ho són: la combinació motora, diferenciació dinàmica, equilibri, fantasia motora, ....
- Iniciació a la tècnica dels gestos tècnics d'esports col·lectius com: el bàsquet, handbol, futbol, hoquei, voleibol, waterpolo, ....
- Iniciació a la tècnica dels gestos tècnics d'esports individuals com: bàdminton, tennis, natació, atletisme, jocs amb raqueta, ....
- Jocs motrius on s'aplicarà les diferents tècniques dels esports i els quals tindran una transferència directe cap el joc real en espai, normes, material, ....
- Explorar les limitacions pròpies per arribar a una bona consciència de sí mateix.
- Saber adequar les accions motrius a les característiques de l'entorn.



## **PROGRAMACIÓ DE 11 A 12 ANYS (4º NIVELL).**

### **Objectius generals en l'àmbit motriu.**

- Iniciació al treball de les qualitats físiques o capacitats condicionals.
- Reforçar el treball tècnic dels diferents gestos tècnics treballats en l'etapa anterior.
- Iniciació del treball tàctic de diversos esports individuals.
- Iniciació del treball tàctic de diversos esports col·lectius.

### **Objectius generals en l'àmbit cognitiu.**

- Aprendre el concepte de tàctica.
- Saber aplicar la tàctica en situacions lúdiques.

### **Objectius generals d'àmbit afectiu.**

- Mantenir la il·lusió per l'activitat física.
- Fomentar la bona relació entre els participants.
- Acceptació de tots els companys.
- Acceptar les normes en cadascuna de les tasques.

### **Objectius específics en l'àmbit motriu.**

- Iniciació al treball de força.
- Iniciació al treball de velocitat.
- Iniciació al treball de resistència.
- Iniciació al treball de flexibilitat.
- Iniciació al treball tàctic en esports individuals.
- Iniciació al treball tàctic en esports col·lectius.

Objectiu: formació atlètica universal i domini de les tècniques bàsiques i de les estratègies bàsiques dels esports triats.

La iniciació als esports tenen tres fases: Iniciació, Desenvolupament i Perfeccionament.

- Iniciació :
- Elements tècnics sense pilota.
  - Elements tècnics amb pilota.
  - Elements tècnics– tàctics amb oposició.

Desenvolupament: Accions més complexes que les anteriors.

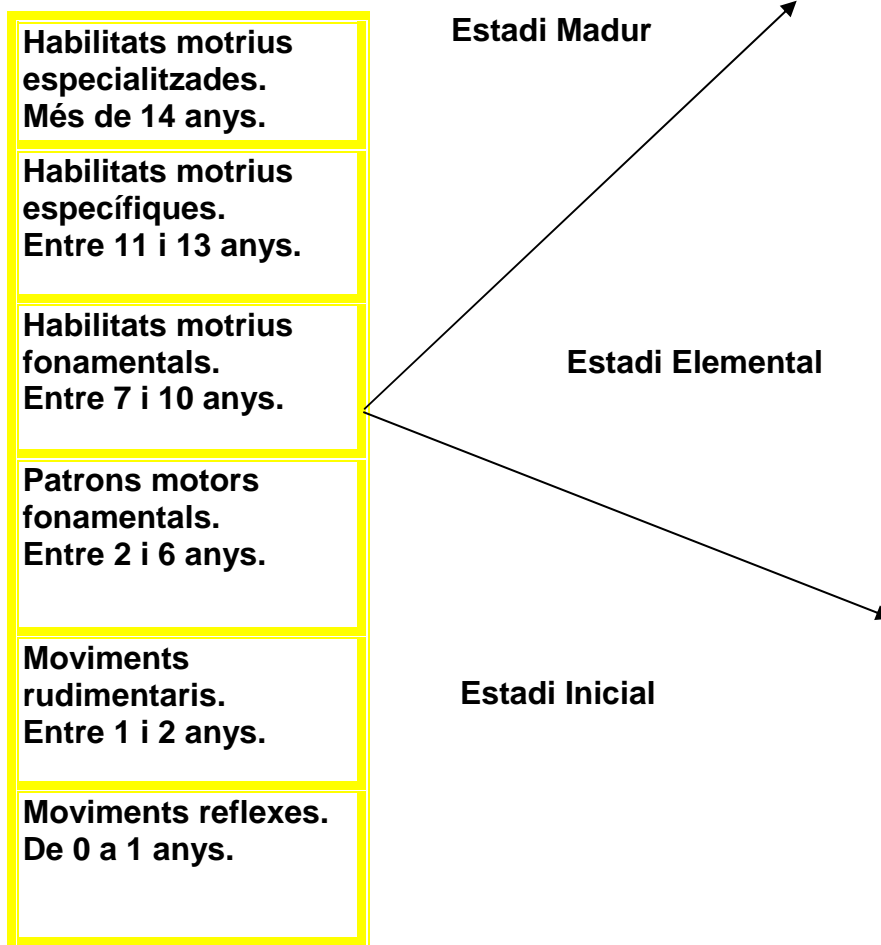
- Perfeccionament:
- Dels elements tècnics amb desplaçaments i salts.
  - Dels elements tècnics.
  - Del sistema de joc ofensiu.

El màxim objectiu és aconseguir una base polivalent que ajudi al nen a la seva formació integral. Les activitats sempre han de tenir un caràcter formatiu que ajudin en aquesta formació motriu de l'alumne.

Les activitats han de complir una sèrie d'objectius:

- a) Nivell físic: manteniment físic o desenvolupament físic.
- b) Nivell psíquic: despertar la il·lusió per l'activitat física.
- c) Nivell social: fomentar la relació entre els integrants.
- d) Nivell d'ensenyament: l'aprenentatge de les tècniques.

Gallahue (1975) planteja un model de desenvolupament motor:



Segons Rovira i M.A Torralba diuen que l'origen de les escoles d'iniciació com a un moviment de renovació està per combatre l'excés d'especialització i de competició en edats primerenques. Així podríem ressaltar com a característiques de les EIE (escoles d'iniciació esportives):

- a) No selecció dels nens.
- b) Ensenyament esportiu com a eina de la formació integral dels nens.
- c) Formació física de base.
- d) Iniciació progressiva i poliesportiva.
- e) Prioritat a l'activitat física continuada i pel manteniment de la salut per damunt dels resultats competitiu.
- f) Crear una associació en l'entorn social.

Així com a **Objectius Generals** ens assenyalen:

- a) Objectius Utilitaris: - A nivell físic: desenvolupament i manteniment.
  - A nivell psíquic: la motivació.
  - A nivell social: relació amb grups.
  
- b) Objectius Educatius: - Aprenentatge i tècnica esportiva.
  - Esports institucionalitzats.
  - Esports No institucionalitzats.
  - Activitats musicals.
  
- c) Objectius Recreatius: Divertiment i gust per l'activitat.

Després de aquesta exposició teòrica i d'observar el baix nivell de condició física dels nostres escolars proposarem la creació d'una escola motriu on el gran objectiu serà augmentar el nivell físic, coordinatiu i ampliar sobre tot la visió de l'esport per oferir als nostres nens una riquesa amplia de l'esport.

També és molt important els especialistes que estarien davant d'aquestes activitats, **jo aposto per la formació dels docents**, per començar ha canviar moltes vegades aquesta imatge que entre tots hem donat de l'esport de que qualsevol pot impartir classes de desenvolupament motriu, físic i fins i tot entrenar. Per evitar això posaria l'educació física en el lloc que es mereix, buscaria estudiants de magisteri especialistes en educació física o llicenciats d'educació física per impartir les sessions i tot coordinat i supervisat per un llicenciat que haurà d'estar permanentment en totes les sessions.

<b><u>ESCOLA ESPORTIVA</u></b>	<b><u>DILLUNS</u></b> <b><u>GRUP A</u></b>	<b><u>DIMARTS</u></b> <b><u>GRUP B</u></b>	<b><u>DIMECRES</u></b> <b><u>GRUP A</u></b>	<b><u>DIJOUS</u></b> <b><u>GRUP B</u></b>	<b><u>DIVENDRES</u></b> <b><u>OPCIONAL</u></b>
<b><u>NIVELL 1</u></b> (4 i 5 anys)  17,30 a 18,30h	Treball dels esquemes motors de base.  Coordinació general, ull/mà i ull/ peu.  Equilibris.	Treball dels esquemes motors de base.  Coordinació general, ull/mà i ull/ peu.  Equilibris.	Treball dels esquemes motors de base.  Desplaçaments.  Lateralitat.  Salts.	Treball dels esquemes motors de base.  Desplaçaments.  Lateralitat.  Salts.	Reforçament dels esquemes motors de base a través de formes jugades dels continguts treballats durant la setmana.
<b><u>NIVELL 2</u></b> (6, 7 i 8 anys)  18,30 a 20h	Consolidar els esquemes motors de base.  Desplaçaments.  Temps reacció.  Equilibris.	Consolidar els esquemes motors de base.  Desplaçaments.  Temps reacció.  Equilibris.	Consolidar els esquemes motors de base.  Combinació motora.  Coordinació general  Girs.	Consolidar els esquemes motors de base.  Combinació motora.  Coordinació general.  Girs.	Reforçament dels esquemes motors de base a través de formes jugades dels continguts treballats durant la setmana.

<p><b><u>NIVELL 3</u></b> <b>(9 i 10 anys)</b></p> <p><b>18.30 a 20h</b></p>	<p>Treball de les capacitats coordinatives</p> <p><b><u>Esports col·lectius:</u></b> Basquet, handbol, futbol, voleibol, hoquei, waterpolo..... Treball de la <b><u>tècnica.</u></b></p>	<p>Treball de les capacitats coordinatives.</p> <p><b><u>Esports col·lectius:</u></b> Basquet, handbol, futbol, voleibol, hoquei, waterpolo..... Treball de la <b><u>tècnica.</u></b></p>	<p>Treball de les capacitats coordinatives.</p> <p><b><u>Esports individuals:</u></b> Bàdminton, joc amb diverses raquetes i pales, tennis, natació, atletisme, tennis taula... Treball de la <b><u>tècnica.</u></b></p>	<p>Treball de les capacitats coordinatives.</p> <p><b><u>Esports individuals:</u></b> Bàdminton, joc amb diverses raquetes i pales, tennis, natació, atletisme, tennis taula... Treball de la <b><u>tècnica.</u></b></p>	<p>Reforçament de les capacitats coordinatives.</p>
<p><b><u>NIVELL 4</u></b> <b>(11 i 12 anys)</b></p> <p><b>20 a 21.30h</b></p>	<p>Treball de les <b><u>qualitats físiques o capacitats condicionals.</u></b></p> <p>Seguir amb el treball tècnic dels esports col·lectius i introduir el treball <b><u>tàctic.</u></b></p>	<p>Treball de les <b><u>qualitats físiques o capacitats condicionals.</u></b></p> <p>Seguir amb el treball tècnic dels esports col·lectius i introduir el treball <b><u>tàctic.</u></b></p>	<p>Treball de les <b><u>qualitats físiques o capacitats condicionals</u></b></p> <p>Seguir amb el treball tècnic dels esports individuals i introduir el treball <b><u>tàctic.</u></b></p>	<p>Treball de les <b><u>qualitats físiques o capacitats condicionals.</u></b></p> <p>Seguir amb el treball tècnic dels esports individuals i introduir el treball <b><u>tàctic.</u></b></p>	<p>Reforçament de les qualitats físiques o capacitats condicionals treballades en etapes anteriors.</p>

## DISTRIBUCIÓ HORARIA

<b>1r. TRIMESTRE</b>	<b>DIES x SETMANA</b>	<b>MÉS DIVENDRES</b>
<b>OCTUBRE</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>NOVEMBRE</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>DESEMBRE</b>	<b>6 dies</b>	<b>9 dies</b>
<b>TOTAL</b>	<b>24 dies</b>	<b>33 dies</b>
<b>2n. TRIMESTRE</b>		
<b>GENER</b>	<b>6 dies</b>	<b>9 dies</b>
<b>FEBRER</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>MARÇ</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>TOTAL</b>	<b>24 dies</b>	<b>33 dies</b>
<b>3r. TRIMESTRE</b>		
<b>ABRIL</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>MAIG</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>JUNY</b>	<b>8 dies</b>	<b>12 dies</b>
<b>TOTAL</b>	<b>24 dies</b>	<b>36 dies</b>

<b><u>1º Nivell</u></b> <b>24 hores</b>	<b>24 hores</b>	<b>24 hores</b>
<b>Divendres</b> <b>36 hores</b>	<b>33 hores</b>	<b>33 hores</b>
<b><u>2º Nivell</u></b> <b>36 hores</b>	<b>36 hores</b>	<b>36 hores</b>
<b>Divendres</b> <b>42 hores</b>	<b>42 hores</b>	<b>42 hores</b>
<b><u>3º Nivell</u></b> <b>36 hores</b>	<b>36 hores</b>	<b>36 hores</b>
<b>Divendres</b> <b>42 hores</b>	<b>42 hores</b>	<b>42 hores</b>
<b><u>4º Nivell</u></b> <b>36 hores</b>	<b>36 hores</b>	<b>36 hores</b>
<b>Divendres</b> <b>42 hores</b>	<b>42 hores</b>	<b>42 hores</b>



## **BIBLIOGRAFIA**

BISQUERRA ALZINA R. (2004). Metodología de la Investigación Educativa. Editorial La Muralla. Madrid.

Varis AUTORS (2002). L'educació motora de base. Instituto della Enciclopèdia Italiana fondata dia Giovanni Trecanni.

BARBA MARTIN J.J. i PEDRAZA GONZALEZ M.A. (2004). La iniciación deportiva y su aplicación a nivel escolar. E.U.Magisterio de Segovia.

CASTAÑER M. i TRIGO E. (1996). Globalidad e Interdisciplinariedad en la Enseñanza Primaria. INDE. Barcelona.

FRAILE A. (1996) Reflexiones acerca del deporte en la escuela. Revista de Educación Física. 64. 5-10.

PETRUS A. (1998) El deporte escolar hoy. Valores y Conflictos. Aula de Innovación Educativa. 68. 6-10.

VAZQUEZ B. (1989). La Educación Física en la Educación Bàsica. Gymnos. Madrid.

MUÑOZ DIAZ J.C. (2004) El deporte escolar. Desarrollo teòrico y práctico. Revista Efedeportes. Revista digital. 70. Buenos Aires.

BIJEN A. , PRADES E. i SANCHEZ P. (2007). La Iniciación Deportiva. Presentation Transcript. [www.slides.net/peresanchez/la-iniciación-esportiva](http://www.slides.net/peresanchez/la-iniciación-esportiva).

TEJEIRO SPANDOMINGO V. i MARTINEZ SEÑOR P.I. (2006). Aspectes metodològics de la iniciació esportiva als esports d'invasió: una aproximació horitzontal. Revista Apunts d'educació física.83. 35-42.

DIAZ SUARE A. i MARTINEZ MORENO A. (2003). Deporte escolar y educativo. Revista digital. Buenos Aires.67.

BLAZQUEZ SÀNCHEZ D. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Ed Inde. 4º edición.

LÓPEZ GONZALEZ M. A. i LÓPEZ ILLESCAS (2005) Estudio sobre las mejoras de las cualidades motrices a través de juegos sensoriomotrices.

Revista digital . [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com). Buenos Aires Año 10. Nº 85.

ROVIRA RIERA J. i TORRALBA M. A. L'experiència de Barcelona.

I Congreso de deporte en Edad Escolar. València 27-29 Octubre. 2005.

SEIRUL-LO VARGAS F. (2004/05) Motricidad Bàsica y su aplicación a la Iniciación Deportiva.

Programació anual. CEIM. Ajuntament de Lliça de Vall. Curs 2009/10.

“*Sports of Kids*” Norges idresttsforbund og olympiske og paralympiske komité.