

CAPÍTULO VII

Modelo ludotécnico en la iniciación al atletismo

Alfonso Valero Valenzuela

Las primeras experiencias de un niño con la práctica de la actividad física y del deporte marcarán la relación entre ambos de por vida, siendo fundamental que estas experiencias sean gratificantes desde sus comienzos. Ofrecer un amplio abanico de habilidades motrices, actividades físicas, ejercicios y deportes que les aporte el bagaje necesario para que el joven cuente con una gran riqueza motriz, es la base de posteriores aprendizajes motrices nuevos y más complejos.

Durante mucho tiempo la enseñanza de las habilidades técnicas en los deportes se ha enfocado hacia la enseñanza de unos movimientos deportivos estereotipados que reproducen modelos de ejecución de probada eficacia y que en sí mismos se acercan más al adiestramiento que a la educación, dándose con demasiada frecuencia la enseñanza para que los niños adopten una actitud pasiva y un papel secundario durante las sesiones que están implementando (Valero, 2006). Este tipo de planteamientos ha dado lugar a la denominada metodología “Tradicional” que busca el perfeccionamiento de la técnica y el logro de patrones motores, prevaleciendo una práctica que beneficia a los jóvenes con un nivel coordinativo y condicional mayor y, por tanto, depositando la posibilidad de logro únicamente en los alumnos con más talento, convirtiendo el atletismo en un deporte altamente individualista, donde ganar es el objetivo crucial. Sin embargo, esto puede acarrear un gran abandono deportivo por parte de sus practicantes y puede no ser la metodología más adecuada para la fase de iniciación deportiva al atletismo (Gómez-Mármol et al., 2014). (Valero et al., 2020, p.147)

“Frente a esta metodología Tradicional en el mundo de la iniciación deportiva en Europa surgen propuestas de acción teóricas y prácticas centradas en los aspectos tácticos del juego” (Valero et al., 2020, p.147). En el caso de España, Valero y Conde (2003) analizaron los factores que pueden estar provocando un descenso en la práctica del atletismo frente a otros deportes, entre los que destacan:

el éxito dependiente del nivel de forma física de los atletas, el excesivo enfoque sobre el rendimiento físico, el dominio de la técnica atlética, la gran diversidad de disciplinas y muy diferentes entre ellas, los planteamientos metodológicos altamente individualistas y la escasa relación con el resto de las practicantes (Valero, 2004b). (Valero et al., 2020, p.148)

Por tanto, el Modelo Ludotécnico surge como una alternativa a la forma de enseñar el atletismo a los jóvenes, para evitar la pérdida de interés o incluso abandono a través de la repetición constante de los gestos técnicos (Valero et al., 2020) y mejorar no solo estos últimos, sino aspectos que van mucho más allá y abarcan la adquisición y comprensión de conocimientos atléticos o el fomento de las relaciones sociales a través del trabajo en equipo, aspectos esenciales que les harán crecer sin duda no solo como atletas sino también como personas. El Modelo Ludotécnico busca adquirir patrones técnicos de una disciplina, a través de la implicación cognitiva acompañado de la creación de un ambiente lúdico en el que se fomenten las relaciones socioafectivas. A partir de aquí se visualiza la posibilidad de su empleo en la iniciación de otros deportes individuales y colectivos con un alto componente físico o técnico, como pueden ser los deportes de combate o la natación.

Centrándonos en el ámbito educativo de la Educación Física, los nuevos planteamientos metodológicos como son los modelos pedagógicos se ajustan como un guante al docente para promover la competencia motriz y la alfabetización física. Según Gómez-Mármol et al. (2014), “en función de en qué medida un modelo pedagógico sea capaz de presentar el deporte de manera atractiva y adaptada, podrá estimular la práctica y el aprendizaje de calidad entre los jóvenes practicantes” (p.116). En concreto, Hernández et al. (2014) definieron la competencia motriz como:

la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y las emociones vinculadas a la conducta motriz para resolver con eficacia las múltiples interacciones que realiza el individuo con el medio y los demás, en los diversos contextos de su vida cotidiana. (s.p.)

Por su parte, la alfabetización física, según Whitehead (2013), se trata de la motivación, confianza, competencia física, conocimiento y comprensión para valorar e implicarse en actividades físicas a lo largo de la vida.

Por tanto, los modelos pedagógicos en general y el Modelo Ludotécnico de iniciación al atletismo en concreto, se presenta como una metodología en línea con la competencia motriz y la alfabetización física con las miras puestas no solo en la adquisición de habilidades motrices, sino también atendiendo a los conocimientos y actitudes necesarios para desarrollar la competencia motriz en los jóvenes y apostando por la motivación y la adherencia a la práctica de la actividad física como implica el concepto de alfabetización física, desarrollando los dominios físico, cognitivo, emocional y social de los jóvenes.

Base teórica

Detrás del Modelo Ludotécnico hay una fundamentación teórica que sustenta la propuesta metodológica y sus características, basándose en varias teorías psicológicas, entre las que destacan el condicionamiento operante y el aprendizaje constructivista (Valero et al., 2020), que se describen a continuación.

Condicionamiento operante

Algunos de los principales conceptos del “Condicionamiento operante”, desarrollado por Skinner, siguen manteniendo hoy día un gran valor en este modelo. En concreto:

- *Modelado*: El aprendiz a través de una serie de pequeños pasos en el aprendizaje y sucesivas aproximaciones se va acercando al objetivo final.
- *Ejemplificación*: El aprendiz ve, oye o lee acerca de los componentes que forman el gesto, teniendo una mejor idea de referencia de lo que su práctica debe tender a parecerse.
- *Práctica*: Los estudiantes deben tener la oportunidad de repetir numerosas veces la manera adecuada de realizar el gesto requerido.

- *Feedback positivo y correctivo.* Sirve para reforzar los intentos correctos en el aprendizaje y para motivar al niño en su compromiso con la tarea. Mientras que en el correctivo, el profesor que observa un error en el aprendizaje no solo informa sino que también explica cómo ha de modificarse para hacerlo correctamente (Valero, 2015).

Aprendizaje constructivista

El constructivismo está compuesto por una combinación de teorías que confluyen en una serie de características del aprendizaje tales como: carácter socioafectivo, relevancia del lenguaje, participación de manera activa, zona de desarrollo próximo y el proceso de andamiaje (González-Víllora, 2021). Joyce y Weil (2002) destacaron la relevancia de que los nuevos conocimientos se asienten sobre los que ya poseen; por ello, la importancia de identificar qué saben los jóvenes para trabajar sobre esta base, aspecto que está incorporado dentro de la primera parte de la sesión del Modelo Ludotécnico.

A continuación, se describen las características del aprendizaje:

- *Carácter socioafectivo.* Las características del contexto sociocultural y las emociones del joven condicionan sensiblemente su aprendizaje, por tanto, el grupo que le rodea, la cercanía del docente y del ambiente que cree alrededor de la sesión determinará el grado de aprendizaje de los niños.
- *Relevancia del lenguaje.* Durante el desarrollo de las sesiones, tanto en la primera parte (pregunta desafío), como en la última parte (puesta en común), se fomenta el proceso reflexivo y el cuestionamiento por parte del docente, aportando indicios o preguntas sobre el problema a resolver.
- *Participación activa.* El jugador debe construir los conocimientos a partir de la implicación directa en la práctica de las actividades y en la toma de decisiones, sintiéndose el protagonista del aprendizaje.
- *Zona de desarrollo próximo.* Simplificando aquellas acciones que puedan resultar demasiado complejas para dominarlas por sí mismo, pero que dividiéndolas en partes pueden ser más sencillas.
- *Andamiaje.* El docente va a ir proponiendo tareas de una dificultad creciente en función de las habilidades desarrolladas por los niños. Las propuestas ludotécnicas (segunda parte de la sesión) tendrán un menor o mayor grado de dificultad dependiendo de las

habilidades de las que parten los aprendices, incluyendo dentro del juego más o menos reglas técnicas a las que atender.

Dentro del aprendizaje constructivista merece un apartado especial la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 2012) y el Modelo Jerárquico de Vallerand (2007), ya que la motivación de una persona ante una determinada actividad va a variar dependiendo de que su origen sea más interno o externo, lo que va a conllevar a una serie de consecuencias cognitivas, conductuales y afectivas en la vida de las personas. Cuanto más apoyo a la autonomía aporte el docente a través de su enseñanza, mayor será la satisfacción de las necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relaciones sociales de sus deportistas, favoreciendo una motivación más intrínseca y una mayor calidad de la implicación y bienestar; mientras que si, por el contrario, el ambiente social actúa de forma controladora, enfocando la motivación hacia recompensas externas, esta tendencia innata se verá frustrada y se desarrollará malestar (Ryan & Deci, 2002).

El Modelo Ludotécnico evita centrar la atención en el resultado final o al menos en su totalidad, haciéndole entender al estudiante que se valora el esfuerzo, la implicación en la tarea, el cumplimiento de las normas y el respeto a los compañeros y adversarios. El logro de las tareas se logra cuando se cumple la regla técnica que contienen las propuestas ludotécnicas y no solo cuando se gana el juego. Es más, no se reconocerá el logro o la victoria en las propuestas ludotécnicas si estas no han venido acompañadas del cumplimiento de la norma técnica. Además, en los juegos se busca que el trabajo en equipo contribuya al éxito en el reto que se les plantea y no tanto el que lo logren antes que el resto de los equipos. Por tanto, la actitud del docente, valorando más el trabajo y la dedicación de los jugadores por lograr el reto, debe primar por encima de quien es el mejor, aspecto ya muy asentado y arraigado en el deporte y en el que no hace falta seguir insistiendo.

Propuesta pedagógica

El Modelo Ludotécnico cuenta con una serie de elementos básicos a tener en consideración para poder llevarlo a cabo y que, por tanto, conviene conocer para lograr tener éxito (Valero & Manzano, 2021).

Descomposición de los gestos deportivos en fases/acciones y elementos técnicos

Las disciplinas atléticas cuentan con un elevado nivel de complejidad en la ejecución de sus gestos deportivos que requieren de un trabajo meticuloso para su consecución. Se busca en los aprendices la reproducción de unos movimientos lo más cercanos a un patrón ideal del gesto atlético. Por tanto, es habitual dividir el gesto deportivo en fases o acciones técnicas, que a su vez cuentan con una serie de elementos técnicos que describen cómo se ha de realizar dichas acciones (Figura 1).

Figura 1

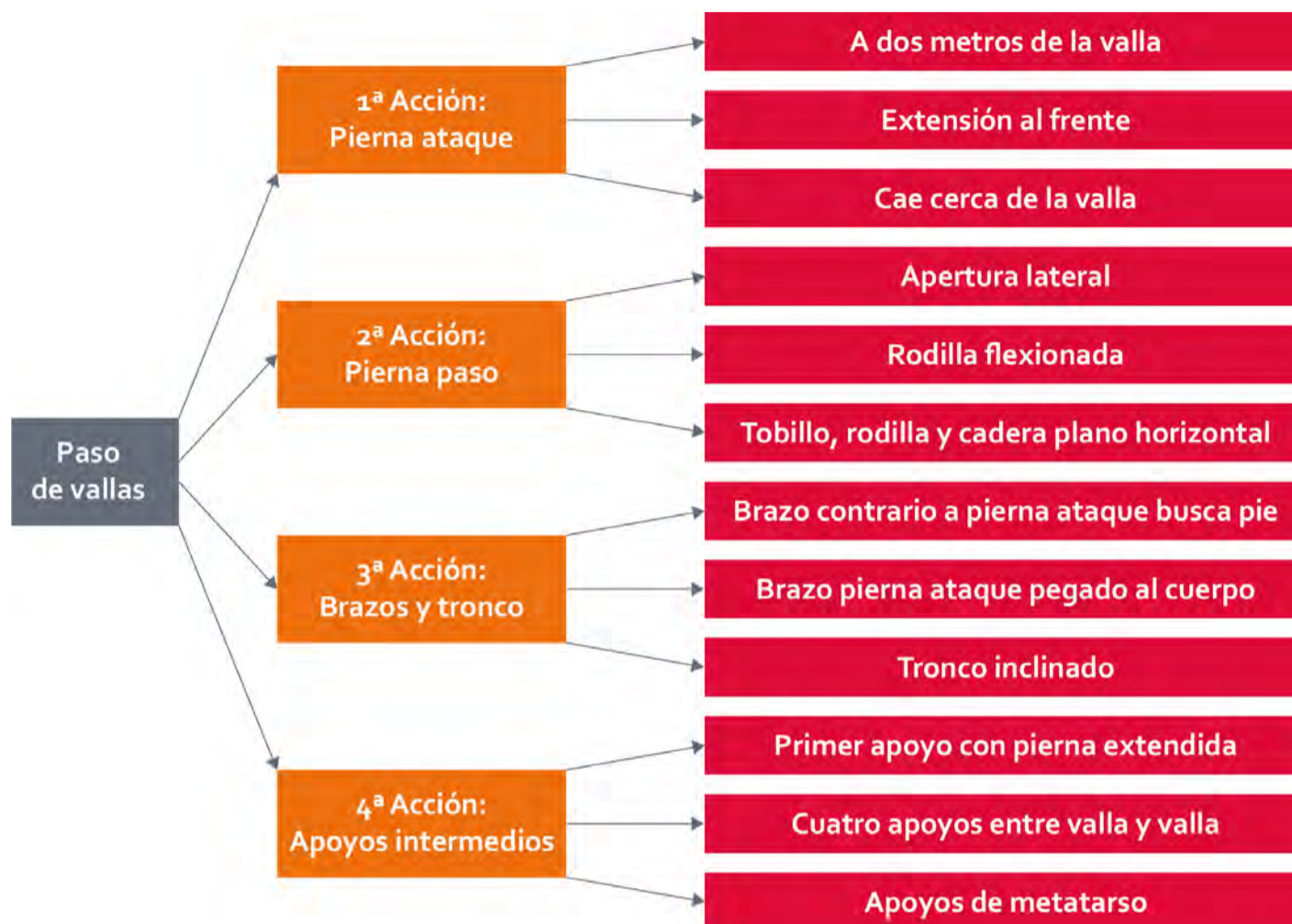
Representación de los diferentes conceptos que se utilizan en la descomposición del gesto deportivo



En el caso del atletismo, Valero y Gómez (2014) realizaron una propuesta de descomposición del gesto atlético en 12 elementos técnicos agrupados en cuatro fases o acciones técnicas de las diferentes disciplinas atléticas. Esta división permite llevar a cabo un trabajo sistemático de los elementos técnicos a lo largo de las diferentes sesiones. La intención es que, en cada sesión de iniciación deportiva, el docente trabaje una fase o acción técnica y, durante las tareas que propone, se aborde al menos uno de los elementos técnicos que forman parte de esa fase/acción técnica específica. En la Figura 2, se presenta un ejemplo de división de la modalidad atlética del paso de vallas, dividida en acciones y elementos técnicos.

Figura 2

Descomposición de la prueba del paso de vallas en acciones y elementos técnicos



Estructura de la sesión

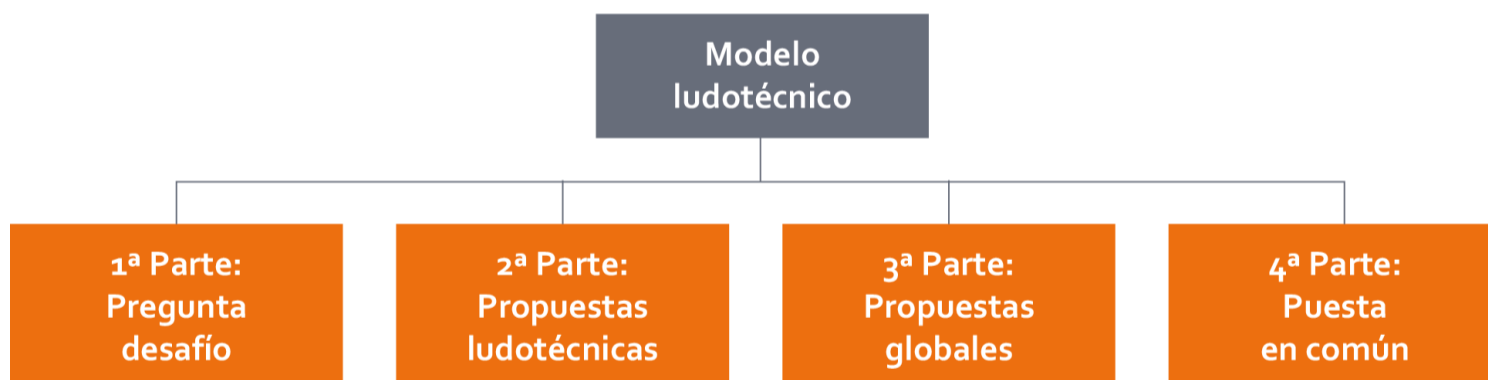
Con el fin de poder distinguir las estrategias metodológicas que se dan a lo largo de la sesión y cuál es el momento adecuado para su implementación, la sesión del Modelo Ludotécnico se divide en cuatro partes consecutivas, que podríamos denominar la regla de las 4 "P": (a) pregunta desafío, (b) propuestas ludotécnicas, (c) propuestas globales y (d) puesta en común (Figura 3). Dentro de cada una de estas partes, existen actuaciones que son importantes conocer y llevar a cabo para que se logren los objetivos perseguidos con esta metodología de enseñanza. A continuación, se describen las 4 "P":

- *Pregunta desafío.* En esta parte se hace muy interesante lanzar una pregunta a los alumnos que les capte su atención y les permita participar de manera activa en la búsqueda y obtención de una respuesta con la práctica de las diferentes actividades que se realizarán en las siguientes partes.

- *Propuestas ludotécnicas.* La segunda parte, ocupa el grueso de la sesión y es donde a través de juegos modificados con reglas que aluden a los elementos técnicos que queremos que adquieran los jóvenes, practican el atletismo e interactúan con sus compañeros.
- *Propuestas globales.* En la tercera parte se lleva a cabo una competición adaptada de la prueba atlética en la que se están iniciando, buscando aunar los elementos técnicos trabajados por separado en la parte anterior de propuestas ludotécnicas. Se busca realizar una versión adaptada de la prueba atlética donde los alumnos puedan poner en práctica lo aprendido, de modo que, si están aprendiendo a pasar las vallas, una propuesta global podría ser una carrera de vallas para saber quién llega antes.
- *Puesta en común.* Finalmente, durante la cuarta parte, se produce el encuentro de grupo, haciéndose breve repaso de los elementos técnicos trabajados en clase, dándose la respuesta a la pregunta desafío, y escuchando los comentarios que los alumnos quieren compartir con el docente y el resto de sus compañeros.

Figura 3

La regla de las 4 "P" en las partes de la sesión del Modelo Ludotécnico



Estrategias metodológicas para el desarrollo del Modelo Ludotécnico

El docente ha de poner en práctica una serie de estrategias que contribuirán a la consecución de los objetivos propios del Modelo Ludotécnico, en concreto, resulta de especial relevancia tener presente formular las denominadas preguntas desafío en la primera parte de la sesión, para finalmente dar solución en la cuarta y última parte de la sesión, realizar propuestas ludotécnicas en la segunda parte de la sesión y propuestas globales durante la tercera parte de la sesión.

En concreto, la pregunta desafío, como su nombre indica, se trata de una cuestión o problema que el docente plantea a los alumnos vinculada con la prueba atlética y su ejecución técnica. Al realizarla, es muy recomendable que se les ofrezcan dos o tres alternativas de respuesta para que los estudiantes se identifiquen con alguna de las opciones. La intención del docente es generar curiosidad y debate para despertar interés y que traten de hallar solución con la propia práctica de las tareas planteadas durante la sesión. El docente no debe desvelar la respuesta hasta llegar al final de la sesión y lo ideal será que sean ellos mismos quienes la respondan con o sin ayuda del profesor.

Un ejemplo de pregunta desafío para la prueba del paso de vallas podría ser: ¿con qué pierna piensas que se debe atacar la valla? Con la pierna fuerte o con la pierna hábil.

Las propuestas ludotécnicas son la base de este modelo y consisten en formas jugadas, juegos modificados a partir de juegos tradicionales o alternativos que contienen una regla técnica vinculada con la fase técnica que se quiere trabajar durante la sesión. Un ejemplo podría ser el juego denominado “pa-so valla” que sería una versión adaptada del juego “cuba libre”. En gran grupo, uno se la queda y debe pillar al resto. Los compañeros pueden librarse de ser pillados corriendo y esquivando a quien la lleva, o bien gritar “paso valla” y quedarse en el suelo de rodillas hasta que otro compañero se ponga a su lado (y simulen el travesaño de una valla), para que un tercero pase por encima, haciendo el gesto de la pierna de ataque (extensión al frente); a partir de ese momento, ambos podrán seguir jugando. En caso de que el gesto realizado sea incorrecto, pasará a quedársela el jugador que ha pasado por encima de las manos de los compañeros que simulaban una valla.

Las propuestas globales son una versión adaptada de la competición de la prueba atlética, o lo que también podría llamarse minideporte o minicompetición, donde se busca que el alumno realice la totalidad del gesto que compone la disciplina atlética en situación de juego o campeonato. Se trata del juego final que todos estaban esperando, donde se ponen en práctica todos los elementos técnicos trabajados en los juegos anteriores. En esta parte de la sesión, el docente cuenta con una gran oportunidad para adaptar las reglas de la prueba y potenciar aspectos que puedan ser interesantes a nivel educativo, como el trabajo en equipo o la coeducación. Un ejemplo podría ser el juego denominado “La espiral”. En grupos de 6 a 8 jugadores, estos realizan una carrera de relevos pasando los obstáculos en un circuito circular de 6 a 8 vallas. Gana el equipo que logre completar antes las vueltas.

Ejemplo de sesión de iniciación a las vallas siguiendo la estructura del Modelo Ludotécnico

Modelo Ludotécnico **Disciplina atlética: paso de vallas** **Fase técnica priorizada: global**

Material necesario: Música, 3 petos, 16 vallas u obstáculos y una cuerda de 6-8 metros.

1ª PARTE: Pregunta desafío (5-10 minutos aproximadamente)

1. Detección de ideas previas: ¿Qué sabes sobre las carreras de vallas u obstáculos?, ¿conoces a algún amigo que practique esta prueba?, ¿sabes la altura de las vallas?, ¿cuáles son las distancias en las pruebas de vallas?, ¿conoces a algún atleta famoso?

2. Descripción de la disciplina atlética con cada una de las acciones en las que se ha descompuesto la disciplina:

- Acción 1. Pierna de ataque: inicio del gesto a 2 m de la valla, extensión de la pierna al frente y apoyo posterior cerca de la valla.
- Acción 2. Pierna de paso: apertura lateral, rodilla flexionada y tobillo, rodilla y cadera forman un plano horizontal.
- Acción 3. Tronco y brazos: brazo contrario a pierna ataque busca tocar punta del pie, brazo pierna ataque pegado al cuerpo y tronco inclinado hacia delante sobre la valla.
- Acción 4. Pasos intermedios: primer apoyo tras superar la valla con pierna extendida, cuatro apoyos entre valla y valla y contacto con el suelo siempre con el metatarso.

3. Ejemplificación de gesto técnico por parte del docente o un alumno aventajado.

4. Pregunta desafío: ¿Con que pierna se suele atacar la valla, con la fuerte o con la hábil?

2ª PARTE: Propuestas ludotécnicas (35 minutos aproximadamente)

1. Al ritmo de la pierna de ataque: Gran grupo. De forma individual, se desplazan por el espacio al ritmo de la música y cuando el profesor dice “ya” realizan una extensión de la pierna al frente.

Regla técnica: Pierna de ataque. Extensión de la pierna al frente.

Representación gráfica:



2. Pa-so valla: Gran grupo. Un alumno se la queda (llevando un peto) y tendrá que pillar a sus compañeros. Para evitar ser pillados, los jugadores pueden colocarse dos de ellos, uno al lado del otro, agachados y sujetándose de una mano, diciendo "PA" uno de ellos, mientras que el otro dice "SO". No podrán ser pillados y deberán estar quietos hasta que llegue un tercer compañero y haga el gesto de la pierna de paso al grito de "VALLA", liberando a sus compañeros en el proceso.

Regla técnica: Pierna de paso. Apertura lateral y rodilla flexionada.

Representación gráfica:



3. La frontera móvil: Gran grupo. Dos compañeros se la quedan sujetando una cuerda de unos 4-5 metros a la altura de la rodilla, mientras se desplazan por el espacio. El resto del grupo debe pasar sin tocar la cuerda, realizando la acción del paso de valla, inclinando el tronco hacia adelante y llevando la mano contraria a la pierna de ataque al frente. En caso contrario, se cambiarán con uno de los que sujetaba la cuerda.

Regla técnica: Tronco y brazos. Tronco inclinado y brazo contrario a pierna de ataque al frente.

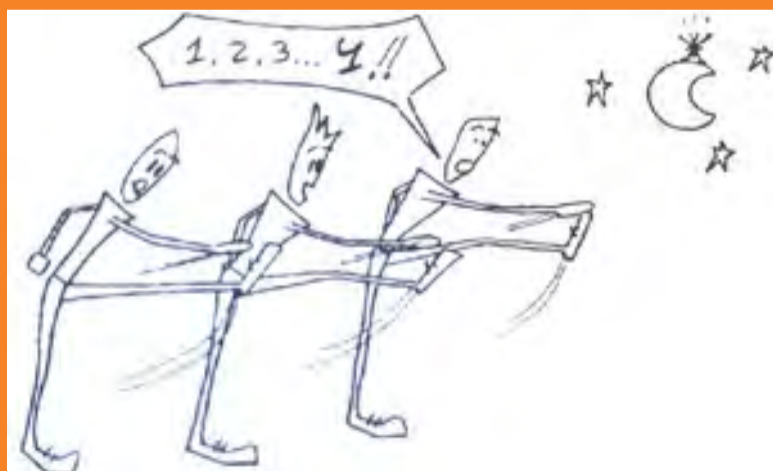
Representación gráfica:



4. Callistas indios: Grupos de 4. En fila india el primero del grupo marcará el ritmo de cuatro apoyos para que todos se desplacen al ritmo que va marcando, contactando solo con los metatarsos. Transcurrido un minuto se cambiará el líder hasta que todos hayan pasado por la primera posición. Conforme se vaya consiguiendo mayor dominio, se irá ejercitando a mayor velocidad. Cada cuarto apoyo, se marcará la acción del pie en el suelo de una forma más enérgica.

Regla técnica: Pasos intermedios. Cuatro apoyos entre valla y valla y apoyo del pie de metatarso.

Representación gráfica:



3ª PARTE: Propuestas globales (10 minutos aproximadamente)

La espiral: En grupos de 6 a 8 jugadores, realizan una carrera de relevos pasando los obstáculos en un circuito circular de 6 a 8 vallas. Gana el equipo que logre completar antes la vuelta que tiene que dar cada uno de los componentes del equipo.

Representación gráfica:



4ª PARTE: Reflexión y puesta en común (3-5 minutos aproximadamente)

1. Repaso de fases/acciones técnicas del gesto atlético. Pierna de ataque, pierna de paso, tronco y brazos y pasos intermedios.
2. ¿Cuáles han sido las actividades que más os han gustado? ¿Y la que menos?
3. Respuesta a pregunta desafío. Con la pierna fuerte, para salir rápido del primer apoyo tras superar la valla y realizar el movimiento más complejo de abducción con la pierna hábil.
4. Comentarios y sugerencias.

Reflexiones finales

El Modelo Ludotécnico es una metodología para la enseñanza de los deportes que cuenta con un alto componente técnico o de condición física, que hasta la fecha se ha desarrollado para la iniciación deportiva del atletismo, estando mucho más en sintonía con los objetivos propios de la iniciación deportiva como son la satisfacción con la práctica deportiva y la intención de seguir siendo físicamente activo. Además, las bases teóricas sobre las que se

sustenta el Modelo Ludotécnico incluyen teorías actuales como la Teoría Motivacional de la Autodeterminación y el Modelo Jerárquico de Vallerand, que hablan de la importancia de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de la autonomía, relaciones sociales y competencia percibida, para conseguir una mayor motivación y obtener consecuencias positivas a nivel motor, afectivo, cognitivo y social. Por este motivo, son cada vez más los centros educativos que hacen eco de esta metodología y la incorporan dentro de la materia de Educación Física.

Futuras líneas de trabajo invitan tanto al docente como al investigador a aplicarlo a otras modalidades deportivas individuales, como pueden ser los deportes de combate, la gimnasia artística y deportiva, o nuevas actividades deportivas como el parkour, aunque por el momento son escasos los estudios en los que se ha implementado en otros deportes que no sean el atletismo (Rubio & Gómez, 2016). Además, sería interesante comprobar qué repercusiones tiene su empleo en la mejora de la competencia motriz de los jóvenes y en la alfabetización física, objetivos prioritarios que ha de tener presente el docente de Educación Física.

Las estrategias metodológicas descritas en este capítulo, junto con la regla de las 4 “P” para las partes de la sesión y la descomposición del gesto técnico en fases/acciones y elementos técnicos, aportan una base sólida para que el docente sepa cómo ha de actuar y qué ha de hacer para poner en práctica el Modelo Ludotécnico. Una vez que se conoce y empieza a dominar su implementación, sería un buen momento para dar un paso más e hibridarlo con otras metodologías tales como el aprendizaje cooperativo, la educación deportiva, el modelo de responsabilidad personal y social o la ludificación. Parafraseando las palabras de Metzler y Colquitt (2021), no existe un único modelo de enseñanza que sirva para todos los contenidos o contextos educativos, por lo que usar varios de ellos o partes de varios nos van a permitir lograr un mayor alcance en los resultados esperados en los jóvenes.

En línea con el párrafo anterior, es interesante mencionar que ya existe constancia de unos primeros intentos de hibridación con otros modelos como es el trabajo de Uría (2019), en el que se combina el Modelo Ludotécnico con la Educación Deportiva y el Modelo de Autoconstrucción de Materiales para abordar una unidad didáctica para la iniciación a la carrera de relevos en educación primaria, obteniendo que es una buena alternativa para impulsar el atletismo en la escuela, sin dejar de lado la técnica atlética. Contar con más trabajos en esta

línea que muestren las bondades del Modelo Ludotécnico hibridado con otras metodologías nos permitirá ver el alcance que puede llegar a tener este modelo, más allá de su implementación de forma aislada, valorando el enriquecimiento adicional que puede aportarle a los jóvenes en su competencia motriz y alfabetización física, así como las dificultades que puede suponerle al docente el utilizar elementos procedentes de diferentes modelos pedagógicos.

Hasta la fecha, solo existe constancia de investigaciones con implementaciones del Modelo Ludotécnico en España, entendiéndose como una metodología poco conocida y extendida en otros contextos como Latinoamérica. Por tanto, se recomienda abordar su estudio y conocimiento en estos países para dotar a los docentes de nuevos recursos y herramientas que los hagan más eficientes en su tarea pedagógica, pudiendo alcanzar otros ámbitos del estudiante poco explotados (véase como ejemplo el dominio cognitivo, afectivo y social). Sin lugar a duda, esto nos llevará a lograr objetivos más en línea con el contexto escolar y educativo, en el que se han de desarrollar los contenidos del deporte, en consonancia con la edad y la etapa madurativa de los jóvenes, primando la formación integral y la creación de hábitos de vida saludables por encima de la especialización y el rendimiento deportivo.

Referencias

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. En A. W. Kruglanski, P. A. M. Van Lange, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of Theories Social Psychology, Volume 1* (pp. 416-437). SAGE. <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21>
- Gómez-Mármol, A., Calderón-Luquín, A., & Valero, A. (2014). Análisis comparativo de diferentes modelos de enseñanza para la práctica del atletismo. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 16, 104-121.
- González-Víllora, S. (2021). Teaching games for understanding (TGfU). Enseñanza comprensiva del deporte. En A. Pérez-Pueyo, D. Hortigüela-Alcalá, & J. Fernández-Río (Eds.), *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué* (pp. 50-93). Wanceulen. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/13251/3425520UNo232No001LS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, J., Jiménez, F., Gómez, A., González, F. A., Pacheco, J. J., Sosa, G., Gorrín, A., & Abreu, V. (2014). La competencia motriz como competencia clave. II Seminario Interuniversitario ULL-ULPGC "Métodos, técnicas y análisis matemático aplicados a la investigación científica en el ámbito de la educación física y el deporte: Estado actual y perspectivas de futuro". https://www.researchgate.net/publication/284712394_La_competencia_motriz_como_competencia_clave
- Joyce, B., & Weil, M. (2002). *Modelos de enseñanza*. Gedisa.
- Metzler, M., & Colquitt, G. (2021). *Instructional models for physical education*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003081098>
- Rubio, A. D., & Gómez, A. (2016). Efectos del modelo Ludotécnico en el aprendizaje técnico, competencia y motivación en la enseñanza del baloncesto en educación física. *Sport Tk: Revista euroamericana de Ciencias del Deporte*, 5, 41-46.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: an organismic dialectical perspective. En E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). University of Rochester Press.
- Uría, P. (2019). *Iniciación a la carrera de relevos a través del modelo Ludotécnico* [Trabajo Final de Grado]. Universidad de Oviedo, España. <https://zaguan.unizar.es/record/95190/files/TAZ-TFG-2020-3044.pdf>
- Valero, A. (2015). *Sesiones de atletismo. Carreras*. Pila Teleña.

- Valero, A., & Conde, J. L. (2003). *La iniciación al atletismo a través de los juegos*. Aljibe.
- Valero, A., & Gómez, A. (2014). *Fundamentos del atletismo. Claves para su enseñanza*. Pila Teleña.
- Valero, A., Gómez, A., & Sánchez-Alcaraz, B. (2020). El modelo Ludotécnico: pasado, presente y futuro. En B. Sánchez-Alcaraz, A. Valero, D. Navarro, & J. A. Merino (Coords.), *Metodologías emergentes en educación física. Consideraciones teóricas-prácticas para docentes*. Wanceulen.
- Valero, A., & Manzano, D. (2021). Ludotécnico. En A. Pérez-Pueyo, D. Hortigüela-Alcalá, & J. Fernández-Río (Eds.), *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué* (pp. 300-319). Wanceulen. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/13251/3425520UNo232No001LS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Valero, A., Gómez, A., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2020). El Modelo Ludotécnico: pasado, presente y futuro. En B. J. Sánchez-Alcaraz, A. Valero, D. Navarro, & J. A. Merino (Eds.), *Metodologías emergentes en Educación Física. Consideraciones teórico prácticas para docentes* (pp. 145-159). Wanceulen.
- Whitehead, M. (2013). Definition of physical literacy and clarification of related. *ICSSPE Bulletin of Journal of Sport Science and Physical Education*, 65, 28-33.