

Miguel Pic  
Pere Lavega-Burgués  
*Coordinadores*



**EDUCAR  
Y ENTRENAR  
CONDUCTAS  
MOTRICES**

*Transferir conocimiento innovador  
a profesores y entrenadores*



*Dykinson, S.L.*



**EDUCAR Y ENTRENAR  
CONDUCTAS MOTRICES**

**Transferir conocimiento innovador  
a profesores y entrenadores**



MIGUEL PIC  
PERE LAVEGA-BURGUÉS  
*Coordinadores*

**EDUCAR Y ENTRENAR  
CONDUCTAS MOTRICES**  
**Transferir conocimiento innovador  
a profesores y entrenadores**

*Dykinson, S. L.*

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal). Diríjase a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con Cedro a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 917021970/932720407.

La obra ha sido sometida a un proceso de revisión científica por pares externos. Cada uno de los capítulos fue evaluado de forma anónima por revisores expertos en la materia antes de su aceptación definitiva. Para mayor información, véase [www.dykinson.com/quienes\\_somos](http://www.dykinson.com/quienes_somos)

© Copyright by  
Los autores  
Madrid

Editorial DYKINSON, S.L. Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid  
Teléfono (+34) 91 544 28 46 - (+34) 91 544 28 69  
e-mail: [info@dykinson.com](mailto:info@dykinson.com)  
<http://www.dykinson.es>  
<http://www.dykinson.com>

ISBN: 979-13-7047-085-2  
Depósito Legal: M-6271-2026  
DOI: <https://doi.org/10.14679/4849>  
ISBN electrónico: 979-13-7047-235-1

*Maquetación:*  
[german.balaguer@gmail.com](mailto:german.balaguer@gmail.com)

# SUMARIO

INTRODUCCIÓN.....	11
MIGUEL PIC Y PERE LAVEGA-BURGUÉS	

## **BLOQUE 1.**

### **FUNDAMENTOS DE LA EDUCACIÓN DE CONDUCTAS MOTRICES**

LA EDUCACIÓN DE CONDUCTAS MOTRICES. MÁS ALLÁ DE UN MODELO PEDAGÓGICO .....	17
PERE LAVEGA-BURGUÉS	

EDUCACIÓN DE CONDUCTAS MOTRICES. EL PROGRAMA DE EDU- CACIÓN FÍSICA DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y ENSEÑANZA SUPERIOR DE ANDORRA.....	45
PERE LAVEGA-BURGUÉS Y ALFREDO LARRAZ	

## **BLOQUE 2.**

### **EDUCACIÓN EMOCIONAL Y TRANSFORMACIÓN DE ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN LAS CONDUCTAS MOTRICES**

EDUCAR CONDUCTAS MOTRICES DE BIENESTAR EMOCIONAL PARA TRANSFORMAR ESTEREOTIPOS DE GÉNERO.....	65
VERÓNICA MUÑOZ-ARROYAVE, QUERALT PRAT Y PERE LAVEGA-BURGUÉS	

EL BIENESTAR SOCIOEMOCIONAL Y LA TRANSFORMACIÓN DE ESTEREOTIPOS DE GÉNERO EN EDUCACIÓN FÍSICA.....	89
MARÍA COLLADO, PERE LAVEGA-BURGUÉS, MIGUEL PIC Y CARLOS MALLÉN- LACAMBRA	

**BLOQUE 3.**  
**INCLUSIÓN, EQUIDAD Y TRANSFORMACIÓN SOCIAL EN LAS**  
**CONDUCTAS MOTRICES**

- EDUCAR CONDUCTAS MOTRICES INCLUSIVAS: EL PROYECTO OP-  
 PORTUNITY .....117  
 PERE LAVEGA-BURGUÉS, ZHAÏRA BEN-CHAABÂNE, ROSA RODRÍGUEZ, INMACU-  
 LADA DURAN Y FRANCISCO LAGARDERA
- ARTZIKIROLA Y LA TRANSFORMACIÓN DE LAS CONDUCTAS MOTRI-  
 CES: EQUIDAD Y BIENESTAR A TRAVÉS DE LA LÓGICA INTERNA DEL  
 JUEGO .....141  
 JOSE ANTONIO GONZÁLEZ PORRAS
- MEJORAR LAS RELACIONES SOCIOAFECTIVAS MEDIANTE JUEGOS  
 DEPORTIVOS TRADICIONALES: EL CASO DE *ROBAR PIEDRAS* .....165  
 CARLOS MALLÉN-LACAMBRA, ZHAÏRA BEN-CHAABÂNE, MIGUEL PIC Y PERE  
 LAVEGA-BURGUÉS

**BLOQUE 4.**  
**JUEGOS DEPORTIVOS TRADICIONALES: EMOCIÓN, CULTURA Y**  
**CONVIVENCIA EN LAS CONDUCTAS MOTRICES**

- JUEGOS TRADICIONALES CON Y SIN COMPETICIÓN. EDUCAR EMO-  
 CIONES DESDE LA PEDAGOGÍA DE LAS CONDUCTAS MOTRICES .....185  
 SILVESTER FRANCHI, KARINE MARTINELLI, LAISA REGINA DE SOUZA BALENA,  
 JOÃO FRANCISCO MAGNO RIBAS Y QUERALT PRAT
- LA TEMPLANZA EMOCIONAL DE LOS JUEGOS DE TRÍADA. VIVENCIAS  
 EMOCIONALES DE LA DÍADA A LA TRÍADA .....207  
 MIGUEL PIC, MARIO RODRIGUES, JOAO MOREIRA Y VICENTE NAVARRO-  
 ADELANTADO
- APRENDER CON EMOCIÓN: LOS JUEGOS DE FREGUESIA DE LOUSÃ  
 COMO FUENTE DE CONOCIMIENTO Y CONVIVENCIA .....223  
 MARIO RODRIGUES, JOÃO MOREIRA MIGUEL MATOS Y MIGUEL PIC

**BLOQUE 5.**  
**CONFLICTO MOTOR, EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL Y EQUIDAD EN**  
**LAS CONDUCTAS MOTRICES**

- HACIA UNA EDUCACIÓN FÍSICA TRANSFORMADORA. LA ALFABETI-  
 ZACIÓN DEL CONFLICTO MOTOR .....243  
 UNAI SÁEZ DE OCÁRIZ, MARÍA COLLADO, PAULA PLA-PLA Y MIGUEL PIC

MÁS ALLÁ DEL DEPORTE: INTERVENCIONES EDUCATIVAS PARA TRANSFORMAR EL CONFLICTO EN APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL ..263  
PAULA PLA-PLA, PERE LAVEGA-BURGUÉS, AARON RILLO-ALBERT Y UNAI SÁEZ DE OCÁRIZ

### **BLOQUE 6.**

#### **ETNOMOTRICIDAD, SOSTENIBILIDAD Y PERSONALIZACIÓN DE LAS CONDUCTAS MOTRICES**

¿CÓMO TRABAJAR LA EDUCACIÓN DE CONDUCTAS ETNOMOTRICES SOSTENIBLES? .....283  
RAFAEL LUCHORO-PARRILLA

HACIA UNA EDUCACIÓN PERSONALIZADA DE LAS CONDUCTAS MOTRICES.....301  
PERE LAVEGA-BURGUÉS, RAFAEL LUCHORO-PARRILLA, PAULA PLA-PLA Y MIGUEL PIC

### **BLOQUE 7.**

#### **ENTRENAMIENTO Y MEJORA DEL RENDIMIENTO EN LAS CONDUCTAS MOTRICES**

EL EFECTO DEL TAMAÑO DE LA PISTA SOBRE LA ACCIÓN INICIAL, LA CONTINUIDAD Y EL MODO DE FINALIZACIÓN EN SITUACIONES DE 1 VS. 1 EN LA INICIACIÓN AL VOLEIBOL.....327  
FELIPE MENEZES-FAGUNDES Y CRISTÒFOL SALAS-SANTANDREU

ENTRENAR LA TOMA DE DECISIONES EN INICIACIÓN AL BADMINTON DE DOBLES: EL PAPEL DEL FEEDBACK INTERROGATIVO .....349  
CRISTÒFOL SALAS-SANTANDREU Y FELIPE MENEZES-FAGUNDES



# INTRODUCCIÓN

MIGUEL PIC Y PERE LAVEGA-BURGUÉS

*Editores*

En las últimas décadas, la Educación Física y, en un sentido más preciso, la educación motriz, se encuentran ante un desafío de fondo que trasciende la mera renovación metodológica. No se trata únicamente de introducir nuevos modelos pedagógicos, diversificar estrategias didácticas o incorporar tecnologías emergentes, sino de revisar con profundidad el objeto mismo de la acción educativa. Esta obra colectiva se inscribe en ese horizonte de transformación epistemológica y pedagógica, situando en el centro de la reflexión la educación de las conductas motrices como núcleo vertebrador de una educación verdaderamente integral, humanista y socialmente comprometida.

El punto de partida compartido por los distintos capítulos es una concepción de la motricidad alejada de visiones fragmentarias o instrumentales. Frente a enfoques que reducen la práctica motriz a la mejora del rendimiento, la adquisición técnica o la simple ocupación activa del tiempo, aquí se defiende una mirada que reconoce la conducta motriz como manifestación significativa de la persona en acción. Cada situación motriz moviliza simultáneamente dimensiones orgánicas, cognitivas, emocionales, relacionales y expresivas, configurando una experiencia unitaria en la que el sujeto decide, siente, se relaciona y se implica corporalmente con sentido.

Esta perspectiva hunde sus raíces en la praxiología motriz, ciencia de la acción motriz, que ofrece un marco conceptual sólido para analizar, comprender y orientar las prácticas motrices desde su lógica interna. Lejos de constituir un corpus teórico abstracto, la praxiología motriz se revela en esta obra como una herramienta operativa para el diseño curricular, la intervención pedagógica, la investigación aplicada y la formación de profesionales capaces de leer la complejidad de las situaciones motrices y de intervenir con intencionalidad educativa.

Uno de los hilos conductores del libro es la necesidad de superar la identificación de la Educación Física con un repertorio de actividades estandarizadas, frecuentemente dominadas por la lógica del deporte institucionalizado. Sin negar el valor educativo de las prácticas deportivas, los trabajos aquí reunidos muestran cómo la reproducción acrítica de modelos competitivos, selectivos o jerárquicos

ha contribuido históricamente a la exclusión, a la reproducción de estereotipos de género y a no hacer visibles otras formas de relación motriz más inclusivas y formativas. En este sentido, al lado de los deportes más clásicos, los juegos deportivos tradicionales se ofrecen como contextos privilegiados para educar conductas motrices con sentido, al ofrecer una diversidad de lógicas internas capaces de generar aprendizajes significativos con la máxima trascendencia para el alumnado.

La obra se estructura de manera que el lector pueda transitar desde los fundamentos teóricos hacia experiencias de intervención y estudios empíricos que ilustran, con rigor metodológico, la aplicabilidad del paradigma de la educación de las conductas motrices. En los capítulos iniciales se plantea una reflexión crítica sobre los modelos pedagógicos dominantes en Educación Motriz, señalando sus aportaciones, pero también sus límites cuando se aplican sin cuestionar el núcleo epistemológico de la disciplina. Desde esta mirada, se argumenta que el verdadero cambio no reside únicamente en cómo se enseña, sino en qué se enseña y para qué se enseña, situando la conducta motriz significativa como objeto central de la acción educativa.

Esta reformulación del objeto de enseñanza tiene consecuencias directas sobre el diseño curricular y la programación educativa. La propuesta de organizar la intervención a partir de los dominios de acción motriz permite estructurar trayectorias pedagógicas coherentes, progresivas y exhaustivas, que contemplan desde las situaciones psicomotrices hasta las sociomotrices de cooperación, oposición y cooperación-oposición, así como las prácticas expresivas. De este modo, la selección de situaciones motrices deja de ser arbitraria o dependiente de modas metodológicas y se fundamenta en criterios científicos vinculados a la lógica interna de las prácticas y a los aprendizajes que estas desencadenan.

La experiencia del sistema educativo andorrano, presentada en uno de los capítulos, constituye un ejemplo singular de cómo este enfoque puede traducirse en políticas educativas concretas. La integración coherente de la educación de las conductas motrices en todas las etapas educativas muestra que es posible articular competencias, criterios de evaluación y expectativas de aprendizaje desde una visión praxiológica, alineada con los retos sociales contemporáneos y con los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Este caso no se presenta como un modelo cerrado, sino como una referencia inspiradora para otros contextos educativos que buscan dotar de sentido y coherencia a la Educación Física.

Otro eje central de la obra es la relación entre motricidad y educación emocional. Lejos de concebir las emociones como un añadido transversal o como un contenido accesorio, los diferentes estudios evidencian que la vivencia emocional es consustancial a toda situación motriz. La lógica interna de los juegos y prácticas motrices condiciona la intensidad, la valencia y la diversidad de las emociones experimentadas, influyendo de manera decisiva en el bienestar subjetivo, la motivación y las relaciones interpersonales. Desde esta perspectiva, educar conductas motrices implica también educar la gestión emocional, la regulación afectiva y la conciencia de las propias vivencias.

Las investigaciones presentadas muestran cómo determinados dominios de acción motriz, especialmente los juegos cooperativos y las prácticas sociomotrices ajustadas desde criterios inclusivos, favorecen la emergencia de emociones positivas y climas relacionales de bienestar. Al mismo tiempo, se pone de relieve la necesidad de una mediación docente consciente en contextos de oposición y cooperación-oposición, donde la intensidad emocional y la aparición de conflictos motores requieren estrategias pedagógicas específicas para transformar el conflicto en oportunidad de aprendizaje.

La alfabetización en conflicto motor constituye, en este sentido, una de las aportaciones más relevantes de la obra. Los capítulos dedicados a este ámbito muestran cómo el conflicto, lejos de ser un elemento a eliminar, puede convertirse en un potente recurso educativo cuando se analiza desde la conducta motriz y se integra en situaciones de reflexión, diálogo y toma de decisiones compartidas. Esta mirada permite desarrollar competencias clave para la convivencia democrática, como la empatía, la autorregulación y la resolución pacífica de conflictos, reforzando el papel de la Educación Física como espacio de educación ética y ciudadana.

La dimensión inclusiva atraviesa de manera transversal el conjunto de la obra. Los trabajos centrados en la discapacidad intelectual, la diversidad funcional, la equidad de género y la inclusión social muestran cómo la adaptación de la lógica interna de los juegos y la atención a las conductas motrices de todos los participantes permiten generar experiencias de participación real y significativa. La inclusión no se plantea aquí como un principio abstracto, sino como una práctica concreta que exige conocimiento praxiológico, sensibilidad pedagógica y capacidad de intervención sobre las reglas, los roles y las condiciones de práctica.

Asimismo, la obra incorpora una reflexión profunda sobre la etnomotricidad y la sostenibilidad, destacando el valor educativo de las prácticas motrices vinculadas a contextos culturales específicos. La relación entre lógica interna (rasgos internos de cada juego) y lógica externa (rasgos de su contexto sociocultural) permite comprender cómo los juegos tradicionales reflejan valores, saberes y formas de relación con el entorno, ofreciendo oportunidades únicas para educar conductas motrices sostenibles, tanto en el uso de materiales como en la construcción de vínculos intergeneracionales y comunitarios. En este marco, la motricidad se convierte en un puente entre escuela y territorio, entre educación formal y experiencias de vida.

Desde el punto de vista metodológico, los estudios recogidos en el libro destacan por el uso de diseños rigurosos, tanto cuantitativos como cualitativos y mixtos, que refuerzan la validez científica de las propuestas. La utilización de instrumentos observacionales, cuestionarios validados y análisis de patrones de conducta motriz permite avanzar en la comprensión de los procesos que se activan en las situaciones motrices, aportando evidencias empíricas que respaldan las orientaciones pedagógicas defendidas.

En conjunto, esta obra propone una manera de pensar y practicar la Educación Motriz que sitúa a la persona en el centro, reconoce la complejidad de educar y en-

trenar la conducta motriz, y asume la responsabilidad educativa de cada situación de juego, de cada práctica y de cada decisión pedagógica. Educar y entrenar conductas motrices no significa únicamente mejorar habilidades o desempeños estrictamente motores, sino acompañar a las personas en la construcción de sentidos, valores y relaciones a través de experiencias motrices cargadas de significado subjetivo.

El lector y la lectora encontrarán en estas páginas no solo fundamentos teóricos y resultados de investigación, sino también claves para la intervención profesional, orientaciones para el diseño de situaciones motrices con intencionalidad educativa y ejemplos de cómo la praxiología motriz puede convertirse en un marco de referencia potente para afrontar los retos de la educación contemporánea. En un contexto marcado por la diversidad, la incertidumbre y la necesidad de construir sociedades más justas y sostenibles, la educación de las conductas motrices se presenta aquí como una vía fecunda para formar personas competentes, conscientes y comprometidas.

¡Alea jacta est!

**L**a Educación Motriz contemporánea afronta el desafío de innovar y superar los modelos pedagógicos técnicos tradicionales para situar a la persona en el centro de la acción educativa. Esta obra nos ofrece la llave para educar y entrenar desde un cambio de paradigma: pasar del estudio y aplicación descontextualizada de las habilidades motrices o del movimiento a la optimización de conductas motrices como objeto de enseñanza. Entender la motricidad desde esta perspectiva implica reconocer que toda situación motriz activa de manera interdependiente dimensiones orgánicas, cognitivas, emocionales y relacionales de las personas (alumnos o deportistas) que intervienen. No basta con ejecutar gestos; es necesario comprender el sentido de la acción motriz en contextos significativos. Educar y entrenar la conducta motriz supone intervenir sobre la persona en su globalidad, orientando la práctica motriz hacia el desarrollo de competencias, que implica la adquisición de cuatro saberes: saber conceptual y saber procedimental (desde el saber hacer), así como el saber actitudinal (saber ser y saber estar). Desde el marco de la praxiología motriz, esta obra ofrece fundamentos rigurosos y orientaciones aplicadas para el diseño de situaciones motrices con intencionalidad educativa. Se supera el dualismo cuerpo-mente y se propone una pedagogía coherente con los retos actuales referidos al bienestar socioemocional: inclusión, equidad de género, sostenibilidad. Una obra dirigida a profesionales que buscan educar y entrenar motrizmente con sentido, fundamentación científica y compromiso con la formación integral de la persona.

**inefc**



**Generalitat  
de Catalunya**

**giam**

Grup d'Investigació  
en Acció Motriu



9 791370 470852