

PRINCIPIOS DEL APRENDIZAJE MOTOR APLICADOS A LA INICIACIÓN DEPORTIVA

Aprendizaje motor

“Existen varias definiciones sobre el aprendizaje motor; una de ellas lo define como un cambio permanente en el comportamiento motriz de los individuos a causa de la práctica o de la experiencia. En otras palabras, es la capacidad que tenemos de realizar una tarea o acción similar y del mismo nivel de complejidad como consecuencia de haber aprendido otra previamente.”

La motricidad fina se refiere a la capacidad para realizar movimientos pequeños y precisos que requieren una adecuada coordinación entre el sistema neurológico, muscular y esquelético. Este tipo de motricidad representa un proceso de refinamiento de la motricidad gruesa, por lo que su desarrollo es progresivo y demanda mayor tiempo, especialmente durante la infancia. Su adecuada adquisición es fundamental para la ejecución de actividades que requieren precisión, control y armonía, y constituye un indicador importante del nivel de maduración infantil. Asimismo, el desarrollo de la motricidad fina no depende únicamente de factores biológicos, sino que está profundamente influido por el entorno social y cultural del niño. La interacción con la familia, la escuela y los recursos disponibles en su contexto favorece la adquisición de habilidades motrices y conductuales, destacando la importancia de ofrecer experiencias educativas variadas y significativas que promuevan un desarrollo motor integral.

El aprendizaje motor es fundamental en la iniciación deportiva, ya que permite la adquisición progresiva de habilidades motrices a través de la práctica y la experiencia. Su aplicación se basa en partir de movimientos básicos para avanzar gradualmente hacia acciones más complejas, respetando el ritmo de desarrollo de cada persona y evitando la especialización temprana. Mediante actividades variadas, juegos y tareas adaptadas, el aprendizaje motor favorece la repetición significativa, la adaptación al movimiento y la toma de decisiones. La retroalimentación positiva y el error como parte del proceso fortalecen la motivación y el aprendizaje, contribuyendo a una iniciación deportiva formativa, segura y orientada al desarrollo integral.

Referencia:

Chicaiza Sinchi, D. L., Bayas Machado, R. F., Pérez Vargas, I. G., & García Ramos, M. R. (2025). Educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa. Esprint Investigación, 4(1), 185-195. <https://doi.org/10.61347/ei.v4i1.104>