

TEMA 7

COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO. CONCEPTOS Y ACTIVIDADES PARA SU DESARROLLO.

1. INTRODUCCIÓN JUSTIFICATIVA.
2. CAPACIDADES COORDINATIVAS: CONCEPTO Y CLASIFICACIÓN
 - a. COORDINACIÓN: CONCEPTO Y EVOLUCIÓN.
 - b. EQUILIBRIO: CONCEPTO Y EVOLUCIÓN.
3. ACTIVIDADES PARA SU DESARROLLO Y CONCRECCIÓN EN EL CURRÍCULUM.
4. CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS.
5. CONSIDERACIONES FINALES.
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.
 - A. NORMATIVA
 - B. AUTORES
 - C. DIGITAL

1. INTRODUCCIÓN JUSTIFICATIVA.

El tema que nos ocupa reviste gran importancia, ya que aborda aspectos fundamentales del movimiento humano como son la coordinación y el equilibrio, considerados elementos cualitativos del mismo. Estos, en combinación con las capacidades físicas básicas, guardan una estrecha relación con la salud general, así como con el rendimiento cognitivo y académico.

Diversos autores, como [Fernández-Río et al. \(2019\)](#), identifican el periodo comprendido entre los 8 y los 12 años como la “edad dorada del aprendizaje motor”, dado que durante esta etapa se presentan las condiciones óptimas para la adquisición rápida y eficaz de múltiples habilidades motrices. Es en este momento cuando se desarrollan y afianzan numerosos patrones de movimiento fundamentales, por lo que resulta esencial promover una práctica motriz amplia, atractiva y con sentido.

De hecho, tanto el **Real Decreto 157/2022** como el **Decreto 101/2023**, de 9 de mayo (en adelante D.101/23), establecen que uno de los objetivos clave de la Educación Física (en adelante, EF) es contribuir al desarrollo físico y corporal equilibrado, considerando la coordinación y el equilibrio como componentes esenciales de este proceso.

A lo largo del presente tema, se pretende dar respuesta y justificación a una cuestión principal: ¿qué entendemos por coordinación y equilibrio? Para ello, se abordarán sus definiciones, clasificaciones, evolución, factores que los condicionan, propuestas de actividades para su desarrollo, así como su enfoque educativo y las recomendaciones metodológicas más adecuadas.

A lo largo del tema se utilizará el género masculino, por facilitar la lectura y aceptando las características propias de la prueba, rechazando cualquier elemento de desigualdad.

2. CAPACIDADES COORDINATIVAS: CONCEPTO Y CLASIFICACIÓN

Las capacidades coordinativas son cualidades motrices que permiten organizar, controlar y regular el movimiento de manera eficaz y adaptativa frente a las exigencias de una tarea motora concreta. Constituyen un pilar fundamental en el desarrollo motor, ya que optimizan la calidad del movimiento y favorecen el aprendizaje de habilidades motrices (**Ruiz Pérez & García Manso, 2021**).

A diferencia de las capacidades físicas básicas, cuyo componente predominante es fisiológico, las capacidades coordinativas tienen una base neuromotora, estrechamente relacionada con la percepción, el procesamiento de la información y la respuesta motriz. Estas capacidades están directamente vinculadas con el desarrollo cognitivo, la motricidad fina y gruesa, y el rendimiento motor global del alumnado (**Weineck, 2019**).

Durante la infancia —especialmente entre los 6 y los 12 años— se produce una etapa crítica para su desarrollo, debido a la plasticidad neuronal y a la maduración del sistema nervioso central. En este sentido, diversos estudios subrayan la importancia de estimular de forma variada y estructurada estas capacidades durante la etapa de Educación Primaria (**Cañizares & Carbonero, 2016**).

Hasta la etapa de **Francisco Amorós**, el tratamiento de las capacidades motrices se realizaba de manera global, sin una diferenciación clara entre sus componentes. Fue

© ONUBA Oposiciones – www.onubaoposiciones.es - información@onubaoposiciones.es

Bellin de Coteau quien introdujo el término *cualidades físicas*, estableciendo una primera clasificación que distinguía la fuerza, la velocidad, la resistencia y la destreza. Dentro de esta última categoría incluía aspectos como la coordinación, el equilibrio y la agilidad, sentando así las bases para futuras tipologías.

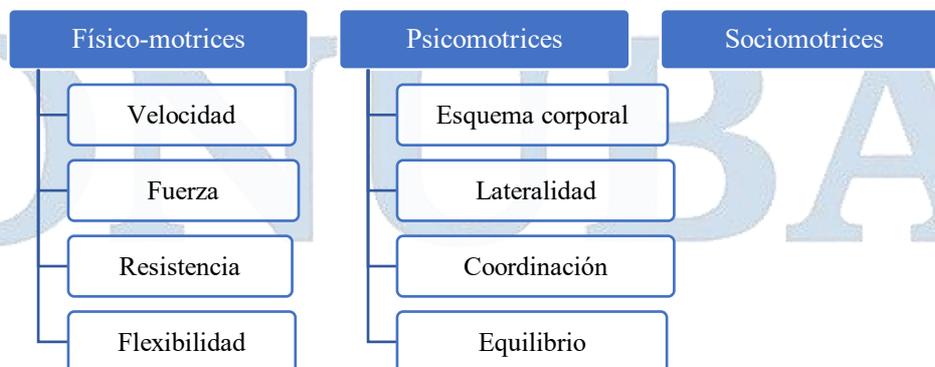
Con el paso del tiempo, han surgido diversas propuestas clasificatorias. Una de las más relevantes en el ámbito educativo es la de **Gutiérrez (2011)**, quien estructura las capacidades en tres grandes grupos:

- **Capacidades físicas:** fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, entendidas como cualidades con base fisiológica.
- **Capacidades perceptivo-motrices:** entre las que se encuentran la coordinación y el equilibrio —centrales en este tema—, así como la percepción espacio-temporal y kinestésica.
- **Cualidades sociomotrices:** hacen referencia a la capacidad de relacionarse y actuar eficazmente en situaciones motrices compartidas, incluyendo la agilidad, las habilidades y las destrezas en contextos sociales.

Esta clasificación permite una comprensión más completa e integradora del desarrollo motor en la etapa escolar, facilitando la planificación de la intervención educativa en Educación Física.



A continuación te presentamos un gráfico que puedes incluir para dar más sentido al tema, recuerda que es importante presentar esquemas y gráficos dentro del tema, harán que mejor argumentado y apoyado en la realidad bibliográfica.



Gráfica 1. Clasificación de las capacidades motrices. **Gutiérrez (2011)**

a. **COORDINACIÓN: CONCEPTO Y EVOLUCIÓN.**

La coordinación motriz se entiende como la capacidad para ejecutar movimientos de manera armónica, fluida y eficaz, integrando diferentes partes del cuerpo y adaptándose a los estímulos del entorno. Esta habilidad permite desde acciones básicas como caminar hasta tareas complejas como sortear obstáculos en carrera. Según **Ruiz Pérez (2021)**, la coordinación se puede clasificar en:

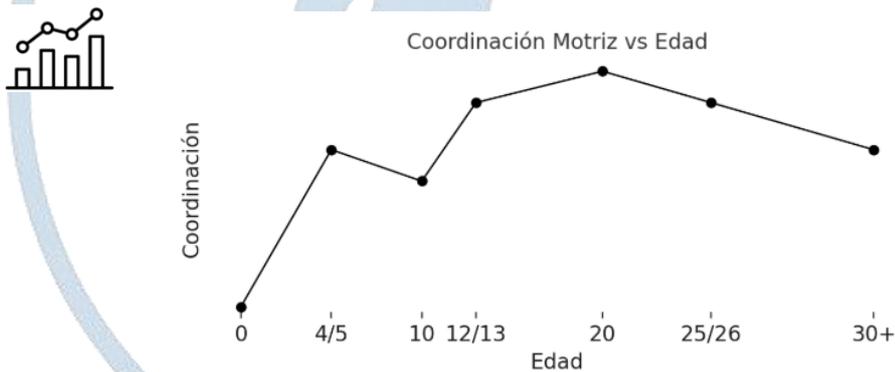
- **Coordinación dinámica general:** participación de grandes grupos musculares en movimientos globales, como correr, lanzar o saltar.
- **Coordinación óculo-segmentaria:** control de movimientos precisos que requieren integración visual y segmentaria. Puede dividirse en:
 - *Óculo-manual:* como lanzar una pelota a canasta.
 - *Óculo-pédica:* como chutar un balón hacia un objetivo.
 - *Óculo-céfalo:* como un remate de cabeza.
- **Coordinación espacial:** capacidad para controlar los movimientos en relación con el espacio que nos rodea.
- **Coordinación intra e intermuscular:** control fino entre músculos o grupos musculares que trabajan simultáneamente, como en una flexión de codo bien ejecutada.

Los **principales factores** que condicionan el desarrollo y ejecución de la coordinación son, según **Weineck (2019)**:

- **Condición física:** el estado de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad mejora o limita la coordinación.
- **Fatiga:** niveles altos reducen la precisión del control motor.
- **Activación nerviosa:** tanto una activación excesiva como insuficiente provocan desorganización motriz.
- **Nivel de aprendizaje y experiencia:** facilita la automatización de gestos motores y mejora la economía del movimiento.
- **Edad y maduración neurológica:** afectan directamente la calidad coordinativa.
- **Dominancia lateral y características del objeto:** especialmente relevantes en tareas segmentarias y manipulativas.

Si ponemos la atención en la **evolución**, el desarrollo coordinativo progresa a medida que se avanza en edad y experiencia motriz (**Cañizares & Carbonero, 2016**):

- **Infancia temprana (3-6 años):** se adquiere el esquema corporal y se exploran los patrones básicos.
- **Etapla escolar (6-12 años):** considerada la “ventana de oro” del aprendizaje motor. El sistema nervioso está en óptimas condiciones para el desarrollo coordinativo.
- **Pubertad:** puede producirse un estancamiento temporal por los cambios físicos. La mejora depende de la evolución de la fuerza y la velocidad.
- **Edad adulta:** se mantienen las capacidades adquiridas. Sin embargo, aprender nuevas habilidades complejas resulta más desafiante.
- **Envejecimiento:** tiende a haber una regresión, aunque la práctica regular puede ralentizarla.



Gráfica 2. Evolución de la coordinación con respecto a la edad.

A modo resumen y para favorecer el estudio podemos ver:

CLASIFICACIÓN DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ

Tipo de coordinación	Descripción
Dinámica general	<i>Movimientos globales con grandes grupos musculares (correr, saltar).</i>
Óculo-segmentaria	<i>Integración visual con parte del cuerpo (óculo-manual, pédica, cefálica).</i>
Espacial	<i>Control corporal en relación al entorno físico.</i>



Intra / Intermuscular	<i>Precisión en el trabajo conjunto de músculos o grupos musculares.</i>
FACTORES QUE INFLUYEN	
Factor	Efecto principal
Condición física	<i>Determina la calidad y eficiencia del movimiento.</i>
Fatiga	<i>Reduce la coordinación y aumenta el riesgo de errores.</i>
Activación y tensión nerviosa	<i>Un exceso o déficit perjudica la ejecución fluida.</i>
Aprendizaje motor	<i>Facilita la automatización y adquisición de nuevas habilidades.</i>
Edad / maduración	<i>Relacionadas con la etapa evolutiva y el desarrollo neurológico.</i>
Lateralidad y objeto	<i>Influyen especialmente en tareas segmentarias y de precisión.</i>

b. EQUILIBRIO: CONCEPTO Y EVOLUCIÓN.

El equilibrio es una capacidad motriz fundamental que permite al ser humano mantener la estabilidad postural, ya sea en reposo o en movimiento, controlando la posición del centro de gravedad respecto a la base de apoyo. Esta habilidad es clave para garantizar la seguridad, la eficacia y la fluidez en la ejecución motriz, tanto en actividades cotidianas como deportivas.

Seguendo a **Ruiz Pérez (2021)**, el equilibrio se puede dividir en dos grandes categorías:

- **Equilibrio estático:** es la habilidad para sostener una postura sin desplazamiento, como ocurre al permanecer de pie sobre una sola pierna o en posición de equilibrio en yoga.
- **Equilibrio dinámico:** hace referencia a la capacidad de mantener el control corporal mientras se realiza un movimiento, como durante la carrera, un salto o un cambio de dirección.

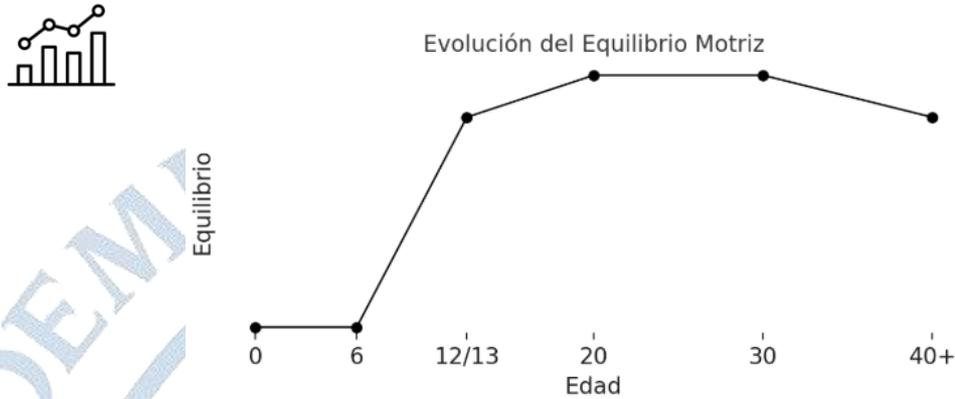
Los factores que intervienen en el equilibrio están condicionado por una combinación de factores fisiológicos, mecánicos, sensoriales y psicológicos. Según **Ruiz Pérez & García Manso (2021)**, los principales elementos que intervienen son:

- **Sistemas sensoriales:** la información proveniente de los receptores visuales, vestibulares (ubicados en el oído interno) y propioceptivos es esencial para mantener el control postural.
- **Base de sustentación:** cuanto mayor y más estable es la superficie de apoyo, mayor facilidad para estabilizar el cuerpo.
- **Centro de gravedad:** una posición más baja del centro de gravedad favorece el equilibrio; a mayor altura, mayor dificultad.
- **Peso corporal:** en situaciones estáticas, un peso mayor puede aportar estabilidad, aunque no siempre es así en movimientos dinámicos.
- **Condiciones externas:** la presencia de estímulos como objetos en movimiento, cambios de velocidad o impactos pueden alterar el equilibrio.
- **Déficits sensoriales:** alteraciones visuales o auditivas afectan directamente a la capacidad para estabilizar el cuerpo.
- **Factores emocionales:** estados de confianza, ansiedad, miedo o motivación influyen notablemente en la ejecución equilibrada de los movimientos.

La evolución del equilibrio está estrechamente relacionada con la maduración del sistema nervioso y con las experiencias motrices acumuladas durante la vida. De acuerdo con **Cañizares & Carbonero (2016)**, su evolución sigue el siguiente patrón:

- **Primera infancia (hasta los 6 años):** se adquiere progresivamente el equilibrio estático, en paralelo con el desarrollo del sistema vestibular y la estructuración del esquema corporal.
- **Etapas prepuberal (6-12 años):** se produce un gran avance en el equilibrio dinámico, aunque puede haber una meseta o retroceso puntual al final de la etapa debido a los cambios corporales derivados del crecimiento.
- **Edad adulta:** el equilibrio se estabiliza, y se mantienen las capacidades adquiridas en etapas anteriores, siempre que se continúe con una práctica motriz regular.

- **Vejez:** se observa un declive progresivo por la degeneración del sistema nervioso y musculoesquelético, lo que incrementa el riesgo de caídas si no se compensa con ejercicio físico adecuado.



Gráfica 3. Evolución del equilibrio con respecto a la edad.

A modo resumen y para favorecer el estudio podemos ver:



Aspecto	Resumen
Definición	Capacidad de mantener el centro de gravedad sobre la base de sustentación para conservar la estabilidad postural (Ruiz Pérez, 2021).
Tipos de equilibrio	<i>Estático:</i> mantener el cuerpo inmóvil en una postura determinada. <i>Dinámico:</i> mantener la estabilidad durante el movimiento.
Factores que influyen	<ul style="list-style-type: none"> - Sistemas sensoriales: vista, oído interno (vestibular), propiocepción. - Tamaño y estabilidad de la base de apoyo. - Altura del centro de gravedad. - Peso corporal (mejora el equilibrio estático). - Estímulos externos (impactos, objetos móviles). - Déficits sensoriales (visual/auditivo). - Factores emocionales (miedo, confianza, motivación).
Evolución por etapas	<ul style="list-style-type: none"> - Infancia (hasta 6 años): desarrollo del equilibrio estático junto a la maduración del sistema vestibular. - Prepuberal (6–12 años): mejora del equilibrio dinámico. - Edad adulta: estabilidad en ambos tipos. - Vejez: deterioro progresivo por involución neuromuscular.

3. ACTIVIDADES PARA SU DESARROLLO Y CONCRECCIÓN EN EL CURRÍCULUM

En este apartado se abordan dos aspectos esenciales del tema: por un lado, se proponen actividades destinadas al desarrollo general de la coordinación y el equilibrio, complementadas con una visión más específica para cada uno de los ciclos de Educación Primaria; por otro, se analiza su encaje dentro del currículo oficial, identificando su vinculación con la normativa educativa vigente que proporciona el respaldo legal y pedagógico necesario.

A continuación presentamos una clasificación de actividades para el desarrollo de la coordinación y el equilibrio para la etapa de Educación Primaria.

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EL EQUILIBRIO	ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA COORDINACIÓN
Juegos de mantener posturas: mantenerse sobre una pierna, en cuclillas, de puntillas o con ojos cerrados, desarrollando el control postural.	Circuitos motores variados: combinar desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones para estimular la coordinación dinámica general.
Desplazamientos sobre superficies inestables o estrechas: caminar por bancos suecos, líneas dibujadas, cuerdas o colchonetas blandas.	Juegos óculo-manuales y óculo-pédicos: lanzar y recibir pelotas, encestar, juegos de puntería o golpear objetos con precisión.
Equilibrio con objetos: sostener pelotas, libros u otros materiales sobre la cabeza o las manos mientras se camina o se realiza una tarea.	Actividades rítmicas y coreografías: seguir patrones de movimiento con el cuerpo o utilizando instrumentos (palmas, percusión corporal, bailes guiados).
Equilibrio cooperativo: formar figuras corporales en pareja o grupo (ej. pirámides humanas básicas, acrosport) manteniendo la estabilidad conjunta.	Juegos de reacción y ritmo: “Simón dice”, juegos con órdenes motoras, juegos de coordinación al compás de la música o siguiendo estímulos visuales o auditivos.
Desplazamientos con obstáculos: andar, correr o saltar sobre objetos con cambios de plano, velocidad o dirección, manteniendo el control del cuerpo.	Actividades con materiales simultáneos: realizar movimientos combinados con pelotas, pañuelos, aros, etc., exigiendo control inter e intramuscular.

<p>Ejercicios con cambios de apoyo: usar manos, pies, rodillas y otras partes del cuerpo para mantener el equilibrio en diferentes posiciones (ej. cuadrupedia invertida).</p>	<p>Juegos de imitación y secuencia: copiar movimientos de animales, seguir rutinas motrices de memoria, o resolver secuencias motoras crecientes en complejidad.</p>
---	---

Del mismo modo que se han expuesto los fundamentos conceptuales de la coordinación y el equilibrio, se presenta a continuación una clasificación didáctica de ambos contenidos organizada por ciclos de la etapa de Educación Primaria. En primer lugar, se aborda el desarrollo de la coordinación, y a continuación el del equilibrio, atendiendo a las características psicomotrices y madurativas propias de cada tramo de edad.

Esta propuesta se ajusta al marco normativo vigente en Andalucía, concretamente al **Decreto 101/2023, de 9 de mayo**, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria, y a la **Orden de 30 de mayo de 2023**, que lo desarrolla. Ambas disposiciones definen las competencias específicas y los saberes básicos en el área de EF, permitiendo contextualizar y justificar pedagógicamente la secuenciación de estos contenidos. Esta organización por ciclos facilita una planificación coherente y adaptada al desarrollo motor del alumnado, asegurando una progresión adecuada en el aprendizaje de las capacidades coordinativas y del equilibrio a lo largo de toda la etapa.

CICLO	OBJETIVOS DE DESARROLLO COORDINATIVO	PROPUESTAS Y ACTIVIDADES RECOMENDADAS
<p>1º Ciclo (1º y 2º Primaria)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar la coordinación general y básica (dinámica, visomotriz). - Favorecer el control global del cuerpo a través del juego y el movimiento libre. 	<ul style="list-style-type: none"> - Circuitos motores con gateos, giros, saltos, desplazamientos. - Juegos de imitación (animales, profes, robots). - Lanzamientos y recepciones sencillos.
<p>2º Ciclo (3º y 4º Primaria)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la coordinación segmentaria (óculo-manual y óculo-pédica). - Introducir el ritmo, la precisión y la combinación de movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de puntería y control con pelotas pequeñas. - Coreografías sencillas o patrones rítmicos (palmas, percusión corporal). - Circuitos de precisión motriz.

<p>3º Ciclo (5º y 6º Primaria)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Refinar la coordinación compleja e intermuscular. - Combinar movimientos simultáneos o secuenciados con mayor dificultad. - Coordinar con objetos o compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Acrosport, percusión corporal, danzas cooperativas. - Actividades con malabares, aros, combas o implementos múltiples. - Juegos de reacción y cambios de ritmo
---	---	--

CICLO	OBJETIVOS DE DESARROLLO EQUILIBRIO	PROPUESTAS Y ACTIVIDADES RECOMENDADAS
<p>1º Ciclo (1º y 2º Primaria)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar el equilibrio estático y dinámico básico. - Mejorar la conciencia corporal y la orientación espacial. - Explorar diferentes apoyos y posturas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de estatuas, posturas con un solo apoyo. - Caminar por líneas o bancos bajos. - Equilibrio con objetos sobre la cabeza o las manos.
<p>2º Ciclo (3º y 4º Primaria)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidar el control postural en situaciones en movimiento. - Introducir disequilibrios controlados (saltos, giros, paradas). 	<ul style="list-style-type: none"> - Carreras con obstáculos de diferente altura. - Equilibrio sobre superficies inestables (colchonetas, cojines, zancos). - Juegos de desplazamiento sobre bancos o cuerdas.
<p>3º Ciclo (5º y 6º Primaria)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Refinar el equilibrio dinámico y segmentario en tareas más complejas. - Mantener el equilibrio en contextos cooperativos o con estímulos externos 	<ul style="list-style-type: none"> - Acrosport con figuras de equilibrio en grupo. - Actividades con cambios de ritmo y dirección. - Tareas con equilibrio en superficies móviles (fitballs, tablas).

A continuación, se presenta una **aproximación detallada a los elementos curriculares** que guardan relación directa con la temática abordada en este tema. Esta revisión tiene como finalidad **conectar los fundamentos teóricos y metodológicos expuestos con el marco normativo vigente**, permitiendo así **justificar su aplicación en el contexto real del aula**. De este modo, se establecen los vínculos necesarios entre las competencias específicas, los saberes básicos y los criterios de evaluación, lo cual facilita la **programación y puesta en práctica de propuestas didácticas significativas y ajustadas a la realidad educativa del alumnado** de Educación Primaria. Esta

© ONUBA Oposiciones – www.onubaoposiciones.es - información@onubaoposiciones.es

concreción curricular resulta imprescindible para garantizar una intervención pedagógica coherente, fundamentada y alineada con los principios del currículo andaluz.

ELEMENTO CURRICULAR	DESCRIPCIÓN
Normativa	RD 157/2022, de 1 de marzo. Decreto 101/2023, de 9 de mayo Orden de 30 de mayo de 2023
Objetivo de etapa	B. Crear proyectos individuales y cooperativos. K. Valorar la higiene y la salud.
Competencias claves y descriptor operativo	Competencia ciudadana, en el Descriptor Operativo (CC2) crear proyectos usando el diálogo.
Comp. Específica	CE1 – Desarrollar habilidades motrices y destrezas corporales básicas ajustando sus movimientos a las características de la situación motriz CE4 – Comprender y aplicar hábitos saludables relacionados con la práctica física, la condición física y el bienestar.
Saberes básicos “Bloque C”	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración del esfuerzo y la mejora motriz • Aplicación de actividades para mejorar la competencia motriz general, incluyendo coordinación y equilibrio • Habilidades motrices básicas: desplazamientos, giros, saltos, lanzamientos, recepciones, etc. • Coordinación motriz • Equilibrio estático y dinámico. • Control y ajustes del movimiento a diferentes situaciones (objetos, espacio, tiempo, compañeros).
Crit. Ev. vinculados	C1.1 – Ejecutar habilidades motrices básicas con control, eficacia y precisión. C1.2 – Mostrar control postural y equilibrio en distintas situaciones motrices

4. CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS.

Arufe (2025) señala que, para llevar a cabo una planificación didáctica eficaz, resulta fundamental realizar previamente una evaluación inicial rigurosa, que permita

conocer el nivel de competencia motriz del alumnado, así como detectar posibles necesidades individuales y grupales. En este sentido, tomamos como referencia algunas de las orientaciones metodológicas propuestas por **Lleixà (2016)**, quien defiende que “el aprendizaje de las competencias conlleva globalidad, significatividad, funcionalidad, autonomía e implicación cognitiva”.

Bajo esta perspectiva, se plantean a continuación una serie de pautas metodológicas que forman parte de la propuesta práctica desarrollada en este tema:

- **Utilizar metodologías activas** y contextualizadas que faciliten la participación del alumnado y adquieran aprendizajes significativos, autónomos, transferibles y duraderos
- **Generar expectativas realistas**, con retos difíciles pero alcanzables, lo que generará curiosidad y ganas de aprender.
- **El juego como recurso** imprescindible y herramienta didáctica por su carácter motivador
- **La atención a la diversidad**, a los diferentes ritmos de aprendizaje, crecimiento, desarrollo y maduración, en base a la competencia motriz y a sus intereses, favoreciendo el trabajo individual y cooperativo.
- **Alternar bien los tiempos de trabajo y descansos**, evitando sobrecargas, fatiga en exceso o sistemas de entrenamiento para adultos como pliometría, pesas...
- **Aprovechar al máximo los recursos** materiales, espaciales y ambientales tanto dentro como fuera del colegio.
- **Crear un clima interno positivo y divertido**, que fomente las relaciones socio-afectivas, incluyendo la empatía y el respeto.
- **Favorecer la transferencia en el aprendizaje motor**, entendida como la influencia del aprendizaje de una tarea en el aprendizaje de otra posterior.
- **Plantear una evaluación formativa** que favorezca la reflexión crítica del alumnado haciendo hincapié en el proceso de enseñanza y no tanto en los resultados.

5. CONSIDERACIONES FINALES.

A lo largo del tema se ha visto la importancia que las habilidades perceptivas, coordinación y equilibrio tienen a lo largo de todo el crecimiento del educando.

Hemos repasado todos y cada uno de los elementos curriculares que se vertebran los contenidos del tema, como nos marca el **RD 157/2022, D.101/23 y la Orden del 30 de mayo de 2023.**

Ruiz Pérez (2021) nos marcaba el motivo de que esta edad de primaria es la edad de oro del desarrollo motor y creo que ha quedado justificado y argumentado del porqué hacer este trabajo dentro de nuestras aulas y el impacto que tiene sobre su desarrollo.

La EF es la materia competencial por naturaleza, sigamos dándole su importancia en el crecimiento global e integral de nuestros educandos.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

A. NORMATIVA

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 diciembre que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación. **LOMLOE.**
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que **establece el currículo básico de la Educación Primaria.**
- Decreto 101/2023, de 9 de mayo que **establece la ordenación y el currículo de la educación Primaria en Andalucía.**
- Orden 30 de mayo de 2023, que **desarrolla el currículo de Educación Primaria en Andalucía.**

B. AUTORES

- Arufe, V. (2025). *Educación Física: Guía completa para docentes.* Elksport.
- Cañizares, J. M., & Carbonero, C. (2016). *Coordinación y equilibrio en el niño: Su desarrollo en la edad escolar.* Wanceulen.
- Gutiérrez, M. (2011). *La educación psicomotriz y el juego en la edad escolar.* Wanceulen.
- Lleixà, T. (2016). *Didáctica de la Educación Física.* Graó.
- Ruiz Pérez, L. M. (2021). *Educación Física y baja competencia motriz.* Ediciones Morata.
- Ruiz Pérez, L. M., & García Manso, J. M. (2021). *Fundamentos de la motricidad humana.* Síntesis.
- Weineck, J. (2019). *Entrenamiento total.* Paidotribo.

C. DIGITAL

- www.educacionyfp.gob.es
- www.efdeportes.com
- www.colef-andalucia.es
- www.juntadeandalucia.es/educacion/

Y finalmente, con referencia a esta última cita bibliográfica y en espera de que mi intervención haya sido de su agrado, doy por concluida la misma agradeciéndoles la atención prestada con las palabras de **Paulo Freire**: *“La educación no cambia el mundo, cambia a las personas que van a cambiar el mundo”*. Muchas gracias.

