

Christian Herrmann
Harald Seelig

MOBAK 1 - 2

Competencias Motrices Básicas en 1° y 2° grado



Manual de Aplicación



Universität
Basel



UNIVERSITÄT BASEL
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit



PÄDAGOGISCHE
HOCHSCHULE
ZÜRICH



UNIVERSIDAD
DE LA FRONTERA



Fondecyt
Fondo Nacional de Desarrollo
Científico y Tecnológico
Proyecto 11170525

Titulo Original:

MOBAK-1-2. Motorische Basiskompetenzen in der 1. und 2. Klasse. Testmanual

Autores:

Prof. Dr. Christian Herrmann

Dr. Harald Seelig

Colaboración:

Prof. Dr. Erin Gerlach

Prof. Dr. Elke Gramespacher

Dr. Benjamin Niederkofler

Prof. Dr. Uwe Pühse

Dr. Sara Seiler

Marina Wälti

Dr. Peter Weigel

Diseño:

Marina Wälti

Fotografía:

Prof. Dr. Christian Herrmann

Logo MOBAK 1-2:

Elaborado por Kümmel. www.kuemmel-cartoon.de

Traducción:

Dr. Jaime Carcamo-Oyarzun

Heike Flatau

Edición:

1ª Edición (versión en alemán): Agosto 2014

2ª Edición (versión en alemán): Septiembre 2018

1ª Edición en español: Marzo 2019

2ª Edición en español: Enero 2025

La obra, incluidas todas sus partes, está protegida por derechos de autor. Sin la autorización expresa de los autores no está permitida la reproducción del contenido de este Manual.

M O B A K 1 - 2

Competencias Motrices Básicas en 1° y 2° Grado

Índice

Contexto Inicial	3
Elaboración y contenido del Test	3
Aplicación del Test	3
Puntuación del Test	4
Interpretación del Test	4
Criterios de Validación	4
Ámbito de Aplicación	5
Resumen	5
Planilla de Registro	6
Visión general de las Tareas	8
Descripción de las Tareas del Test	10

Manual de Aplicación



Versión abreviada del MOBAK 1-2

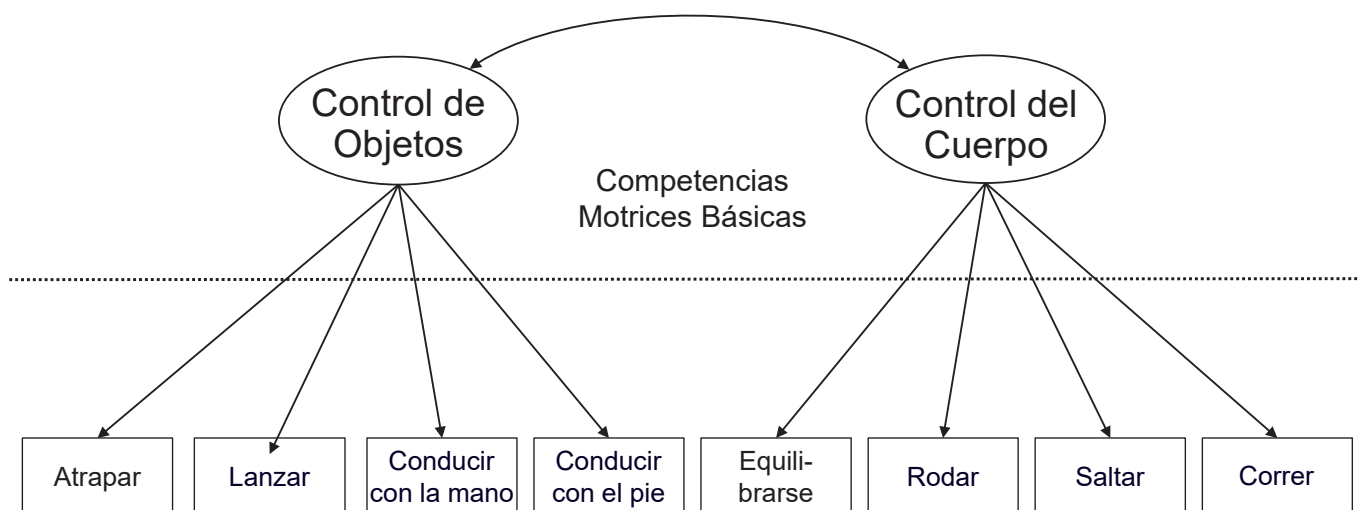
Contexto Inicial

Para que los establecimientos educacionales puedan asegurar una calidad educativa integral, es necesario plantearse, cuales son los resultados de aprendizaje que los niños y niñas deberían alcanzar en las clases de Educación Física. Como objetivo principal de las clases en Educación Preescolar y Primaria se encuentra el desarrollo de las competencias motrices básicas, que posibiliten a los niños y niñas una activa participación en la cultura de la actividad física y el deporte.

Para un sistemático desarrollo de las competencias motrices básicas es requisito indispensable establecer un diagnóstico específico de ellas. Al contar con una descripción inicial del desempeño motriz, se obtiene valiosa información que permitirá a profesores y profesoras adaptar su accionar metodológico y didáctico a los requisitos de los niños y niñas. Para la valoración e interpretación de las competencias motrices básicas es necesario disponer de un instrumento de evaluación válido y al mismo tiempo práctico y aplicable en las clases de Educación Física.

Elaboración y contenido del test

La Batería MOBAK 1-2 (en alemán, Motorische Basiskompetenzen) ha sido elaborada para evaluar a niños y niñas de 6 a 7 años, para así abordar la evaluación del estado y desarrollo de las competencias motrices básicas en los primeros años de escolaridad. Evalúa las competencias motrices básicas de “Control del Cuerpo” con cuatro tareas (equilibrarse, rodar, saltar, correr) y “Control de Objetos” con 4 tareas (lanzar, atrapar, conducir con la mano, conducir con el pie). La dificultad y complejidad de las tareas del Test MOBAK han sido establecidas de acuerdo a la edad de los niños y niñas.



Aplicación del Test

El Test MOBAK 1-2 permite tanto un análisis científico como también un análisis práctico para las clases de Educación Física, a través de un estandarizado y económico registro de las competencias motrices básicas. Las tareas están relacionadas con las actividades que se realizan en clases, por lo que su aplicación es fácil y rápida. Cada tarea es explicada y demostrada por un evaluador o evaluadora.

Para la evaluación científica se recomienda distribuir las ocho tareas en estaciones, donde un evaluador o evaluadora se hace cargo de un grupo de 3 o 4 niños y/o niñas, pasando por cada una de las estaciones, una tras otra. La duración total de este procedimiento toma en rigor cerca de 35 minutos, permitiendo ejecutar los test cómodamente dentro de una clase de 45 minutos.

Para la evaluación en clases Educación Física se recomienda que las tareas se distribuyan en varias clases. A través de este procedimiento también es posible la aplicación práctica del MOBAK 1-2 por un solo profesor o profesora.

Puntuación del Test

La puntuación de las tareas del Test MOBAK es fácil, a través de una valoración dicotómica (logrado – no logrado) y con claros criterios estandarizados para establecer la puntuación.

- Para las tareas del MOBAK “lanzar” y “atrapar”: Los niños y niñas tienen 6 intentos (sin intento de prueba), donde el número de aciertos, es decir, intentos logrados, son registrados. Luego se puntúa: de 0 a 2 aciertos, 0 punto; de 3 a 4 aciertos, 1 punto; y de 5 a 6 aciertos, 2 puntos.
- Para las tareas del MOBAK “conducir con la mano”, “conducir con el pie”, “equilibrarse”, “rodar”, “saltar” y “correr”: Los niños y niñas tienen 2 intentos para llevar a cabo la tarea (sin intento de prueba). La puntuación de estas pruebas es en base a una escala dicotómica (0 = no logrado, 1 = logrado), donde el número de intentos exitosos serán registrados (nunca logrado = 0 punto; una vez logrado = 1 punto; dos veces logrado = 2 puntos).

Los criterios de “logrado - no logrado” pueden ser encontrados en el apartado “Descripción de las Tareas del Test”.

Interpretación del Test

La interpretación del test se puede realizar fácilmente en base a las tareas individuales del MOBAK y a través de la suma de los puntajes de las competencias motrices “Control de Objetos” y “Control del Cuerpo”.

- Las tareas del Test MOBAK, evaluadas en base a los puntajes de 0 a 2, entregan información concreta sobre que tarea del test se ha logrado y que área es necesario fomentar. De esa forma, los contenidos de las clases se pueden adaptar específicamente al nivel de desempeño actual de los niños y niñas.
- Las competencias motrices del MOBAK “Control de Objetos” y “Control del Cuerpo” se calculan en base a la suma de las cuatro tareas correspondientes del MOBAK. En cada área se pueden alcanzar hasta 8 puntos (4 test x 2 puntos):

Control de Objetos = “lanzar” + “atrapar” + “conducir con las manos” + “conducir con el pie”

Control del Cuerpo = “equilibrarse” + “rodar” + “saltar” + “correr”

Las áreas de competencias del MOBAK dan información sobre un espectro más amplio que las tareas individuales del MOBAK. A través de la puntuación de 0 a 8 es posible determinar el nivel de las competencias motrices básicas de manera diferenciada.

Criterios de Validación

Para asegurar la validez de contenido se realizó la construcción y la elección de las tareas del MOBAK 1-2 considerando una estrecha vinculación con los objetivos del currículo. En un estudio de validación (N = 317 niños, 55% mujeres, M = 7,0 años de edad, DS = 0,36), se pudo comprobar la validez de constructo del MOBAK 1-2 a través de un análisis factorial confirmatorio. Asimismo, la prueba de fiabilidad también fue calculada con la ayuda de un análisis factorial confirmatorio, el que permitió comprobar la fiabilidad de medida del constructo (Herrmann, Gerlach & Seelig, 2015)¹.

¹Herrmann, C., Gerlach, E., & Seelig, H. (2015). Development and validation of a test instrument for the assessment of basic motor competencies in primary school. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 19 (2), 80–90. DOI: 10.1080/1091367X.2014.998821

Ámbitos de aplicación

Con el MOBAK 1-2 es posible abordar la evaluación del estado y desarrollo de las competencias motrices básicas en los siguientes ámbitos:



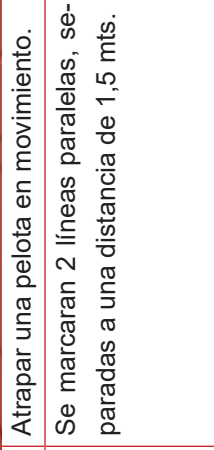
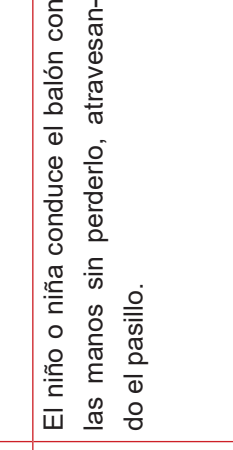
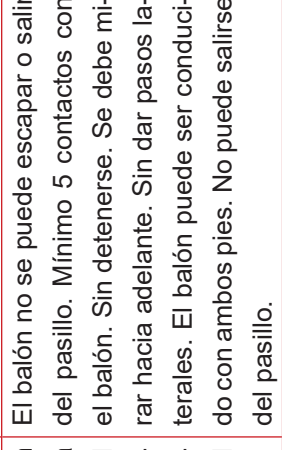
- *Screening*: ¿Cuál es el estado actual de las competencias motrices básicas?
- *Monitoreo*: ¿Se desarrollan las competencias motrices básicas en clases de Educación Física y como éstas pueden optimizarse?
- *Caracterización de Grupos*: ¿Qué diferencias entre grupos (p. ej. según sexo, edad, etc.) existen en relación a las competencias motrices básicas?
- *Diagnóstico*: ¿Qué competencias motrices básicas deben ser específicamente fomentadas?
- *Descripción de desarrollo*: ¿Cuánto se modifican las competencias motrices básicas durante el desarrollo infantil?
- *Evaluación de intervenciones*: ¿Se modifican las competencias motrices básicas después de una intervención específica?






Resumen

MOBAK 1-2 permite una evaluación de las competencias motrices básicas de niños y niñas de 6 a 7 años de edad, de manera estandarizada y económica. Las tareas están relacionadas con las actividades que se realizan en clases, por lo que su aplicación es fácil y rápida. La puntuación de las tareas del Test MOBAK es fácil, a través de una valoración dicotómica (logrado – no logrado) y con claros criterios estandarizados para establecer la puntuación. La interpretación de los test se puede realizar fácilmente en base a las tareas individuales y a través de la suma de los puntajes.




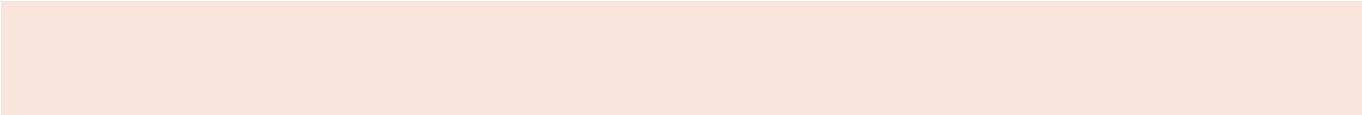
Control de Objetos

	Lanzar (1)	Atrapar (2)	Conducir con las manos (3)	Conducir con los pies (4)
				
Tarea	Lanzar y acertar a un objetivo.	Atrapar una pelota en movimiento.	Conducir un balón con las manos.	Conducir un balón con los pies.
Preparación	Un círculo será colgado como objetivo, a 1,30 mts. del piso (desde el borde inferior). Se marcará una línea de lanzamiento a 2,0 mts. de la pared.	Se marcarán 2 líneas paralelas, separadas a una distancia de 1,5 mts.	Con cinta de enmascarar marcar un pasillo (5 m x 1 m).	Con cinta de enmascarar marcar un pasillo (5 m x 1 m).
Ejecución	El niño o niña lanzará 6 pelotitas al círculo que está en la pared, desde detrás de la línea de lanzamiento.	El evaluador deja caer la pelota al piso, de manera de que ésta rebote aprox. 1,3 mts. El niño o niña debe atrapar la pelota después del rebote.	El niño o niña conduce el balón con las manos sin perderlo, atravesando el pasillo.	El niño o niña conduce el balón con los pies, sin perderlo, atravesando el pasillo.
Criterios	El niño o niña debe ubicarse detrás de la línea de lanzamiento. Cuando la pelotita toca el círculo en la pared, se cuenta como lanzamiento acertado.	La pelota será atrapada después del rebote. La pelota puede ser atrapada con ambas manos.	El balón puede ser conducido con ambas manos. Se debe mirar hacia adelante. Sin dar pasos laterales. El balón no puede ser tomado con ambas manos o sostenido, o escaparse del pasillo. No puede salirse del pasillo.	El balón no se puede escapar o salir del pasillo. Mínimo 5 contactos con el balón. Sin detenerse. Se debe mirar hacia adelante. Sin dar pasos laterales. El balón puede ser conducido con ambos pies. No puede salirse del pasillo.
Registro	6 intentos. El número de aciertos será registrado.	6 intentos. El número de aciertos será registrado.	2 intentos. El número de intentos lo- grados será registrado.	2 intentos. El número de intentos lo- grados será registrado.
Material	<ul style="list-style-type: none"> • 6 pelotitas de lanzamiento (diámetro 65 mm. de 80 grs.) • 1 círculo-objetivo (diámetro 40 cms) • Cinta para marcar (3 cms. ancho) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 pelota pequeña (de goma) (diámetro aprox. 55 mm, 55 g) • Cinta para marcar (3 cms. ancho) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 balón de básquetbol (N°3, diámetro 17 cm) • Cinta para marcar (3 cms. ancho) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 balón de Fútbol (N°4; peso aprox. 350 g) • Cinta para marcar (3 cms. ancho)


Control del Cuerpo				
	Equilibrarse (5)	Rodar (6)	Saltar (7)	Correr (8)
				
Tarea	Caminar por sobre una banca que se balancea.	Realizar una voltereta frontal.	Saltar continuamente hacia adelante.	Correr de forma lateral.
Preparación	Se coloca una banca al revés, sobre un trampolín de salto, formando un balancín.	Se colocan 2 colchonetas en el piso, juntas y a lo largo.	4 cuadrados de goma eva se colocan en el piso, en hilera, con una separación de 40 cm.	2 conos se ubican con una separación de 3 mts. Dicha separación se marca con una línea.
Ejecución	El niño o niña caminará hacia adelante, para luego regresar retrocediendo, sin bajarse de la banca.	El niño o niña realiza una voltereta frontal y fluida, terminando de pie.	El niño o niña salta de forma fluida entre y al lado de los cuadrados. Cuando el niño o niña salta entre los cuadrados, debe hacerlo con un pie, mientras que cuando salta al lado se apoyan los 2 pies.	El niño o niña comienza detrás del primer cono, corre de forma lateral hasta el segundo cono y regresa hasta el primer cono, también corriendo de forma lateral. Esto se realiza sin pausa dos veces, lo que se considerará como un intento.
Criterios	El niño debe caminar de forma fluida. Las marcas de los extremos deben ser tocadas. Sin detenerse o bajarse de la banca. La cadera del niño o niña debe estar perpendicular a la banca. No se permiten pasos laterales.	La ejecución del movimiento es fluida, sin pausas hasta ponerse de pie. La voltereta se realiza en línea recta, con la espalda "enrollada". No se permiten rodadas laterales sobre el hombro o con las piernas cruzadas al ponerse de pie. Se pueden apoyar las manos para ponerse de pie.	Saltos fluidos, sin detenerse más de 1 segundo. La pierna de rechazo (para el salto con un pie) es de libre elección. Los cuadrados no pueden ser tocados.	Se realizan pasos laterales de forma fluida. La cadera queda paralela a la marca. Las piernas no pueden ser cruzadas. Al llegar a los conos se cambia la dirección.
Registro	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado.	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado.	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado.	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado.
Material	<ul style="list-style-type: none"> • 1 banca (38 cms. alto; 10 cms. de ancho, mínimo 3,2 mts. de largo) • 1 trampolín de salto (alto 18-21 cms.) • 4 colchonetas 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Colchonetas (aprox. 7 cm de grosor) 	<ul style="list-style-type: none"> • 4 cuadrados de goma eva (35x35cm, aprox. 4 mm de grosor) 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 conos • Cinta para marcar (3 cms. ancho)

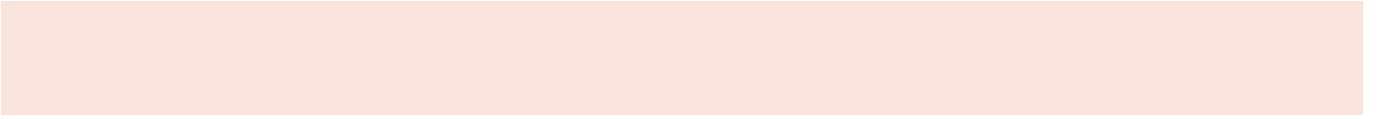
Lanzar (1)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control de Objetos	
Tarea	Lanzar y acertar a un objetivo.	
Preparación	Un círculo será colgado como objetivo, a 1,30 mt. del piso (desde el borde inferior). Se marcará una línea de lanzamiento a 2,0 mts. de la pared.	
Ejecución	El niño o niña lanzará 6 pelotitas al círculo en la pared, desde detrás de la línea de lanzamiento.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• La línea de lanzamiento no puede ser pisada• Cuando la pelotita toca el círculo en la pared se cuenta como lanzamiento acertado.	
Valoración	6 intentos. El número de aciertos será registrado. 0–2 aciertos = 0 punto 3–4 aciertos = 1 punto 5–6 aciertos = 2 puntos	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 6 pelotitas de lanzamiento (diámetro 65 mm., de 80 grs.)• 1 círculo-objetivo (diámetro 40 cms)• Cinta para marcar (3 cms. ancho)	
Instrucciones para la demostración	“Te paras detrás de la línea y lanzas las pelotitas una a una, tratando de acertar al círculo que está en la pared. En total tienes 6 intentos. Pon atención, yo lo voy a hacer una vez” (demostración).	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• La forma de lanzar es libre.• La demostración se hace con un lanzamiento por sobre el hombro.• Poner atención a las pelotitas que fueron lanzadas.	




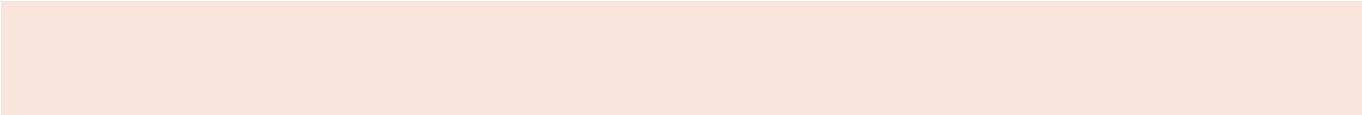
Atrapar (2)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control de Objetos	
Tarea	Atrapar una pelota en movimiento.	
Preparación	Se marcaran 2 líneas paralelas, separadas a una distancia de 1,5 mts.	
Ejecución	El evaluador o evaluadora y el niño o niña se paran detrás de cada una de las líneas (separadas 1,5 mts. la una de la otra). El evaluador, con su brazo completamente extendido, deja caer la pelota al piso, de manera de que ésta rebote aprox. 1,3 mt. El niño o niña debe atrapar la pelota después del rebote.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• La pelota será atrapada después del rebote.• La pelota puede ser atrapada con ambas manos.	
Valoración	6 intentos. El número de aciertos será registrado. 0–2 aciertos = 0 punto 3–4 aciertos = 1 punto 5–6 aciertos = 2 puntos	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 pelota de goma (diámetro aprox. 55 mm, peso 55 grs)• Cinta para marcar (3 cms. ancho)	
Instrucciones para la demostración	“Se paran detrás de la línea. Yo dejaré caer la pelota al piso para que rebote. Ustedes tienen que atrapar la pelota después del rebote. La pelota se puede atrapar con una o con dos manos.”	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• Demostración: El evaluador o evaluadora se ubica delante del niño y sostiene la pelota en alto.• El evaluador o evaluadora debe practicar el lanzamiento, de manera que la pelota realmente rebote aprox. a 1.3 mt.• La pelota puede ser atrapada directamente después del rebote o después de haber alcanzado la máxima altura	




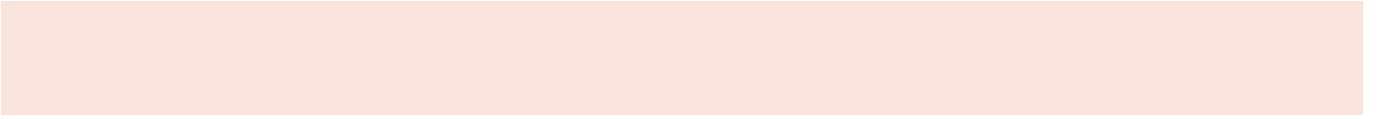
Conducir un balón con las manos (3)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control de Objetos	
Tarea	Conducir un balón dando botes con la mano.	
Preparación	Con cinta de enmascarar marcar un pasillo (5 mts. x 1 mt.).	
Ejecución	El niño o niña conduce el balón con las manos, sin perderlo, atravesando el pasillo.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• La cadera debe ir perpendicular al sentido de la conducción (no se puede conducir lateralmente, ni dar pasos laterales).• El niño o niña debe conducir hacia adelante de forma fluida y continuada.• El balón no puede ser tomado con ambas manos o sostenido.• El balón no puede escaparse del control del niño o niña.• Ni el niño o niña ni el balón pueden traspasar las líneas laterales del pasillo.• Las líneas laterales no deben ser pisadas.• El balón debe ser rebotado como mínimo cinco veces durante la conducción.	
Valoración	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado. 0 intento logrado = 0 punto 1 intento logrado = 1 punto 2 intentos logrados = 2 puntos	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 balón de básquetbol (N°3, diámetro 17 cms.)• Cinta para marcar (3 cms. ancho)	
Instrucciones para la demostración	<p>“Tomen el balón y se paran detrás de la línea. Dándole botes al balón, avanzan por el pasillo hasta llegar al final. Traten de mantenerse siempre en el pasillo, sin pisar las líneas. Tienen que darle como mínimo 5 botes a la pelota. Pongan atención, yo lo voy a hacer una vez” (demostración).</p> <p>“Ustedes pueden darle botes a la pelota con las dos manos, con una mano, o la pueden ir cambiando. No está permitido sostener o agarrar la pelota. Esta tarea no se trata de velocidad, sino que se trata de cumplirla sin cometer errores” (demostración de diferentes técnicas).</p>	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• El balón puede ser conducido con ambas manos.• El niño o niña no puede detenerse por más de un segundo.• Competencias entre los niños o niñas, que puedan influir en la ejecución correcta de la tarea, deben ser detenidas inmediatamente.	




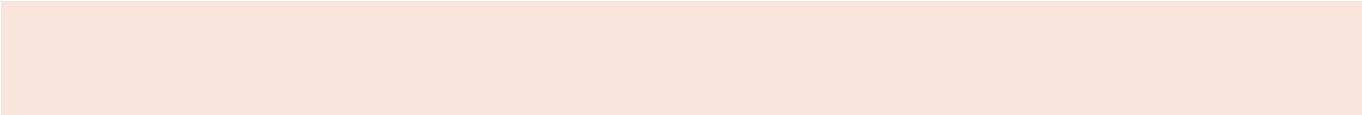
Conducir un balón con el pie (4)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control de Objetos	
Tarea	Conducir un balón con los pies.	
Preparación	Con cinta de enmascarar marcar un pasillo (5 mts. x 1 mt.).	
Ejecución	El niño o niña conduce el balón con los pies, sin perderlo, atravesando el pasillo.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• La cadera debe ir perpendicular al sentido de la conducción (no se puede conducir lateralmente, ni dar pasos laterales).• El niño o niña debe conducir hacia adelante de forma fluida y continuada.• El balón no puede ser tocado con las manos.• El balón no puede escaparse del control del niño o niña.• Ni el niño o niña ni el balón pueden traspasar las líneas laterales del pasillo.• Las líneas laterales no deben ser pisadas.• El balón debe ser tocado con el pie como mínimo cinco veces durante la conducción.	
Valoración	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado. 0 intento logrado = 0 punto 1 intento logrado = 1 punto 2 intentos logrados = 2 puntos	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 balón de Futsal (N° 4; peso aprox 350 grs.)• Cinta para marcar (3 cms. ancho)	
Instrucciones para la demostración	“Se paran detrás de la línea con el balón en el piso. Avanzan conduciendo el balón por el pasillo hasta llegar al final. Traten de mantenerse siempre en el pasillo, sin pisar las líneas. Tienen que tocar la pelota con el pie como mínimo 5 veces. Esta tarea no se trata de velocidad, sino que se trata de cumplirla sin cometer errores. Pongan atención, yo lo voy a hacer una vez” (demostración).	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• Se puede conducir el balón con los dos pies.• El niño o niña no puede detenerse por más de un segundo.• Competencias entre los niños o niñas, que puedan influir en la ejecución correcta de la tarea, deben ser detenidas inmediatamente.	




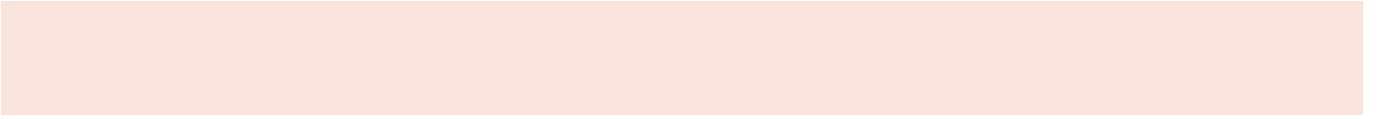
Equilibrarse (5)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control del Cuerpo	
Tarea	Caminar por sobre una banca que se balancea.	
Preparación	Se coloca una banca al revés, sobre un trampolín de salto, formando un balancín. Las colchonetas se colocan al lado, como medida de seguridad.	
Ejecución	El niño o niña caminará hacia adelante, para luego regresar retrocediendo.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• El niño o niña debe caminar sin detenerse• El desplazamiento debe ser claramente fluido.• Sin detenerse o bajarse de la banca.• No se permiten pasos laterales.• En cada paso un pie debe sobrepasar al otro.• La cadera del niño o niña debe estar perpendicular a la banca.	
Valoración	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado. Un intento completo consta tanto del desplazamiento hacia adelante como hacia atrás. 0 intento logrado = 0 punto 1 intento logrado = 1 punto 2 intentos logrados = 2 puntos	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 1 banca (38 cms. alto; parte inferior: 10 cms. de ancho y mínimo 3,2 mts. de largo)• 1 trampolín de salto (alto 18-21 cms.)• 4 colchoneta	
Instrucciones para la demostración	"Se suben a la banca por este extremo y caminan hacia el otro lado. Cuando lleguen al otro extremo, regresan retrocediendo. Pongan atención" (demostración).	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• El niño o niña no puede detenerse por más de un segundo.• Se permite corregir el equilibrio.• La banca se debe ubicar sobre el trampolín, de manera que los dos extremos queden en el aire.	




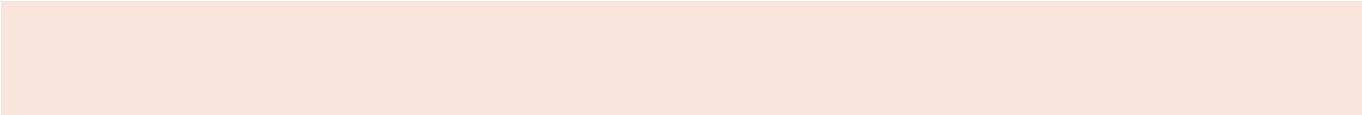
Rodar (6)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control del Cuerpo	
Tarea	Realizar una voltereta frontal.	
Preparación	Se colocan 2 colchonetas en el piso, juntas y a lo largo.	
Ejecución	El niño o niña realiza una voltereta frontal y fluida, terminando de pie.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• La ejecución del movimiento es fluida, sin detenciones.• La voltereta se realiza en línea recta, con la espalda “enrollada”.• No se permiten rodadas laterales sobre el hombro.• No se permite cruzar las piernas para ponerse de pie.	
Valoración	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado. Un intento completo consta tanto del desplazamiento hacia adelante como hacia atrás. 0 intento logrado = 0 punto 1 intento logrado = 1 punto 2 intentos logrados = 2 puntos	
Material	2 Colchonetas (aprox. 7 cms. de grosor)	
Instrucciones para la demostración	“Se paran detrás de la colchoneta con el mentón pegado al pecho. Apoyan las manos en el suelo y hacen una voltereta hacia adelante. Traten de terminar poniéndose de pie. Para pararse, se pueden apoyar con las manos. Pongan atención, yo lo voy a hacer una vez” (demostración con énfasis en mostrar que el mentón va pegado al pecho).	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• El mentón va pegado al pecho.• Para ponerse de pie los niños o niñas pueden apoyar las manos• El evaluador debe ponerse al lado de la colchoneta y estar atento para entregar ayuda si el niño o niña cae con la cabeza. Cuando el evaluador interviene se considera el intento como no logrado.	




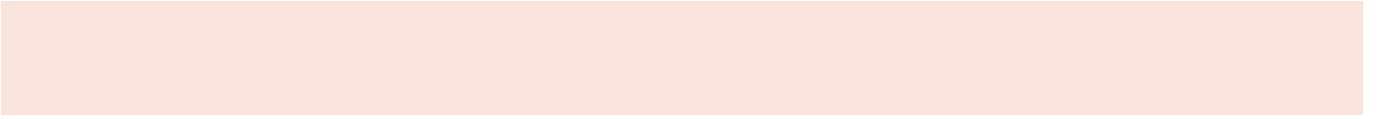
Saltar (7)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control del Cuerpo	
Tarea	Saltar continuamente hacia adelante.	
Preparación	Los 4 cuadrados de goma eva se colocan en el piso, en hilera, con una separación de 40 cm uno del otro.	
Ejecución	El niño o niña salta de forma fluida entre y al lado de los cuadrados. Cuando el niño o niña salta entre los cuadrados, debe hacerlo con un pie, mientras que cuando salta de lado se apoyan los 2 pies. Se comienza de pie, con los pies paralelos, detrás del primer cuadrado, y al final se puede terminar delante del último cuadrado cayendo con ambos pies.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• El niño o niña debe saltar de forma continua y fluida sin detenerse por más de 1 segundo.• La pierna de rechazo (para los saltos con una pierna) es de libre elección.• Los cuadrados no pueden ser pisados ni tocados.	
Valoración	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado. Un intento completo consta tanto del desplazamiento hacia adelante como hacia atrás. 0 intento logrado = 0 punto 1 intento logrado = 1 punto 2 intentos logrados = 2 puntos	
Material	4 cuadrados de goma eva (35x35cm, aprox 4 mm de grosor)	
Instrucciones para la demostración	„Se paran detrás del primer cuadrado. Deben saltar cambiando las pisadas: al lado de los cuadrados apoyan los dos pies, y entre los cuadrados solo con una. Pongan atención, yo lo voy a hacer una vez” (demostración).	
Observaciones	Demostrar dos veces, una lenta y una rápida.	



Correr (8)

Test	MOBAK 1-2	
Dimensión	Control del Cuerpo	
Tarea	Correr de forma lateral.	
Preparación	2 conos se ubican con una separación de 3 mts. Dicha separación se marca con una línea.	
Ejecución	El niño o niña comienza detrás del primer cono, corre de forma lateral hasta el segundo cono y regresa hasta el primer cono, también corriendo de forma lateral. Esto se realiza sin pausa dos veces, lo que se considerara como un intento.	
Criterios	<ul style="list-style-type: none">• El niño o niña realiza rápidos pasos laterales.• Las piernas no se pueden cruzar.• La cadera debe estar siempre paralela a la línea demarcada.• Las marcas laterales (en frente de los conos) tienen que ser tocadas en cada cambio de dirección.	
Valoración	2 intentos. El número de intentos logrados será registrado. 0 intento logrado = 0 punto 1 intento logrado = 1 punto 2 intentos logrados = 2 puntos	
Material	<ul style="list-style-type: none">• 2 conos• Cinta para marcar (3 cms. ancho)	
Instrucciones para la demostración	“Se paran detrás del cono, al lado de la línea. Deben correr dando pasos laterales entre los conos, ida y vuelta, dos veces. Corran siempre sobre la línea marcada. Miren siempre en la misma dirección. Pongan atención, yo lo voy a hacer una vez” (demostración).	
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• Los pasos laterales deben realizarse hasta la altura de los conos (tocando las marcas laterales).• Los pies deben deslizarse apenas por sobre el piso	



Contacto

Prof. Dr. phil. habil. Christian Herrmann
Profesor Titular en Didáctica del Movimiento y Deporte

Universidad Pedagógica de Zurich
Departamento de Movimiento y Deporte
Lagerstrasse 2
CH-8090 Zürich
Suiza

Teléfono: 0041 43 305 52 64
E-mail: christian.herrmann@phzh.ch

Homepages: www.mobak.cl / www.mobak.info / www.phzh.ch

