

TRABAJO FIN DE GRADO



Universidad de Valladolid

EL MEDIO ACUÁTICO COMO ESCENARIO PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID. FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA. MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 2019/2020

Autor: Alejandro España Carracedo

Tutor académico: César Rodríguez de la Cruz

RESUMEN

Actualmente, y en vista del poco uso que se hace del medio acuático en la Educación Física, parece necesaria una investigación que nos de pistas de cómo se le puede sacar partido a un elemento como el agua.

Este Trabajo de Fin de Grado (TFG) será teórico, pues la situación actual de confinamiento no va a permitir su desarrollo práctico. Tras recoger información relacionada con el medio acuático, he creado una propuesta de intervención en un contexto escolar que intentará conocer qué habilidades motrices se pueden desarrollar en él y cómo trabajarlas. Estará dirigida a alumnos de quinto de Primaria y basada en juegos en el agua, con los cuales se intentarán abordar los objetivos de la investigación.

Palabras clave: medio acuático, habilidades motrices, actividad física, Educación Física, Educación Primaria, juegos acuáticos.

ABSTRACT

Actually, in view of the little use of the aquatic environment in Physical Education, I think it's necessary to do a research that give us clues about how can we take advantage of the water.

That End of Degree Work will be theorist, because the lockdown actually situation is not going to allow the practical part of that. After collect information related with the environment, I have made an approach that will pretend to know what type of motor skills can be developed in an aquatic environment at the school and how can we work on these. This will be for fifth grade and it is based on water games, with wich I try to achieve the investigation objectives.

Keywords: aquatic environment, motor skills, physical activity, Physical Education, Elementary Education, aquatic games.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1.	INTRODUCCIÓN.....	1
2.	OBJETIVOS.....	2
3.	JUSTIFICACIÓN.....	3
3.1.	JUSTIFICACIÓN PERSONAL.....	3
3.2.	JUSTIFICACIÓN ACADÉMICA.....	4
3.3.	JUSTIFICACIÓN CON RELACIÓN A LAS COMPETENCIAS DEL GRADO.....	5
4.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	7
4.1.	ANTECEDENTES.....	7
4.2.	ASPECTOS TEÓRICOS CLAVES.....	8
4.2.1.	Desarrollo motor en el medio acuático.....	8
4.2.2.	Las habilidades motrices y su relación con la práctica en el medio acuático.....	10
4.2.3.	El juego y su relación con el medio acuático.....	16
4.2.4.	Trabajos y experiencias en el medio acuático en Educación Física.....	18
5.	INTERVENCIÓN METODOLÓGICA.....	21
5.1.	INTRODUCCIÓN.....	21
5.2.	MÉTODO DE INVESTIGACIÓN EMPLEADO.....	21
5.3.	INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	23
5.3.1.	Contexto y muestra.....	23
5.3.2.	Descripción de la intervención.....	24
5.3.3.	Instrumentos de recogida de información.....	28
5.4.1.	Hipótesis en base a los objetivos.....	34
5.4.2.	Resultados hipotéticos.....	35
5.4.3.	Reflexiones de los resultados hipotéticos.....	37
6.	REFLEXIONES FINALES.....	39
6.1.	SOBRE LA ELABORACIÓN DEL TFG.....	39
6.2.	DIFICULTADES DURANTE LA ELABORACIÓN DEL TFG.....	39
6.3.	APORTACIONES DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	40
6.4.	APORTACIÓN DE LA BIBLIOGRAFÍA.....	41
6.5.	POSIBLES LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN ABIERTAS.....	41
6.6.	CONSECUCIÓN DE LOS OBJETIVOS DEL TFG.....	42
6.7.	REFLEXIONES PERSONALES Y AGRADECIMIENTOS.....	42
7.	BIBLIOGRAFÍA.....	44
8.	ANEXO: UNIDAD DIDÁCTICA. COMO PEZ EN EL AGUA.....	48

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Lista de control (Muñoz, 2010)	31
Ilustración 2: Ejemplo 1. Escala de valoración con puntuación. Adaptado de Muñoz (2010)	33
Ilustración 3: Ejemplo 2. Escala de valoración (Lara y Cabrera, 2015)	33

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Fases del desarrollo motor en el medio acuático (Famose, 1992)	10
Tabla 2: Resumen de las habilidades motrices (elaboración propia a partir de Galera, 1983).	15
Tabla 3: Esquema de la Unidad Didáctica	26

1. INTRODUCCIÓN

En el presente Trabajo Fin de Grado (TFG) se tratará el tema del medio acuático como un posible escenario para el desarrollo de habilidades motrices, concretamente los desplazamientos, los giros y las manipulaciones.

Este comienza con la propuesta de un objetivo general y tres más específicos, los cuales buscarán crear un enfoque concreto para, posteriormente, intentar dar respuesta a estos. Después se hablará de la justificación de por qué ha sido escogido este tema desde diferentes puntos de vista: uno personal, uno académico y otro en relación con las competencias del grado de Educación Primaria.

La siguiente parte será un desarrollo teórico de los aspectos relevantes de la investigación. En primer lugar, hablaré de cómo es el desarrollo motor en el medio acuático, es decir, cómo evoluciona la motricidad de un niño en el agua desde el momento en el que nace en adelante. En segundo lugar, trataré las tres habilidades motrices con las que se trabajará en la investigación: el desplazamiento, el giro y el lanzamiento. Estas se verán desde un punto de vista general y desde uno más específico con relación al medio en el que se pondrá en práctica la intervención. En tercer lugar, se explicará el juego como concepto teórico y cómo se relaciona este con el medio acuático para la realización de ejercicios adaptados al agua. Por último, se comentarán trabajos y experiencias relacionados con la Educación Física en el medio acuático y en qué manera, aumentar el número de experiencias vividas es un aspecto positivo para el proceso de enseñanza aprendizaje del alumno.

En el apartado de intervención hablaré acerca del método de investigación que se va a utilizar (observación directa), en qué contexto se va a dar y con qué muestra se va a trabajar, así como una descripción de esta. A continuación, se analizará y se evaluará la intervención mediante unos instrumentos de recogida de información; cerrando el apartado con unos hipotéticos resultados deseados y otros no deseados, los cuales se analizarán para comprobar por qué estos se consideran positivos o negativos en cada caso.

Finalmente habrá unas reflexiones referentes al proceso de elaboración del TFG, a las dificultades que han surgido durante la realización de este, a los aprendizajes sobre los instrumentos de evaluación y la bibliografía y, por último, a las posibles líneas de investigación que deja el trabajo, así como a la consecución de los objetivos de este.

2. OBJETIVOS

Mi trabajo tiene como objetivo general:

- Conocer qué habilidades motrices se pueden desarrollar en el medio acuático en un contexto escolar y de qué manera se pueden trabajar.

Para completar el objetivo general, tendré en cuenta los siguientes objetivos específicos:

1. Elaborar una propuesta de intervención en la que el medio acuático sea determinante para el desarrollo de las habilidades motrices de desplazamiento, giros y manipulaciones.
2. Sensibilizar a la comunidad educativa de la importancia de este medio en el desarrollo motriz y cognitivo de los alumnos.
3. Ahondar en las peculiaridades y posibilidades que ofrece el medio acuático.

3. JUSTIFICACIÓN

3.1. JUSTIFICACIÓN PERSONAL

El desarrollo motriz en la escuela siempre se ha basado en medios terrestres, ya que este es un medio accesible para todos los centros educativos, mientras que el acuático no suele ser una opción posible. He escogido este tema porque me interesa profundizar en los beneficios que puede aportar este medio con relación al aprendizaje motor del niño.

En primer lugar, este tema es de gran interés para mí pues el desarrollo motriz en un medio con unas características tan especiales es muy distinto a lo que estamos acostumbrados a ver. Bien es cierto que hay partes en el área de Educación Física que no se pueden realizar en el agua; sin embargo, otras muchas sí que se podrían hacer. Es por esto por lo que me centro en lo beneficioso que puede llegar a ser el medio acuático en el aprendizaje de los niños, tanto en lo motriz como en lo cognitivo. Las habilidades motrices y las estructuras perceptivas deben ser los puntos desde donde se orienten las experiencias motrices en un medio acuático y, de esta manera, favorecer un aprendizaje de los contenidos específicos a impartir (Moreno, 2001 y Reyes y cols., 1995).

En segundo lugar, otro factor que he tenido en cuenta es el poco riesgo de lesión. En el medio acuático los movimientos implican a grandes grupos musculares y son más suaves, con una movilidad amplia y con una carga sobre el cuerpo leve (Moreno y Gutiérrez, 1998). Estos autores también afirman que el aparato osteoarticular no recibe una acción agresiva cuando se realiza actividad física en el medio acuático, siendo las características de este las que causan este efecto de mínimo riesgo.

En tercer lugar, el disfrute del niño a la hora de realizar actividad física en el medio acuático. Este medio, propicia que el niño se sienta a gusto en el agua, a la vez que desarrolla unas conductas sensoriales, afectivas y cognoscitivas las cuales se exteriorizan en contacto con un medio acuático.

Por último, para comprender mi motivación por este tema, quiero hacer saber que estudié el curso de salvamento y socorrismo acuático. Sin tener información contrastada, sólo tenía la idea de que el agua es un elemento donde ningún escolar es experto y en el cual puede existir la sensación de disfrute personal y colectivo.

3.2. JUSTIFICACIÓN ACADÉMICA

Para comenzar, voy a relacionar varios saberes científicos que justifican la importancia de educar en actividades físicas en un medio acuático.

Según Shaffer (1992), desde que nacemos ya gozamos de unos reflejos natatorios, pues si un bebé se sumerge en el agua, automáticamente contiene la respiración, lo que le permite flotar, además de mover las extremidades con un instinto de supervivencia. Partiendo de esta afirmación, hago alusión a las palabras de Navarro (1995), el cual asegura que en el medio acuático no solo se ejercitan los músculos, sino que la coordinación y los sistemas respiratorio y cardiovascular también reciben una incidencia positiva. De esta manera ayuda a que el desarrollo del niño será integral y completo, tanto en lo motriz como en lo cognitivo.

La actividad física en un medio acuático produce mejoras en la motricidad de los niños, así como en el aspecto psicológico (Ahr, 1994). Sin embargo, las habilidades acuáticas no surgen por maduración, sino por la práctica de ellas (Morales, 2010); por ello se deben trabajar a la par que el niño va creciendo y no suponer que este las adquirirá por sí mismo.

A continuación, voy a relacionar mi temática con el currículo oficial de Educación Física en Castilla y León (establecido por el Decreto 26/2016, del 21 de julio). En relación con el currículum oficial, quiero enfocar este trabajo basándome específicamente en tres bloques: el bloque 2: Conocimiento Corporal, el bloque 4: Juegos y Actividades Deportivas, y el bloque 6: Actividad Física y Salud. Me fijaré en el bloque 2 debido a la necesidad de adquirir un conocimiento y un control de nuestro propio cuerpo, mientras que en el bloque 6 haré hincapié en cuestiones de salud y hábitos saludables en la práctica de actividad física en el agua. Ambos bloques estarán unidos, siendo el bloque 4 el nexo de estos, pues los juegos y las actividades deportivas serán la forma de desarrollar los contenidos de los bloques 2 y 6.

Fijándonos en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (RD 126/2014) no encontramos alusión directa a contenidos específicos de Educación Física en un medio acuático. Sin embargo, trataré de adaptar los contenidos, criterios y estándares de evaluación a una intervención metodológica desarrollada en medio acuático, así como la consecución de los objetivos de este trabajo.

3.3. JUSTIFICACIÓN CON RELACIÓN A LAS COMPETENCIAS DEL GRADO

En relación con el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, este trabajo desarrollará las competencias generales propias del Título de Grado Maestro en Educación Primaria y, en consecuencia, las de mi TFG en particular:

COMPETENCIAS DEL GRADO	COMPETENCIAS DESARROLLADAS EN EL TFG
Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio –la Educación- que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.	Aplicación de metodologías basadas en modelos de la Educación Física, así como el empleo de terminología adaptada al lenguaje en el ámbito educativo.
Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio -la Educación-.	Consecución de una planificación, puesta en práctica y análisis de una intervención educativa con sus correspondientes apartados y desarrollos.
Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética.	Que existan datos en la investigación para su posterior estudio y preparar los instrumentos de análisis para que otra persona pueda llevar a cabo el estudio de forma práctica.

<p>Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado</p>	<p>Conseguir desarrollar unas habilidades comunicativas tanto en el ámbito formal como en el informal.</p>
<p>Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.</p>	<p>Realizar un estudio que posibilite posteriores investigaciones de este, así como para desarrollarlo en el ámbito práctico educativo.</p>
<p>Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.</p>	<p>Desarrollo de una propuesta de intervención en la cual estén presentes componentes sociales de respeto, empatía e igualdad; de tal manera que ayuden a una educación integral del alumnado.</p>

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este apartado abordaré los antecedentes a mi TFG, es decir, qué estudios previos existen que estén de alguna forma relacionados con mi investigación; y trataré en profundidad temas y conceptos teóricos que son relevantes para saber cómo se desarrollan las habilidades motrices en el medio acuático.

4.1. ANTECEDENTES

Morales (2010), destaca la importancia que tiene el medio acuático en la enseñanza de los niños, y cómo desde edades tempranas, debemos aprender comportamientos motrices relacionados con este medio, pues no es innato el saber moverse en el agua, sino que debemos desarrollarlo con la práctica.

En el artículo de “Evaluación en la enseñanza de habilidades motrices básicas en el medio acuático” (Colado y Cortell, 2007), se habla de aspectos beneficiosos del medio acuático en las personas, los reflejos que se tienen con relación a cada una de las habilidades motrices, metodologías que existen para llevar a cabo una enseñanza de estas habilidades, etc.

Siguiendo con esta línea, un libro del cual he podido aprender acerca de las habilidades motrices ha sido el de Fernández, Gardoqui y Sánchez (2007). En este se profundiza en el campo de las destrezas básicas, en sus características principales y en el proceso evolutivo de estas entre otros aspectos. También trabaja en una investigación, la cual pretende construir un instrumento que posibilite la evaluación de las habilidades motrices básicas en el alumnado de Educación Primaria.

En el trabajo de Moreno y Gutiérrez (1998) se trata el tema de los programas de actividades acuáticas: qué tipos hay, en qué ámbitos influye, cómo se puede enfocar desde un punto de vista educativo... En definitiva, el interés por las actividades acuáticas.

También haré referencia al artículo de García (2010) en el cual se habla de la importancia de las actividades acuáticas en la Educación Física y las razones por las que es importante aplicar este tipo de actividades en la etapa de Primaria. El él se proporciona información sobre los beneficios que puede aportar el medio acuático en el desarrollo de los alumnos de seis a doce años.

Omeñaca, Ruíz y Omeñaca (2005) hacen referencia a los juegos cooperativos en la Educación Física. Tratan este concepto como una actividad que tiene un fin y que, a su vez, debe ser placentero, espontáneo y voluntario. Aunque describen teorías de diversos autores, estos no se decantan por ninguna, sino que ponen de manifiesto la gran cantidad de estudios que existen sobre el juego y sus características, a qué ámbitos afecta, de qué manera se debe trabajar, etc.

Por último, en el libro de Moreno (2001), cuenta con información referente a la formación motriz de los niños en un medio acuático y a modelos de enseñanza en dicho medio. Aunque también destaca la importancia que le otorga al juego acuático en la propuesta práctica que propone en el último capítulo.

4.2. ASPECTOS TEÓRICOS CLAVES

Este epígrafe estará dividido en cuatro apartados, los cuales serán puntos clave a desarrollar teóricamente para tratar de alcanzar el objetivo del TFG: conocer qué habilidades motrices se podrían desarrollar en el medio acuático en un contexto escolar y de qué manera se pueden trabajar.

4.2.1. Desarrollo motor en el medio acuático

La idea de implementar actividades acuáticas al área de la Educación Física no es descabellada, sino más bien todo lo contrario. Si lo que se pretende es fomentar una educación integral para el niño, todas las experiencias de las que disfrute serán positivas en su desarrollo motriz y cognitivo (Morales, 2010), es decir, ofrecer a los alumnos la posibilidad de trabajar tanto en el medio terrestre como en el acuático.

Desde que nacemos, gozamos de unos reflejos innatos con relación a la motricidad en el medio acuático, pues si un bebé cae al agua, automáticamente hará movimientos con sus extremidades y aguantará la respiración, lo que le permitirá flotar con más facilidad (Shaffer, 1992). De aquí parto para asegurar que las habilidades motrices relacionadas con el medio que estoy investigando no surgen por maduración, sino que esos reflejos se van perdiendo con el tiempo, y si estas se quieren desarrollar, deben trabajarse de forma activa (Morales, 2010).

Según Cirigliano (1989), la práctica de actividades acuáticas permite mejorar la destreza motriz, previene posibles retrasos psicomotores y favorece al desarrollo simétrico de los ejes longitudinal y transversal (entre otros factores beneficiosos). Camus (1983), asegura que los bebés que disfrutaron de actividades acuáticas muestran una mayor inteligencia motriz, debido a que este ha tenido un mayor número de experiencias.

En un estudio de Numminen y Sääkslathi (1993), se encontraron diferencias notables entre el desarrollo motor de niños que participaron en actividades acuáticas y el de los niños que no acudieron a estas actividades. Ellos concluyen que, ya que el aprendizaje se basa en la estimulación del sistema nervioso, puede ser que con las características especiales que tiene el medio acuático, este sistema se active y mejore algunos aspectos que influyen directamente en la formación del esquema motor.

Basándome en la definición de Schmidt (1991), el esquema motor es el conjunto de experiencias motrices almacenadas en la memoria de un individuo que, de manera inconsciente, manifiesta en situaciones determinadas. Por ejemplo, no será la misma respuesta ante una situación en la que un balón viene a gran velocidad en dirección a uno mismo, que cuando ese balón viene a una menor velocidad.

Un estudio realizado por Gutiérrez y Díaz (2001), concluye con la idea de que las prácticas acuáticas en las primeras semanas de vida hacen que mejore tanto el ámbito cognitivo como el ámbito motriz. Sin embargo, tras estas primeras semanas, la variable que continua en progresión lineal es la de la motricidad. Al inicio, este hecho tiene que ver con la cantidad de experiencias que se tengan, y a medida que el niño crece se deberá dar una mayor variabilidad para que se siga progresando de manera adecuada.

Como afirma Morales (2010), el objetivo de la Educación Física es dotar a los alumnos del mayor número de experiencias que se les pueda dar. De aquí se puede sacar que cuantos más escenarios tengamos para desarrollar actividad física, más completa será la formación del niño, por lo que es importante incluir el medio acuático para el desarrollo de la motricidad de los niños.

Para distinguir el desarrollo motor en el medio acuático encontramos distintos autores que desarrollan fases similares, pero con algunas diferencias. Castillo (1991), distingue el desarrollo motor en el medio acuático en las siguientes cuatro fases:

- Movimientos reflejos (recién nacido): en esta primera fase se adquieren reflejos natatorios y la capacidad de apnea.
- Movimientos rudimentarios (3 meses – 2 años): en la segunda se trabaja la flotación dorsal autónoma y la entrada en el agua.
- Habilidades básicas (2 a 6 años): se trabajan los desplazamientos, los giros, los saltos, las manipulaciones...
- Habilidades específicas (7 años en adelante): adquiere un camino más deportivo, teniendo como base las habilidades básicas.

La teoría más extendida es la que defiende Famose (1992), el cual nos habla de dos fases: las Habilidades Motrices Acuáticas y las Habilidades Deportivas Acuáticas.



Tabla 1: Fases del desarrollo motor en el medio acuático (Famose, 1992)

Sin embargo, García (2010), afirma que otros autores distinguen el desarrollo motor en el medio acuático en estas dos fases: el aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Básicas o Inespecíficas (desplazamientos, giros, saltos y lanzamientos) y el aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Específicas (socorrismo, natación, waterpolo...). Me centraré en las Habilidades y Destrezas Básicas para realizar mi intervención.

4.2.2. Las habilidades motrices y su relación con la práctica en el medio acuático

Basándome en Batalla (2000), las habilidades motrices son las respuestas eficaces a una situación problemática, en las cuales es necesaria que dicha respuesta sea motora. Estas se dividen en habilidades motrices básicas y habilidades motrices específicas.

Se entiende por habilidad motriz básica la que es común a muchos individuos, las cuales no forman parte de ninguna cultura, y que sirven como base para el posterior aprendizaje de habilidades motrices específicas (Batalla, 2000). A diferencia de las habilidades motrices específicas, que son concretas a una tarea y las cuales no nos sirven para afrontar cualquier situación problemática que requiera una respuesta motora. Por ejemplo, el salto es una habilidad motriz básica, mientras que el salto de longitud es una específica, ya que solo hace referencia a una situación en concreto, la disciplina de salto de longitud.

En conclusión, las habilidades motrices básicas serían la base de la pirámide del aprendizaje de habilidades motrices y son comunes a todos los individuos, mientras que las específicas serían las que vamos aprendiendo según vamos construyendo dicha pirámide.

Del autor Sánchez (1986), se han concretado cuatro fases para el aprendizaje de las habilidades motrices:

- Primera fase: desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales. Esta se da de los cuatro a los seis años. Se realizan tareas motrices habituales para conseguir una mejora en la ejecución motriz y la estructuración del esquema corporal.
- Segunda fase: desarrollo de las habilidades y destrezas motrices básicas. En esta se fijan los esquemas motores y se da de los siete a los nueve años, coincidiendo con el inicio de la Educación Primaria.
- Tercera fase: iniciación a las habilidades motrices específicas y desarrollo de los factores básicos de la condición física. Esta se plantea de los diez a los trece años y pretende completar las dos fases anteriores, además de desarrollar el inicio a las habilidades motrices específicas.
- Cuarta fase: desarrollo de las habilidades motrices específicas y desarrollo de la condición física general. Esta fase corresponde a los alumnos de catorce a diecisiete años y pretende desarrollar los deportes y las habilidades específicas más en profundidad.

Las habilidades motrices en el agua se deben trabajar de forma diferente a las terrestres, pues las características del medio son completamente distintas. Como primer paso para la adquisición de las habilidades motrices básicas debemos concienciarnos de que todos los niños deben aprender a mantener una posición de cierto equilibrio en la flotación. A partir de aquí se podría empezar a desarrollar las habilidades motrices básicas en el agua. Debido a que en mi intervención trabajaré con los desplazamientos, los giros y las manipulaciones, estas serán las tres habilidades en las que profundizaré en mi TFG.

4.2.2.1. Desplazamientos

Los desplazamientos son los movimientos que realiza una persona o un objeto para trasladarse de una posición a otra en el espacio. Según Sánchez (1984) los desplazamientos nos permiten realizar multitud de tareas: llegar en el mínimo tiempo a un punto determinado, seguir e interceptar trayectorias de objetos o personas, esquivar trayectorias... Todo esto hace que sea una habilidad motriz básica muy importante, la cual se puede considerar como la base de todas las habilidades motrices.

Aunque esta habilidad motriz tiene varias clasificaciones posibles, me voy a fijar en la que propone Seirul (1986), la cual distingue los tipos de desplazamientos según su grado de participación:

- Activos: son aquellos que implican que el individuo haga toda la acción de movimiento y de variación de la posición en el espacio. Se dividen en:
 - *Eficaces*: en estos, la persona es capaz de realizar otras tareas durante la acción de desplazarse. Aquí se incluyen la marcha, la carrera y el salto.
 - *Menos eficaces*: en este grupo, el individuo tiene más dificultades para realizar otras tareas simultáneas al propio desplazamiento. Las cuadrupedias, las reptaciones, las trepas y las propulsiones en el medio acuático son claros ejemplos de las “menos eficaces”.
- Pasivos: son aquellos en los que el individuo no es el mayor responsable de que se produzca un cambio de posición en el espacio. En este grupo se incluyen los arrastres, los transportes y los deslizamientos, en los cuales la persona no produce el desplazamiento como tal.

Vista esta clasificación, para Moreno (2001), la enseñanza de actividades acuáticas en Educación Primaria tiene una serie de objetivos en cuanto a los desplazamientos. Algunos ejemplos son la adaptación al medio por parte del alumno, plantear situaciones diversas para que el niño realice distintos desplazamientos, dejar algún pequeño riesgo para que el alumno aprenda diferentes propulsiones...

En el medio acuático existen diferentes formas de desplazarse, como los deslizamientos y las propulsiones. Se debe empezar por los primeros, los cuales se desarrollan en la superficie del agua. A su vez, es esencial su aprendizaje para posteriormente facilitar la adquisición de las propulsiones. De estas últimas, son más importantes en Primaria las relacionadas con las palmas de las manos que las empleadas por los pies, aunque ambas se realizan con el segmento corporal completamente bajo el agua (Navarro, 1979). También es importante tener un buen dominio de la respiración, por lo que debemos incidir en este aspecto durante el desarrollo de una programación que incluya actividades en el medio acuático, y sobre todo con relación a los ejercicios relacionados con los deslizamientos y las propulsiones.

4.2.2.2. Giros

Los giros se pueden definir como los movimientos de rotación de un cuerpo alrededor de uno de sus ejes: longitudinal, transversal y antero – posterior. Esta habilidad es bastante compleja, pues hace que intervengan todos los segmentos corporales al mismo tiempo (Sánchez, 1986).

Los movimientos son distintos en función del eje sobre el que se gira. Al girar sobre el eje longitudinal y anteroposterior se dan los movimientos de rotación hacia derecha e izquierda, mientras que al girar sobre el eje transversal las rotaciones son hacia delante y hacia atrás.

Fernández, Gardoqui y Sánchez (2007) testifican que los giros tienen una serie de características únicas como son la coordinación global del cuerpo, la coordinación espacio – temporal, la flexibilidad y el control del impulso. Por estos aspectos, el giro es una habilidad motriz que entraña posibles lesiones para el niño; sin embargo, ese aspecto del riesgo se minimiza cuando los realizamos en un medio como es el acuático.

En el agua no se produce una sobrecarga en la columna vertebral como puede ocurrir en el medio terrestre, pero existen otros factores a tener en cuenta. Algunos cambios de posición (sobre todo en el eje transversal) pueden influir en la presión que sentimos en las fosas nasales, por lo que cuanto mejor técnica respiratoria se tenga, menos molesta será la sensación mencionada (Galera, 1983).

Para girar en el agua debemos estar en una situación la cual no se experimenta en otros medios, pues en este suelen intervenir varios ejes en la realización de dichos giros. Debido a esto, y a la situación en la que una persona se encuentra en un medio acuático, las extremidades superiores suelen ser las protagonistas en el desempeño de esta habilidad, mientras que las inferiores tienen una función complementaria de las superiores (Moreno y Gutiérrez, 1998).

Moreno (2001) nos apunta que la enseñanza de actividades acuáticas en Educación Primaria tiene una serie de objetivos en cuanto a los giros: percibir los diferentes ejes corporales y controlar la orientación del cuerpo, conocer y practicar distintos tipos de giros, controlar global y segmentariamente el propio cuerpo y controlar los distintos segmentos del cuerpo en situaciones de giros concretos.

4.2.2.3. Manipulaciones

Estas habilidades manipulativas son las relacionadas con el manejo de algún objeto, por lo que puede haber lanzamientos y recepciones.

En primer lugar, hablaré del lanzamiento el cual que Wickstrom (1990) destaca como una habilidad de gran importancia en la motricidad infantil. Este autor define los lanzamientos como una secuencia de movimientos que impliquen arrojar un objeto con uno o ambos brazos. Por su parte, Seirul (1986) distingue esta habilidad en las fases de aprensión del móvil, armado o preparación, impulso segmentario y por último el desprendimiento del móvil.

En cuanto a qué tipos de lanzamiento podemos encontrar, tendríamos los estáticos y los dinámicos. Ambos tipos se pueden referir a la persona que ejecuta el lanzamiento o bien al objeto que se va a lanzar (López, 1992).

De esta manera, un jugador de waterpolo estaría en movimiento a la hora de lanzar a portería, mientras que el balón sería un elemento estático, ya que estaría agarrado en su mano.

A diferencia de esto, un remate en este mismo deporte, es decir, una situación en la que el balón esté en movimiento, el lanzador se encuentre estático en un punto, y simplemente remate el esférico con un golpeo.

En segundo lugar, hablaré de las recepciones. Esta habilidad motriz consiste en detener un objeto que ha sido lanzado por alguien (Mc Clenaghan y Gallahue, 1985). Por su parte, López (1992) propone que la recepción se desarrolla mediante las fases de anticipación, contacto o control, amortiguación y por último la de adaptación. Este mismo autor hace tiene una clasificación de las recepciones según el sujeto (estático o dinámico), los segmentos corporales implicados (con ambas manos o con una sola), la altura (alta, media o baja) y los planos corporales (frontal, sagital y transversal).

En el medio acuático existen los mismos factores a tener en cuenta que en el terrestre. Estos son: el desarrollo de la coordinación dinámica – general, la lateralidad y la coordinación óculo – manual (Sánchez, 1975). Este autor recopila habilidades y destrezas referentes a las manipulaciones, las cuales pueden darse tanto en un medio terrestre como en un medio acuático. Algunos aspectos comunes a cerca de estas serían la distancia, la precisión o la velocidad entre otros.

Para concluir y basándome en Galera (1983), resumiré las habilidades motrices, sus tipos y algunos ejemplos en una tabla.

HABILIDADES	TIPOS	EJEMPLOS
Desplazamientos	Deslizamientos	Alumnos agarrados al borde del vaso (piscina) mientras mueven las piernas en la superficie.
	Propulsiones	Nado a braza, realizando las propulsiones con los segmentos corporales implicados totalmente sumergidos.
Giros	Giro en los distintos ejes	Tumbados o erguidos, giros en los tres ejes corporales.
Manipulaciones	Lanzamientos	Lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento.
	Recepciones	

Tabla 2: Resumen de las habilidades motrices (elaboración propia a partir de Galera, 1983).

4.2.3. El juego y su relación con el medio acuático

En el diccionario de Ciencias de la Educación se trata el juego como una actividad lúdica que conlleva un fin, aunque a veces no se le dé un significado al propio juego. De aquí llegamos a la conclusión de que este es una actividad lúdica, organizada en un espacio – tiempo concreto y la cual tiene un fin determinado.

El juego, *per se*, es un recurso metodológico el cual utilizamos los docentes para conseguir una motivación en el proceso de enseñanza – aprendizaje de los alumnos (López y Moreno, 2000). Además, gracias al juego, los escolares son partícipes y protagonistas del proceso, pues son ellos los hacedores del trabajo y también de desenvolverse en un contexto que les es favorable y atractivo. Este es un elemento esencial en la educación, pues permite a los alumnos disfrutar de la actividad física. También facilita un desarrollo global en todos los aspectos (social, motriz, cognitivo y afectivo), debido a sus características mencionadas anteriormente.

Gracias al juego se consigue desarrollar un aprendizaje significativo e íntegro de los contenidos que se quieren impartir, y nos permite llegar de forma mucho más amena a los alumnos (*Ibidem*). Este no es solo una mera actividad lúdica, sino que permite a los niños conocer el entorno social en el que viven y las tradiciones que hay en su cultura.

Los alumnos no solo se implican en tareas motrices en los juegos, sino que desarrollan todas las dimensiones de las que disponen: cognitiva, afectiva y social. Por esto, no solo se enseñan patrones de movimiento, sino que se consigue incidir en una educación íntegra (Lagardera y Lavega, 2005).

A la hora de aplicarlo a la Educación Física, que es el ámbito en el que nos movemos, debemos saber que este es el elemento motivador a través del cual nosotros como maestros podemos conseguir los objetivos propios del área (García, 2010). Con otras palabras, conseguir los objetivos y contenidos propuestos por ley en el área de Educación Física utilizando el juego como transmisor de estos. Es importante tener en cuenta las relaciones que se establecen en el juego, tanto el alumno con el profesor, como los propios alumnos entre ellos mismos.

En cuanto a las relaciones profesor–alumno, Vygotsky (1978) aseguraba que el profesor interviene para crear Zonas de Desarrollo Próximo (ZDP), de índole motriz, social o cognitiva. Es aquí, en estas zonas, en las que el profesor es capaz de guiar el conocimiento de un alumno, y es en el juego donde existe un clima más favorecedor para que ocurra esto. Todo lo relacionado a que el alumno se centre en la acción motriz, a resolver una problemática del juego, a hacer ver al alumno las posibilidades de las que dispone... son momentos en los que se crean estas ZDP y se favorece el aprendizaje.

En referencia a la relación entre los alumnos durante el juego, estas son lo más similar a la forma de relacionarse fuera del contexto escolar. En Educación Física podemos utilizar el juego de forma positiva en la relación entre alumnos, fomentando a su vez la reciprocidad con el profesor y haciendo el aprendizaje más significativo (Omeñaca, Ruiz y Omeñaca, 2005).

Ahora, pasamos al juego específicamente en el medio acuático. Este es, sin duda, un apartado que difiere de las posibilidades del medio terrestre, pues las habilidades motrices se desarrollan de forma distinta por las características naturales del agua.

Basándome en las palabras de Moreno (2001), un modelo integrado de enseñanza en el medio acuático permite abordar aspectos motrices, perceptivos, expresivos, comunicativos, afectivos y cognitivos.

La importancia del juego no solo hace referencia a la práctica de este, sino que también posibilita la práctica de las habilidades motrices acuáticas de forma lúdica. De esta manera, podemos trabajar contenidos de Educación Física en un medio como es el acuático, en el que la gran mayoría de los alumnos no han tenido gran cantidad de experiencias previas.

El juego en el agua, para los niños, trabaja las capacidades psicomotrices, así como el desarrollo de conductas sociales positivas. Como los profesores son los que proponen el juego, sería un juego dirigido, que es distinto de lo que practican por ellos mismos, lo que se denomina juego libre (Moreno y Medrano, 1995).

El juego es aplicable a cualquier actividad, por ello, a continuación, se expondrá una clasificación de las actividades acuáticas básicas según González y Sebastiani (2002):

- Familiarización con el medio: estos serán juegos que habitúen al alumno a tomar contacto poco a poco con el agua y de la misma manera, que no adquiera un miedo a este medio. Por esto se ha de seguir una progresión coherente:
 - Ejercicios cerca del agua.
 - Ejercicios con agua.
 - Ejercicios tocando el agua.
 - Ejercicios dentro del agua.
- Flotación: estos son esenciales para adquirir el equilibrio en un medio acuático.
- Respiración: van encaminados hacia que el alumno sea consciente de la diferencia que existe entre la respiración regular en un medio terrestre y la respiración en un medio acuático.
- Propulsión: estos son en los que podremos introducir ejercicios de desplazamientos, haciendo hincapié en la idea de que al desplazarse en un medio acuático se deben utilizar tanto las extremidades superiores como las inferiores.

Estas no son las únicas actividades, ya que existen otras llamadas actividades secundarias. Hay gran variedad de ellas: de saltos, de coordinación, de conducción y transporte... Las que se van a observar en la intervención metodológica serán los lanzamientos y los giros, sin olvidar los desplazamientos ya mencionados como ejercicios básicos en un medio acuático.

4.2.4. Trabajos y experiencias en el medio acuático en Educación Física

En este apartado hablaré sobre qué estudios previos he podido encontrar sobre el tema que investigo para mi TFG. Estos incluyen artículos en revistas digitales y algunos capítulos de libros.

Según las palabras de García (2010), las actividades acuáticas cada vez tienen una aparición más visible en la Educación Física, por lo que es necesario atenderlas con unos conocimientos óptimos como maestros para su posterior enseñanza. Siendo conscientes de que no es una parte muy desarrollada en cuanto a la Educación, es necesario que se trabaje para el desarrollo de programas de actividades acuáticas en escolares.

Entendiéndose las actividades acuáticas como las actividades físicas no obligatorias que gozan de una finalidad y necesitan del agua como elemento indispensable (Moreno y Gutiérrez, 1998), se hacen necesarias a la hora de programar una Educación Física completa, en la cual el niño domine el mayor número de situaciones posibles y disfrute del mayor número de experiencias motrices. Por esta concepción de la Educación como un conjunto de experiencias que, cuanto más variadas, más beneficioso será para el aprendizaje del alumno; se hace casi obligatorio el encajar actividades acuáticas en las programaciones docentes del área.

Si atendemos a las palabras de Miró (1984), para que una programación en Educación Física sea integral, debe incluir el medio terrestre, acuático y aéreo; entonces ¿se puede concebir una Educación Física integral desarrollándola exclusivamente en un medio terrestre? ¿Es perjudicial para el aprendizaje motriz del niño privarle de experiencias como las que se disfrutaban en un medio acuático? Podemos encontrar una respuesta en las palabras de Lacasa y López (2002), pues defienden que el medio acuático puede contribuir a la formación integral de una persona, ya que en este se desarrolla la autonomía y la independencia en un medio que no es habitual para los niños.

Haciendo referencia al trabajo de las habilidades motrices en el agua, Bayer (1986) dice que estas no se deben trabajar para conseguir una ejecución técnica perfecta, sino que basaremos su enseñanza en relación con juegos en el medio. El alumno deberá interpretar las facilidades o dificultades que aporta el medio acuático en la tarea de realizar ciertas habilidades motrices y en comparación a las terrestres.

A partir de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE) los profesores tenían un papel más activo en la elaboración del currículum, por lo que se han tenido que priorizar ciertos contenidos, entre los cuales no se encuentran las actividades en el medio acuático (Albarracín y Moreno, 2009).

Actualmente, y según un estudio de López, Álvarez y Fernández-Miranda (2015), el profesorado de Educación Física desarrolla actividades acuáticas de manera muy escasa en sus programaciones didácticas. Esto se debe a la falta de recursos o de conocimientos sobre el medio, pues se están incorporando poco a poco este tipo de actividades de forma complementaria, de hecho, no las suelen impartir docentes de Educación Física, sino especialistas en el ámbito acuático – deportivo.

Aunque sean estas actividades una parte importante del desarrollo motor de los alumnos, es difícil añadirlas a la programación del área de Educación Física, ya que existen varios factores que dificultan su implementación como son las instalaciones, el tiempo para desplazarse hasta estas, la formación específica de los docentes, el coste de la actividad o los padres (Albarracín, 2007).

Para el apartado de juegos y deportes es importante saber que el juego es una herramienta a través de la cual el niño aprenda de forma lúdica los patrones de movimiento que queremos enseñar. Este aspecto es esencial para que al alumno le atraiga la idea de realizar actividad física en el agua, pues si intentamos realizar una metodología directiva puede que este rechace lo que nosotros, como docentes, pretendemos conseguir en una hipotética programación (García, 2010).

Aunque todos estos efectos beneficiosos en cuanto a la salud y al desarrollo de los escolares son importantes, no podemos olvidar los inconvenientes que tiene realizar una programación acerca de la actividad física en un medio acuático. Las instalaciones, los desplazamientos a estas o la formación de los docentes en este campo son algunos de los problemas a la hora de crear programaciones relacionadas con el tema de investigación.

5. INTERVENCIÓN METODOLÓGICA

5.1. INTRODUCCIÓN

Basándome en las palabras de Moreno y Gutiérrez (1998), las actividades acuáticas no son un sinónimo de la natación, la cual está definida según el diccionario de la Real Academia Española como “*la práctica y el deporte consistentes en nadar*”. Es muy importante tener en cuenta esta diferencia a la hora de incluir el medio acuático en la enseñanza de la Educación Física, pues debemos hacer que los alumnos no confundan algo tan sencillo como esto y así poder crear una base teórica correcta para los posteriores aprendizajes relacionados con el medio.

Si hablamos de la situación actual, debemos mencionar el confinamiento vivido durante el proceso de creación de este TFG, por lo que esta intervención metodológica será una hipótesis constante en cuanto a la certeza de los resultados y datos recopilados. No obstante, la forma de enfocar la investigación ha dependido completamente de la información encontrada en libros, revistas y artículos científicos, los cuales me han ayudado a determinar las direcciones que iba siguiendo el documento.

5.2. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN EMPLEADO

El método que va a seguir esta investigación y que se utilizará será la observación directa que, según Martínez (2007), es la técnica y el instrumento básico para que la investigación tenga una calidad óptima. Con esta técnica se pueden observar comportamientos, relaciones sociales, manías de los alumnos, etc. Por ello, este método es muy adecuado a la hora de observar conductas.

Esta investigación tendrá un carácter cualitativo, la cual, a diferencia de la investigación cuantitativa, tiene una óptica subjetiva en cuanto al sujeto de estudio. La metodología que voy a seguir está basada en la observación (Mejía, 2003). Este método tiene unas fases (Quintana y Montgomery, 2006) que deben ir ordenadas a la hora de ponerlas en práctica para que dicha investigación tenga éxito, que son:

- Formulación: ¿qué se va a investigar y por qué?
- Diseño: creación de un plan flexible que busca el cómo, el cuándo y el dónde realizar la investigación.

- Ejecución: el inicio de la observación y empleo de técnicas e instrumentos de recogida de datos como diálogos, diarios de campo o la observación participante.
- Cierre: sintetizar y ordenar la información recogida para analizar los resultados obtenidos durante el proceso de investigación.

Volviendo a Martínez (20017) y al método ya mencionado, existen dos aspectos fundamentales para tener en cuenta: la participación y la propia observación. Ambas están relacionadas, de manera que cuanto más se implique el investigador, es decir, más participe con los sujetos de estudio, menos cantidad de información podrá observar, ya que no podrá recogerla. Sin embargo, la compenetración entre estos dos aspectos es lo que dará a la observación directa la mayor calidad en cuanto a los datos que se recojan.

Para la observación directa hay una variable que se debe estudiar, el contexto. De Tezanos (2002) asegura que este es el lugar donde se encuentran los sujetos de estudio, de los cuales destaca las relaciones y las situaciones que se dan entre ellos, así como las problemáticas que pueden surgir observando el entorno.

El contexto puede cambiar y hay que ser capaz de adaptarse a esa nueva situación en la que el alumno se encuentre. Por ejemplo, un niño se encuentra haciendo un ejercicio en la piscina, y de un momento a otro, este ha pasado de la zona en la que hacía pie a la que no; obviamente no son las mismas características del primer al segundo escenario, y cada uno plantea unas dificultades distintas al alumno.

Un aspecto muy importante para el correcto desarrollo de este método es el contar con la ayuda de mi compañero de prácticas y de mi tutora en el centro para la labor de observar los comportamientos y los aspectos a evaluar en mi investigación. Por ello, los instrumentos de recogida de información que planteo más adelante los veo viables en mi intervención.

Entre los núcleos de atención en los que se centrará la observación se encuentran: el desarrollo de las habilidades motrices en el medio acuático y los aspectos comportamentales de los alumnos durante el desarrollo de la práctica motriz. Ambos se registrarán en la lista de control y en la escala de valoración que aparece en el apartado 5.3.2. “Descripción de la intervención”. En estos instrumentos aparecerán los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje desarrollados en la Unidad Didáctica.

5.3. INTERVENCIÓN EDUCATIVA

En este apartado se mencionará la muestra y el contexto con los que se va a trabajar, así como la propuesta de Unidad Didáctica y toda la metodología y evaluación que va a llevar el proceso práctico de la investigación.

5.3.1. Contexto y muestra

El colegio en el que se realizaría esta intervención sería el Centro de Educación Infantil y Primaria (CEIP) Miguel Delibes, situado en el barrio de la Victoria, Valladolid. Este es de línea tres, formado por veintisiete clases, nueve de ellas son de Educación Infantil y dieciocho de Educación Primaria.

El centro tiene dos edificios: uno para Educación Primaria y otro para Educación Infantil. El de Primaria es más antiguo que el de Infantil, pues el de los más pequeños se ha construido hace unos meses. El centro tiene escasos espacios que se han ido reestructurando según se aumentaba el número de alumnos; sin embargo, aún no disponen de un gimnasio adaptado a las necesidades del centro, lo cual se espera que sea algo importante a mejorar en los próximos años.

La ratio profesor/alumno es de 25 alumnos por término medio. El centro recibe, fundamentalmente, alumnado del propio barrio y alumnos de La Overuela y Fuente Berrocal que utilizan el transporte escolar. En su mayoría, los alumnos del centro tienen una buena disposición para aprender y muestran interés en las tareas del colegio. También hay, de forma general, un respeto de las normas de convivencia y unas buenas relaciones sociales.

Mi intervención estará enfocada para los alumnos de quinto de Primaria. En líneas generales, hay bastante diversidad, bastantes problemas sociales y de comportamiento, algunos derivados de trastornos, y otros no: varios alumnos con dislexia, algún síndrome de autismo, minorías, algún alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), más con dificultades de aprendizaje, y varios con necesidades educativas especiales, a los que les atienden especialistas de Audición y Lenguaje (AL) y Profesor Terapéutico (PT), y otros que se le aplican medidas de refuerzo.

En referencia a lo social, hay casos de riesgo de exclusión social con la intervención de la trabajadora social del equipo de orientación que lleva este centro, y hay tratamiento y vigilancia específica por expedientes abiertos de prevención de acoso escolar (pasados y presentes).

A continuación, se muestra el número de alumnos que hay en mi contexto y con los que, hipotéticamente, se trabajaría:

- 5ºA= 25 alumnos.
- 5ºB= 25 alumnos.
- 5ºC= 25 alumnos.

5.3.2. Descripción de la intervención

Por un lado, en este apartado se verá reflejada la parte práctica de la intervención. En forma de tabla vendrán recogidos los aspectos de metodología, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje, sesiones, etc.

Por otro lado, se valorará en qué aspectos me fijaré las sesiones, de manera que en cada una de ellas se trabajarán ciertas habilidades. Las tres primeras se centrarán en las habilidades de desplazamiento y giro, pues son aspectos fundamentales para las tres siguientes, en las que se trabajará, además de las anteriores, las manipulaciones.

TÍTULO DE LA UD: Como pez en el agua		CURSO: 5º de Primaria
INTRODUCCIÓN		
<p>Pretendo realizar una Unidad Didáctica que tenga como eje los juegos en un medio acuático. Habrá momentos en las sesiones de explicación teórica, de descubrimiento guiado y de mando directo, pues pretendo que aprendan tanto habilidades motrices como componentes de tipo social: tolerancia, empatía, respeto, etc. En total la Unidad Didáctica será de seis sesiones, aumentando en dos sesiones las que se realizarían en la Programación Didáctica de Educación Física del centro.</p>		
CONTENIDOS	BLOQUE CURRÍCULO	
1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos...	Bloque 2	
2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas...	Bloque 2	
3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas...	Bloque 3	
4. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de...	Bloque 3	
5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables...	Bloque 3	
6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones...	Bloque 3	
7. Aprecio del juego y las actividades deportivas...	Bloque 4	
8. Autonomía de la higiene corporal.	Bloque 6	

ORGANIZACIÓN Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Se alternará entre metodología directiva y de descubrimiento guiado. Con la primera se pretende impartir los contenidos básicos relacionados con el medio acuático mientras que, con la segunda, se busca que los alumnos interactúen entre ellos, establezcan relaciones de compañerismo y de trabajo en equipo. La forma de trabajar será tanto grupal como individual, pues a la hora de evaluar serán ambos aspectos los que tendré en cuenta. También hay que añadir que la metodología será inclusiva, participativa y motivadora.

RECURSOS CURRICULARES, MATERIALES Y ESPACIALES

Instalaciones del Polideportivo de la Victoria, pañuelos, juguetes acuáticos (palos y aros pequeños), flotadores adaptables, canastas o aros grandes y porterías de borde de piscina, pelotas pequeñas acuáticas, corcheras.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

1. Prevención para la violencia de género
2. Trabajar la inclusión educativa
3. Fomentar la igualdad entre hombres y mujeres
4. Fomentar la resolución pacífica de conflictos
5. Desarrollar el espíritu emprendedor de los alumnos
6. Promover acciones para la mejora de la convivencia

CRITERIOS EVALUACIÓN	DE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPETENCIAS CLAVE
1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)		1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)	AA, SIEE
		1.2. Resuelve problemas motrices... (B2. 1.2.)	AA, SIEE
		1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)	AA, SIEE
2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)		2.1. Ejecuta los desplazamientos... (B3. 1.1.)	AA
		2.2. Ejecuta los giros... (B3. 1.3.)	AA
		2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones... (B3. 1.4.)	AA
		2.4. Controla el equilibrio corporal... (B3. 1.5.)	AA
3. Mostrar conductas activas ajustando... (B3. 3.)		3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices... (B3. 3.1.)	SIEE, CSC
4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable... (B4. 6.)		4.1. Acepta formar parte del grupo... (B4. 6.3.)	AA, CSC
		4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)	AA, CSC

5. Reconocer los efectos de la higiene personal... (B6. 1.)	5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene... (B6. 1.1.)	AA, CSC	
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN			
INSTRUMENTOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	PONDERACIÓN DE LA CALIFICACIÓN
Lista de control individual	Todos	Todos	40%
Escala de valoración grupal	Todos	Todos	30%
Diario de campo	3,4 y 5	3.1., 4.1., 4.2. y 5.1.	20%
Escala de autoevaluación	Trabajo, comportamiento y tolerancia entre los compañeros		10%
Observaciones acerca del procedimiento de evaluación y calificación (momentos, procedimientos...)			
<p>Tanto la lista de control como la escala de valoración evaluarán los estándares de aprendizaje marcados por la ley y adaptados a la Unidad Didáctica y será el profesor quien las rellene.</p> <p>El diario de campo también será labor del docente, y se observarán los aspectos sociales y de comportamiento que tienen los alumnos durante el transcurso de la Unidad.</p> <p>La escala de autoevaluación será completada por los grupos de clase, es decir, no será individual, sino que cada grupo en conjunto decidirá qué nota tienen según hayan estado durante el transcurso de la Unidad Didáctica.</p>			
PROCEDIMIENTOS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
Incorporación en todas las sesiones de flotadores adaptables para los alumnos que tengan dificultades de desenvolverse con soltura en un medio acuático.			
SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN			EVAL.
<p>Al inicio de todas las sesiones contamos con diez minutos para trasladarnos del centro educativo a las instalaciones del Polideportivo de la Victoria.</p> <p>Sesión 1: Marco Polo (15 minutos), Tiburón (20 minutos)</p> <p>Sesión 2: Animales marinos (15 minutos), En busca del tesoro hundido (20 minutos)</p> <p>Sesión 3: Ambiente de piscina (20 minutos), Carrera de relevos (15 minutos)</p> <p>Sesión 4: Juego de los 10 pases (15 minutos), Erizos de mar (20 minutos)</p> <p>Sesión 5: Juego de los 10 pases avanzado (15 minutos), Lanzamiento de pez globo (20 minutos)</p> <p>Sesión 6: La gran barrera de coral (15 minutos), Tiburón (15 minutos)</p> <p>En esta última sesión se volverá cinco minutos antes al centro, ya que los alumnos deberán realizar la escala de autoevaluación. Al final de todas las sesiones contamos con quince minutos para el aseo personal de cada alumno y la vuelta del Polideportivo de la Victoria al centro educativo.</p> <p>➤ Debido al tiempo utilizado para ir y volver a las instalaciones acuáticas, el tiempo de actividad motriz se reduce a treinta y cinco minutos.</p>			

Tabla 3: Esquema de la Unidad Didáctica

Toda la práctica docente está basada en el juego, con el que se busca conseguir resultados positivos en cuanto a la disposición del alumnado para realizar las actividades. Esta forma de plantear el proceso de enseñanza – aprendizaje tiene una intención de carácter motivacional. A su vez, el juego es un elemento que permite que los alumnos disfruten de la actividad física, y la consideren como un ejercicio lúdico y no como una tarea impuesta por el profesor.

En la primera sesión, comenzaremos con los contenidos los desplazamientos y los giros con dos juegos, Marco Polo y Tiburón. Con estos se pretende conseguir un primer acercamiento a las habilidades motrices ya mencionadas y crear una base natatoria para el resto de la práctica docente.

En la siguiente sesión seguiremos trabajando las mismas habilidades, esta vez desde una perspectiva más hacia el descubrimiento, pues en el primer juego (Animales Marinos) los escolares tendrán que nadar de la manera que ellos imaginen que nada el animal en cuestión. En el segundo juego (En busca del tesoro hundido) también deberán ser creativos a la hora de desplazarse, pues los objetos que deben recoger estarán distribuidos por toda la piscina.

En la tercera sesión se aumentará la dificultad de los desplazamientos en el medio acuático. Tanto en la primera como en la segunda actividad se propondrán retos los cuales exigirán unos desplazamientos y unos giros determinados por el profesor. Con estas se finalizará la parte práctica exclusiva a las habilidades motrices ya mencionadas.

Para la cuarta sesión se comenzará con las manipulaciones de manera sencilla. Ambos juegos se realizarán en la zona donde los alumnos hacen pie, de manera que nos centraremos en el lanzamiento y en la recepción y no tanto en las otras habilidades. Para ello se trabajará en grupos y aunque existan (indudablemente) desplazamientos, la parte principal de la sesión serán las manipulaciones.

En la quinta sesión se seguirá trabajando con la habilidad principal en la segunda parte de la práctica docente. En el primer juego se dificultará la tarea, pues esta vez, los diez pases deberán conseguirlos en un espacio en el que habrá zonas en las que los alumnos hagan pie y zonas en las que no. Con esto se pretende profundizar en las tres habilidades motrices a trabajar. Mientras que en la segunda actividad se pondrá el foco en la precisión en los lanzamientos.

Por último, en la sesión final, se realizarán dos juegos, los cuales nos servirán como análisis del progreso de los alumnos en el aprendizaje en las actividades acuáticas. El primero se centrará en los lanzamientos y el segundo en los desplazamientos.

Durante toda la práctica docente iremos observando cómo progresan los alumnos y se irá registrando la información en un diario de campo. También se contará con una lista de control individual y con una escala de valoración grupal, con las que se anotarán si se cumplen o no los criterios seleccionados y en qué grado lo hacen.

5.3.3. Instrumentos de recogida de información

Los instrumentos de evaluación son los que nos van a permitir recoger la información acerca del estado actual de conocimientos de nuestros alumnos. Estos instrumentos nos van a permitir recoger no solo lo conceptual, sino también aquellos aspectos procedimentales y actitudinales (Capote y Sosa, 2006).

Existen varios tipos de instrumentos dependiendo de cuál sea el objeto de observación. Están aquellos orientados a un producto (exámenes orales o escritos, test estandarizados...), los orientados a procesos (entrevistas, autoevaluación, observaciones documentadas...), los convencionales (listado de asistencia, participación en el aula, presentación de trabajo) y los no convencionales (resolución de problemas reales, resolución de casos, elaboración de proyectos...).

A la hora de evaluar a nuestros alumnos no podemos elegir un único instrumento, ya que estos no se pueden usar de forma aislada. El uso de varios instrumentos de evaluación nos va a permitir valorar y recoger la información de una forma más completa. El docente debe investigar cuáles serán aquellos que mejor funcionen con su grupo de alumnos y los objetivos propuestos.

Camilloni (1998) plantea que los instrumentos de evaluación deben cumplir cuatro requisitos: utilidad, validez, confiabilidad y practicidad.

- *Utilidad*: un instrumento es útil cuando permite orientar no solo al profesor, sino a los alumnos, a la familia... Es decir, a toda la comunidad educativa.
- *Validez*: se refiere al grado de precisión con el que se evalúa. Cuanto más preciso, más válido.

- *Confiabilidad*: este requisito depende de la exactitud objetiva que tenga. Los resultados obtenidos deben ser interpretados de forma similar por cualquier docente que lo aplique en cualquier momento. Debemos procurar que los instrumentos de evaluación sean altamente objetivos.
- *Practicidad*: quiere decir que nuestro instrumento debe ser fácil de aplicar y fácil de analizar.

Una de las técnicas de evaluación más utilizadas es la observación. Al realizar una observación sistemática, después se deben registrar los datos de forma escrita. El método utilizado para registrar estos datos es a lo que llamamos instrumentos de evaluación. En nuestro caso particular, los métodos utilizados y que creemos que mejor se adaptan a esta unidad son: diario de campo, lista de control, escala de valoración y autoevaluación.

5.3.3.1. Diario de campo

El diario de campo o diario pedagógico es definido como un texto escrito por parte del maestro el cual registra experiencias que se pueden observar en los alumnos (Monsalve y Pérez, 2012). Estas experiencias no son únicamente anecdóticas, sino hechos, tanto disciplinares como prácticos, con un sustento pedagógico que servirá al profesor para comprobar el avance de sus propios alumnos en su práctica de enseñanza-aprendizaje.

Dentro de las búsquedas realizadas se han encontrado diversas formas de hacer el diario pedagógico, entre ellas se resaltan la de Acero (1996) y la de Porlán y Martín (1991).

Por su parte, Acero (1996) dice que *“el diario de campo es el instrumento que favorece la reflexión sobre la praxis, llevando a la toma de decisiones acerca del proceso de evolución y la relectura de los referentes, acciones estas, normales en un docente investigador, agente mediador entre la teoría y la práctica educativa.”*. Es decir, el cuaderno de campo nos va a permitir analizar y reflexionar sobre las situaciones generadas en clase, del mismo modo que nos dará respuesta a si dichas prácticas y la metodología utilizada han dado buenos resultados.

También nos especifica que, para realizar un diario de campo, este debe incluir lo que ocurre dentro del ambiente formativo, tanto dentro como fuera del aula, además de las expectativas y saberes respecto a los de los estudiantes, teniendo en cuenta en todo momento la situación del maestro, de sus alumnos y del ambiente educativo.

En cuanto a Porlán y Martín (1991), mencionan que el diario de campo debe ir desde lo más general a lo más concreto. Establecen dos niveles dentro del diario, siendo el primer nivel aquel que refleja las situaciones anecdóticas que dan lugar a las dinámicas que se generan dentro del propio aula, y el segundo nivel aquel donde se muestran los problemas y las dificultades que se encuentran dentro de dicha dinámica del aula.

Nuestro diario de campo también nos sirve para apuntar aquellas prácticas y estrategias docentes que han resultado exitosas para continuar con su implementación.

Además, teniendo en cuenta la información recogida con anterioridad, podemos afirmar que un diario de campo es una herramienta de gran utilidad para el docente ya que le permite recoger información sobre su práctica, así como un espacio de construcción de estrategias.

En cuanto a los ejes de atención, estarán incluidos en la investigación los aspectos sociales y de comportamiento que tienen los alumnos durante el transcurso de la Unidad, para así relacionarlos con componentes de relaciones personales y afectivos que no se observan en la evaluación de los contenidos. Este instrumento representará un 20% de la nota final.

5.3.3.2. Lista de control

La lista de control es un listado de enunciados en el cual se indica el nombre del alumno y el profesor señala la presencia o ausencia de unos criterios seleccionados. Estos criterios deben ser claramente observables. Se considera un instrumento de evaluación diagnóstica y formativa dentro de los procedimientos de observación (Muñoz, 2010).

Estas listas nos permiten evaluar el saber hacer y el saber ser, es decir, tanto lo procedimental como lo actitudinal. Nos permite hacer una reflexión sobre aquello que se consigue durante un tiempo acotado previamente, por eso es muy importante la definición clara de los aspectos a evaluar.

Al tener una respuesta de sí o no, estas listas de control son altamente objetivas. Si queremos que nuestra lista de control sea más completa, podemos añadir un apartado de observaciones donde apuntar algún comentario específico acerca del ítem seleccionado. Este instrumento es una enumeración de conductas, de cualidades o de características que se pueden observar en los estudiantes durante el desarrollo de las sesiones.

Para su evaluación se debe comprobar si se cumple o no el estándar establecido, los cuales están agrupados por núcleos de atención (Lara y Cabrera, 2015). En el proceso de elaboración de una lista de control existen varios aspectos relevantes:

- Elaborar detalladamente las cuestiones, asegurándonos de que estas son de respuesta dicotómica, es decir, que las posibles respuestas sean sí o no/verdadero o falso.
- No utilizar expresiones como “a veces” o “es posible” en los enunciados de las preguntas, pues las respuestas no serían completamente ciertas.
- El enunciado debe estar escrito de una manera clara y concisa, para que la lectura de este sea sencilla a la vez que totalmente comprensible.
- Las listas de control se deben elaborar en tres columnas: en la primera el enunciado, en la segunda la respuesta afirmativa y en la tercera la respuesta negativa. En algunos casos se pueden utilizar observaciones en una cuarta columna, pero no es lo más utilizado.
- La concreción de cuándo y para qué se va a utilizar la lista de control, durante el desarrollo del trimestre, para un trabajo final...

A continuación, se muestra un ejemplo de lista de control:

(CRITERIO)	ESCALA		OBSERVACIONES
	SI	NO	
(Indicador)			
(CRITERIO)			
(Indicador)			
(Indicador)			
(Indicador)			

Ilustración 1: Lista de control (Muñoz, 2010)

La lista de control se va a utilizar en este trabajo para evaluar los criterios de evaluación a través de los estándares de aprendizaje. Estos últimos serán a los que los alumnos deberán responder sí o no en función de su propia experiencia. Lo realizará el docente al terminar las sesiones prácticas en el medio acuático, basándose en lo apuntado en el diario de campo para rellenar la lista y siendo esta un 40% de la nota de cada alumno.

5.3.3.3. Escala de valoración

La escalara de valoración es una tabla de doble entrada donde se indica el nombre del alumno y el grado de consecución de unos ítems previamente seleccionados. En estas listas la graduación suele estar dada entre tres y cinco niveles. Al igual que en la lista de control, los criterios deben estar claramente definidos. Al respecto, Casanova (2007) señala que la redacción de los criterios debe permitir evaluar solo un aspecto, tarea o conducta, y no dos.

Aunque esta sea similar a la lista de control, es la única que permite relacionar la conducta a evaluar con un grado de intensidad o de frecuencia. Esta gradación suele estar entre tres y cinco niveles, habiendo cuatro de ellos para la implementación en este TFG.

Es un aspecto para tener en cuenta el de definir, concretamente, con qué fines u objetivos se va a utilizar la escala, a quiénes va a ir dirigida y con qué se va a trabajar. De la misma manera, debemos describir de manera muy detallada los enunciados que los alumnos van a leer; estos deben ser claros y concisos (Lara y Cabrera, 2015). Estos autores también defienden el uso de números pares en las escalas de valoración, pues con los impares cabe la posibilidad de que el alumno utilice el valor intermedio, lo que quita objetividad y precisión al instrumento.

Las escalas de valoración pueden ser: numéricas, gráficas o descriptivas.

- *Numéricas*: Son aquellas donde se establecen categorías en términos descriptivos a las que se le atribuyen de antemano valores numéricos.
- *Gráficas*: El grado en el que se manifiesta una destreza o comportamiento se establece por una palabra que defina la observación.
- *Descriptivas*: Las escalas descriptivas presentan de manera resumida la característica o comportamiento observado. Son las más adecuadas para recoger información porque disminuyen considerablemente el grado de subjetividad.

A continuación, se muestran dos ejemplos de escalas de valoración:

Área Educación Física				
Resultado de Aprendizaje:				
Realizar un circuito de manipulación de objetos, en distintas etapas o estaciones.				
Categorías de la escala	Calificación			
MB – Muy bien	= 4 puntos			
B – Bien	= 3 puntos			
R – Regular	= 2 puntos			
NM – Necesita mejorar	= 1 punto			
Instrucción: Marque con una X el nivel de desempeño que corresponda				
Estaciones	MB	B	R	NM
Estación 1 Lanzar una pelota a la pared o pasarla a un compañero.				
Estación 2 Lanzar una pelota a un aro.				
Estación 3 Recibir un objeto lanzado por un compañero.				
Estación 4 Rebotar la pelota en una línea recta o curva.				

Ilustración 2: Ejemplo 1. Escala de valoración con puntuación. Adaptado de Muñoz (2010)

El/la estudiante	Siempre	Generalmente	Ocasionalmente	Nunca	No observado
1. Se relaciona cordialmente con sus pares y miembros de la comunidad escolar.					
2. Respeta y valora las ideas y creencias distintas a las propias.					
3. Sabe plantear y defender de manera adecuada sus puntos de vista.					
4. Manifiesta capacidad para ponerse en el lugar de los/las otros/as.					
5. Posee capacidad de crítica y la manifiesta de manera adecuada.					

Ilustración 3: Ejemplo 2. Escala de valoración (Lara y Cabrera, 2015)

La escala de valoración se va a utilizar en este TFG para evaluar de manera grupal a los alumnos. Con esta se registrará el grado de consecución de los ítems establecidos, de manera que el docente irá anotando en el diario de campo los aspectos relevantes con relación a los estándares de aprendizaje (por grupos de clase), y con la escala de valoración se evaluará un porcentaje del 30% de la nota de cada escolar.

5.3.3.4. Escala de autoevaluación

Entendemos por autoevaluación la evaluación que una persona ejerce sobre sí misma. Con esta idea hacemos a los alumnos participes de su propio proceso de enseñanza, haciéndoles conscientes de en qué medida su trabajo está bien o mal elaborado, siguiendo las instrucciones marcadas por el profesor (Valerio y Díaz de Cerio, 2005).

Esta evaluación es menos precisa ya que es totalmente subjetiva, pero tiene otras virtudes como, por ejemplo:

- Los alumnos pueden ir interiorizando los criterios con los que evalúa su profesor, por lo que cada vez irán ajustando más su respuesta a la esperada por el maestro.
- Así mismo, los alumnos van a desarrollar la capacidad de reflexión, identificando sus propios errores y explotando aquello que dominan.

Para esta parte, los alumnos completarán una escala de autoevaluación en la que se atenderán tres aspectos: el trabajo, el comportamiento y la tolerancia entre los compañeros. Con estos se pretende que ellos sean conscientes del proceso de enseñanza – aprendizaje y que, a su vez, tengan en cuenta los componentes sociales que existen en la Educación Física. Este apartado de la evaluación puntuará un 10% de la nota final.

5.4. ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

Para el análisis de la intervención metodológica solamente se dispone de seis sesiones, lo cual no nos otorga unos datos demasiado fiables. Sin embargo, debido a la situación actual, es la forma que tenemos de desarrollar este trabajo de investigación.

Con un mayor número de sesiones y más datos recogidos, seguramente la investigación adquiriría mayor veracidad y solidez en cuanto a asegurar resultados y el posterior análisis de estos.

5.4.1. Hipótesis en base a los objetivos

Siendo objetivo principal de este trabajo el de conocer qué habilidades motrices se pueden desarrollar en el medio acuático en un contexto escolar y de qué manera se pueden trabajar, se plantean varias situaciones que pueden suceder durante la parte práctica de la investigación.

La primera sería la opción idílica. Esta consistiría en un escenario perfectamente adaptado al aprendizaje de las habilidades motrices, en el cual los alumnos tendrían un comportamiento y un saber estar que permitiría progresar en los aspectos más importantes de la investigación. Sin embargo, esta es, seguramente, la hipótesis menos real de las que se puedan plantear.

La segunda, sería la de descubrir qué habilidades se pueden desarrollar en un medio acuático, pero, si hubiera una mala relación social entre los alumnos, no se podría trabajar de forma efectiva. Esto dificultaría enormemente la consecución del objetivo del TFG, pues el desarrollo de esas habilidades que habríamos considerado como opciones válidas en un medio acuático se vería afectado por el componente social de los niños, el cual es más difícil de controlar por parte del docente.

La tercera de las hipótesis sería una en la que sí conseguiríamos una práctica correcta de los alumnos, en la que sí tendrían un comportamiento que permitiera dar los contenidos de manera fluida, pero en la que no conseguiríamos ahondar en las peculiaridades y en las posibilidades que el medio acuático ofrece. Es decir, en este caso, tendríamos una práctica correcta de unos contenidos vacíos en cuanto al aspecto del aprendizaje significativo de los alumnos sobre dicho medio.

La cuarta y última, sería una situación en la que lograríamos sensibilizar a la comunidad educativa de la importancia de este medio en el desarrollo motriz y cognitivo de los alumnos, pero solo de forma teórica. En la parte práctica no se conseguirían resultados positivos por culpa de la metodología escogida e impartida por el docente.

5.4.2. Resultados hipotéticos

En este apartado hablaremos de los resultados hipotéticos que podría haber en nuestra intervención, pues ha sido imposible llevarla a cabo de manera práctica. Al mismo tiempo se expondrán unos valores orientativos como marcadores desde los cuales se empezarán a considerar como positivos o negativos los resultados expuestos. Estos valores se comentarán en el apartado siguiente, reflexionando sobre el por qué esos han sido los escogidos y no otros. Clasificaremos los resultados en dos categorías: esperados o no esperados o inesperados o no deseados.

5.4.2.1. Algunos resultados esperados y deseados

Aquí explicaré lo que espero de mi intervención metodológica en un contexto favorable de respuesta del alumnado, es decir, en unas condiciones óptimas de porcentaje de éxito de mis objetivos.

En el caso de que la lista de control de los alumnos fuera positiva en más del 80% de los estándares, es decir, que se cumplan 9 de los 11 estándares propuestos, sería un éxito individual. También habría que contar con todos y cada uno de los alumnos. En el caso de que más de 64 de ellos, de los 75 que son en total (un 85%), superaran el 80% de los estándares ya mencionados se podría considerar como un resultado positivo de la práctica.

En el caso de la escala de valoración grupal, un resultado positivo sería que 13 de los 15 grupos que hay entre los tres cursos consiguieran superar el 3 de 4 puntos de media en dicha escala.

En cuanto a la autoevaluación, un buen resultado sería el que todos los grupos tuvieran un 3 o más en la escala que se les proporciona, pues denotaría que ha habido un trabajo y un comportamiento correcto durante la parte práctica de la intervención.

5.4.2.2. Algunos resultados inesperados y no deseados

En este apartado se tratarán los resultados hipotéticos de una forma más desmotivadora y pobre en cuanto a puntuación. Estos serán los cuales deberíamos corregir como docentes en caso de que sucedieran.

En cuanto a la lista de control, un resultado negativo sería que menos del 50% de los alumnos, es decir, que menos de 37 alumnos consiguieran menos del 50% del cumplimiento de los estándares.

Fijándonos en la escala de valoración con que de 15 grupos que hay en total, 7 de ellos no superaran el 3 de 4 puntos posibles de media en dicha escala sería un fracaso, pues el número 3 corresponde a haberlo hecho “bien” y las valoraciones de 1 y 2 se refieren a haber cumplido los estándares “mal” o “regular” respectivamente.

Haciendo referencia a la autoevaluación, si en alguno de los tres aspectos se puntuará un 1, es decir, un “mal”, significaría que en ese grupo no se han respetado entre ellos, ya sea por mal trabajo, mal comportamiento o una mala tolerancia entre los compañeros.

Con estos resultados habría que replantear si la metodología ha sido la correcta, si la intensidad de las sesiones ha sido baja o alta para llegar al mal desenlace de la práctica... En definitiva, replantear la forma de dar los contenidos o cambiar el foco de atención a la hora de buscar el aprendizaje, pues si ocurrieran estos hechos, habría fallos en alguno de los aspectos trabajados.

5.4.3. Reflexiones de los resultados hipotéticos

Aquí aparecerán las reflexiones acerca de los resultados propuestos como positivos y negativos en el apartado anterior. Se justificará por qué esos han sido los objetivos marcados para cada instrumento.

En el caso de los resultados positivos se tratan tres instrumentos: lista de observación, escala de valoración y escala de autoevaluación.

- *Lista de control:* considero que los estándares de aprendizaje propuestos a modo de evaluación son de una dificultad adaptada a la edad de los alumnos de quinto de Primaria. Que un 85% de los alumnos cumpla 9 de los 11 estándares debería ser el lugar donde tiene que estar el marcador de éxito en la práctica, pues por debajo de este lo consideraría como un resultado con necesidad de mejora.
- *Escala de valoración:* al ser una evaluación grupal podemos considerar como positivo que 13 de los 15 grupos consigan alcanzar más de un 3 de media en el conjunto de los estándares. Esto se propone de esta manera debido a que se busca la excelencia en el resultado de la práctica y, por debajo de estos, no lo sería.
- *Escala de autoevaluación:* en este apartado podemos atender a un resultado de más de 3 como media de los ítems marcados y considerarlo como positivo. Esto debería ocurrir en todos los grupos, ya que el comportamiento, las buenas relaciones sociales, y el trabajo como grupo deben ser esenciales en un contexto escolar.

En el caso de los resultados negativos se tratan tres instrumentos: lista de observación, escala de valoración y escala de autoevaluación.

- *Lista de control*: con este instrumento no deberíamos obtener un resultado en el que menos de 37 alumnos, de 65 que son en total, cumplan menos del 50% de los estándares. Hago esta afirmación porque considero que un resultado por debajo de esos marcadores sería algo pobre pues, me repito, como docentes buscamos la excelencia.
- *Escala de valoración*: en cuanto a esta, sopeso que los alumnos no deberían bajar de los 3 puntos de media en la escala al completo, ya que un 1 o un 2 sería una calificación de mal y regular, respectivamente. Opino que no debemos caer en la mediocridad como profesores, y que más de 7 grupos por debajo del valor ya mencionado sería un fracaso.
- *Escala de autoevaluación*: para este apartado estimo que no debería haber ningún grupo que obtuviera un valor de 1 en cualquiera de los apartados. Un 2 sería una calificación de “regular”, mientras que un 1 sería “mal”. Si algún grupo obtuviera uno de los valores recién mencionados en alguno de los tres ítems establecidos, habría que plantear intervenir, pues el comportamiento, las relaciones sociales y el trabajo en grupo son prácticas básicas en Educación Primaria, las cuales tienen que estar muy presentes en el proceso de enseñanza – aprendizaje del alumnado.

6. REFLEXIONES FINALES

En este apartado trataré de recopilar mis pensamientos sobre lo que ha sido el proceso de elaboración de este TFG, las dificultades que me he encontrado y las posibles líneas de investigación que quedan abiertas de mi trabajo para otros futuros entre otros aspectos.

6.1. SOBRE LA ELABORACIÓN DEL TFG

El inicio de esta elaboración fue algo incierto, pues no sabía qué tema escoger ni desde qué punto de vista debía enfocarlo. Sin embargo, pensé en lo que había practicado hasta el día de hoy, y a su vez, que pudiera ser un tema de investigación. De esta manera surgieron asuntos como el balonmano, pues lo practico desde niño; el fútbol, pero es algo demasiado común; y, finalmente, pensé en mi formación acuática y cómo ese medio podía ser beneficioso en algún aspecto para los niños de Educación Primaria.

El marco teórico ha sido el apartado más difícil de elaborar, pues nunca había realizado una búsqueda de datos tan concretos y que, a su vez, debieran estar referenciados a la perfección. No obstante, ha sido también uno de los elementos más enriquecedores de mi aprendizaje en este TFG, ya que nunca había trabajado de esta manera y aprender cómo se elaboran las partes de un trabajo de estas características ha sido sin duda todo un reto personal.

En cuanto a la intervención metodológica he de decir que no esperaba tal complejidad en un apartado que debía desarrollarse de manera práctica. Por desgracia, no lo he podido aplicar con mis alumnos, algo que me hubiera encantado, pero quizá la misión de dejar toda la intervención tan clara en el papel ha podido ser incluso más difícil que el procedimiento habitual en un TFG.

En definitiva, la elaboración de este trabajo me deja muy satisfecho con todo lo aprendido y lo experimentado, pues hasta ahora y durante la carrera universitaria, no había tenido la responsabilidad de realizar un trabajo con estas características.

6.2. DIFICULTADES DURANTE LA ELABORACIÓN DEL TFG

Una gran dificultad que me he encontrado ha sido la generalización a la hora de tratar la Educación en un medio acuático en los libros y artículos que encontraba. Con esto me refiero a la poca concreción de los aspectos que yo buscaba para mi trabajo. Quizá este hecho se deba a mi inexperiencia como investigador, pero me ha dificultado enormemente la elaboración del marco teórico y la parte fundamentada de la intervención metodológica.

El encontrar la información específica que necesitaba para elaborar los apartados que consideraba más apropiados para mi trabajo, ha sido de gran dificultad. Al buscar en *Google Academics* artículos o documentos de autores relevantes, me encontraba con que estos no se ajustaban estrictamente a lo que necesitaba mi TFG, por lo que debía reconducir mi documento, o bien, seguir indagando en un intento de encontrar lo que necesitaba.

Otra dificultad ha sido el tiempo para la realización del TFG. Considero que un trabajo de investigación debe ser muy detallado, y con afirmaciones y resultados muy concretos. A este aspecto le afecta directamente el del tiempo de elaboración, pues con tres o cuatro meses es difícil darle al documento un sentido total y completo.

Por último, hay un apartado al que le he dedicado bastante tiempo, aunque no se vea reflejado en el resultado final: la bibliografía. Ha sido un rompecabezas incluir todos y cada uno de los autores de los que sacaba una idea, pues ha sido el primer trabajo de elaboración propia en el que no debía incluir ideas personales, sino que éstas debían estar referenciadas y contrastadas por expertos.

6.3. APORTACIONES DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Respecto a los instrumentos de evaluación he de decir que creo haber utilizado los que son más adecuados para mi intervención metodológica. Quizás se podía haber realizado un cuestionario al inicio de la Unidad Didáctica para comprobar el estado inicial de conocimientos sobre el medio de los alumnos, sin embargo, mi foco de atención estaba en que adquirieran las habilidades motrices de desplazamientos, giros y manipulaciones en un medio acuático.

He aprendido que los instrumentos son una parte esencial para la evaluación del alumnado y para las tareas de investigación educativa. De hecho, he observado que en todos los trabajos que he encontrado en los que se hace alusión a algún instrumento, son investigaciones con resultados y análisis de estos.

También quiero hablar sobre los instrumentos que he utilizado en mi TFG. El diario de campo y la autoevaluación eran conceptos más conocidos para mí y no han tenido una gran aportación en mi aprendizaje; sin embargo, he comprobado que las listas de control y las escalas de valoración son de gran utilidad, no solo para evaluar los estándares que se proponen en una Unidad o a lo largo del curso, sino que dependiendo del enfoque que se les den a estas, puedes conseguir conocer mejor a tus alumnos.

6.4. APORTACIÓN DE LA BIBLIOGRAFÍA

El trabajar la bibliografía ha sido bastante complicado por el hecho de no tener la costumbre de hacer documentos con estas exigencias de citas. Sin embargo, me ha aportado mucho orden en la elaboración del trabajo, ya que cada vez que encontraba datos de interés apuntaba la cita en otro documento, de manera que cuando he llegado al final lo tenía todo archivado en el mismo lugar.

También me ha sorprendido comprobar la gran variedad de artículos, libros o revistas que hablan del tema que yo pretendía investigar. Aunque he de decir que no siempre encontraba lo que buscaba, el tener que ser consecuente entre lo que encontraba y lo que incluía en el documento, ha sido de gran valor en cuanto a mi aprendizaje como alumno de TFG.

6.5. POSIBLES LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN ABIERTAS

En este apartado señalaré varias líneas de investigación que pueden surgir de mi TFG, así como qué podría relacionarse con esas posibles investigaciones futuras.

En primer lugar, se podría incidir en las diferencias de un medio acuático y de uno terrestre para la práctica de la Educación Física en cada uno de ellos. Para esta temática, yo incidiría en qué contenidos de la Educación Física actual se podrían implementar en un medio acuático, no solo el tema de las habilidades motrices que yo he escogido en mi TFG, sino una investigación mucho más profunda.

En segundo lugar, podría haber estudios que fundamentaran la idea de que, gracias a la actividad física en un medio acuático, los alumnos descubrirían aficiones y estilos de vida distintos a los que tienen los niños y niñas de Primaria hoy en día con la Educación Física que reciben.

En tercer lugar, cabría la posibilidad de que la práctica de actividad física en el agua ayudara a mantener buenas relaciones sociales entre los alumnos, y que, a su vez, creara un clima de igualdad y respeto el cual no se observa en todos los centros educativos.

En cuarto y último lugar, el trabajar la Educación Física desde un aprendizaje global debería otorgar el mayor número de experiencias posibles, por lo que ¿se debería incluir un programa de actividades acuáticas en Educación Primaria? ¿Cuáles serían las condiciones para que esto se llevara a cabo?

6.6. CONSECUCCIÓN DE LOS OBJETIVOS DEL TFG

En cuanto a la consecución de mis objetivos, considero que la elaboración de una propuesta de intervención en el medio acuático cumple lo que propuse al comienzo, el trabajar las habilidades motrices de desplazamiento, giro y lanzamiento en este medio.

Por una parte, espero haber conseguido sensibilizar a la comunidad educativa de la importancia que tiene el medio acuático en el desarrollo motriz y cognitivo en Educación Primaria, pues esto se pretende conseguir dotando del mayor número de experiencias posibles a los escolares.

Por otra parte, he descrito los aspectos teóricos que he considerado más relevantes para dar a conocer las peculiaridades y las posibilidades de trabajo que ofrece a la Educación Física el medio acuático, de manera que se pueda tener en cuenta la implementación de este en un futuro plan de trabajo del área.

En definitiva, el objetivo de este TFG era conocer qué habilidades motrices se podrían desarrollar en un medio acuático en el contexto escolar y de qué manera se podrían trabajar, habiendo sido este trabajo elaborado con intenciones de poder conseguirlo.

6.7. REFLEXIONES PERSONALES Y AGRADECIMIENTOS

Este periodo de elaboración del TFG ha sido una época frustrante a la par que enriquecedora de mi vida, pues he aprendido cantidad de saberes nuevos, aunque ha sido costoso en tiempo y energía.

Quizá, este ha sido el año más atípico de mi vida como estudiante, debido a la situación de confinamiento, la cual ha hecho que sea imposible poner en práctica este TFG. Aun así, estoy muy contento de haber terminado el Grado en Educación Primaria, pues eso me permitirá entrar en el mundo laboral desde el sector que llevo mucho tiempo queriendo, el de la Educación.

Creo que este trabajo es el final perfecto para los cuatro años de carrera en la Universidad de Valladolid, donde he convivido con grandes compañeros y he aprendido gran cantidad de saberes que espero poder aplicar en un futuro cercano.

Por último, agradecer a mi tutor el interés mostrado hacia mi trabajo y hacia mí, pues con la dificultad del poco tiempo del que disponía para la elaboración de mi TFG ha sido fundamental su participación y su inmediatez a la hora de hacer correcciones o de mostrarse disponible para cualquier duda.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Acero, E. (1996). El diario de campo: Medio de investigación del docente. *En Actualidad Educativa*. 13.
- Ahr, B. (1994). *Nadar con bebés y niños pequeños*. Barcelona: Paidotribo.
- Albarracín, A. (2007). El medio acuático y sus posibilidades de acción. Propuesta de inclusión de las actividades acuáticas en los diferentes niveles de Educación Física en Educación Secundaria. En *Actas de II Congreso Internacional y XXIV Nacional de Educación Física*. Palma de Mallorca: Universidad de Islas Baleares.
- Albarracín, A.; Moreno, J. A. (2009). Problemática y beneficios de las actividades acuáticas en la escuela. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 16(5), 71-89. <http://www.cafyd.com/REVISTA/01605.pdf>
- Batalla, A. (2000). *Habilidades motrices*. Barcelona: INDE.
- Bayer, C. (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispano Europea.
- Camilloni, A. (1998): *La evaluación de los aprendizajes en el debate didáctico contemporáneo*. Barcelona. Paidós.
- Camus, Y. (1983). L'adaptation du jeune enfant à l'eau. *Pratiques corporelles*, 58. 19-24.
- Capote, S., y Sosa, A. (2006). *Evaluación. Rubrica y listas de control. Evaluación de los Aprendizajes*. Recuperado de: <http://sites.google.com/site/silviacapote/Evaluacin.pdf> [2020, 21 de junio]
- Casanova, M. A. (2007). *Evaluación: concepto, tipología y objetivos*. Madrid: La Muralla.
- Castillo, M. (1991). *El desarrollo de las habilidades motrices acuáticas*. Madrid: Inde.
- Cirigliano, P. M. (1989). *Iniciación acuática para bebés: Fundamentos y Metodología*. Buenos Aires: Paidós.
- Colado, J. C. y Cortell, J.M. (2007). Evaluación en la enseñanza de las habilidades motrices básicas en el medio acuático: el equilibrio. Aspectos introductorios (I). *Revista de Deporte y Ejercicio Humano*, 1(2), 10-27.

- De Tezanos, A. (2002). Una etnografía de la etnografía. *Colección Pedagógica S.XXI*.
- Decreto 26/2016, del 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación de la evaluación y el desarrollo de Educación Primaria en Castilla y León.
- Famose, J. P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Barcelona: Paidotribo.
- Fernández, E., Gardoqui, M. y Sánchez, F. (2007). *Evaluación de las habilidades motrices básicas*. Madrid: Inde.
- Galera, A. (1983). *Enseñanza de la natación a través de una Educación Física de base adaptada al medio acuático*. Barcelona: Inde.
- García, A. (2010). *Los juegos en la Educación Física de los 6 a los 12 años*. Barcelona: Inde.
- García, J. (2010). Las actividades acuáticas en Educación Primaria. *Revista Digital De Educación Física*. 6, 27-35.
- González, C. y Sebastiani, E. (2002). *Actividades acuáticas recreativas*. Zaragoza: Inde.
- Gutiérrez, M. y Díaz, F. (2001). Influencia de las actividades acuáticas en el desarrollo de la primera infancia. *Agua y Gestión*. 55, 12-21.
- Lacasa, A. y López, J. (2002). Una unidad didáctica diferente... ¡conoce la piscina! *Comunicaciones Técnicas*. 2, 53-60.
- Lagardera, F. y Lavega, P. (2005). La educación física como pedagogía de las conductas motrices. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*. 18, 79-102
- Lara, F., y Cabrera, M. (2015). *Fichas de procedimiento de evaluación educativa UDLA*. Santiago de Chile.
- López, A. y Moreno, J. A. (2000). Integralidad, diversidad y variabilidad en Educación Física. *Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes*. 19.
- López, J., Álvarez, D. y Fernández-Miranda, S. (2015). Actividades en el medio natural acuático en Educación Física. Valoración del profesorado sobre los factores que limitan su inclusión. *EmásF*. 33.
- López, J. M. (1992). *La Educación Física básica en la Educación Primaria*. Jaén: E.U. del Profesorado.

- Martínez, L. (2007). La observación y el diario de campo en la definición de un tema de investigación. *Perfiles Libertadores*. 4 (80), 73-80
- Mc Clenaghan, B. y Gallahue, D. (1985). *Movimientos fundamentales*. Buenos Aires, Médica Panamericana.
- Mejía, J. (2003). Técnicas cualitativas de investigación en las ciencias sociales. *Investigaciones Sociales*. 3 (3), 223 - 256
- Miró, P. (1984). Les Activitats Aquatiques en el programa d'Educació Física. *Apunts*, XXI. Medicina de l'Esport, 21(81), 29-35.
- Monsalve, A. y Pérez, E. (2012). El diario pedagógico como herramienta para la investigación. *Itinerario Educativo*. 26 (60), 117-128.
- Morales, E. (2010). Propuesta educativa «El agua como medio de enseñanza: importancia de la evaluación». *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 17.
- Moreno, J. A. (2001). *Juegos acuáticos educativos*. Barcelona: Inde.
- Moreno, J., y Gutiérrez, M. (1998). *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. Barcelona: Inde.
- Moreno, J. A., y Medrano, V. (1995). *Actividades acuáticas recreativas*. En Moreno, J.A., Tella, V. y Camarero, S. (Eds.), *Actividades acuáticas educativas, recreativas y competitivas* (pp. 135-174). Valencia.
- Morris, G.S.D. y Stiehl, J. (1989). *Changing kids' games*. Champaign, Illinois, Human Kinetics.
- Muñoz, E. (2010). *Talleres para la construcción de instrumentos evaluativos en educación*. Santiago: Bibliográfica Internacional.
- Navarro, F. (1979). *Pedagogía de la natación*. Valladolid: Miñón.
- Navarro, F. (1995). *Hacia el dominio de la natación*. Madrid: Gymnos.
- Numminen, P. y Sääkslahti, A. (1993). *The first steps in learnig. World Aquatic Baby Conference*. Los Ángeles.
- Omeñaca, R., Ruiz, J. y Omeñaca, J. (2005). *Juegos cooperativos y educación física* (3rd ed.). Barcelona: Paidotribo.

- Porlán, R. y Martín, J. (1991). *El diario del profesor, un recurso para la investigación en el aula*. Sevilla: Diada.
- Prellezo, J. M. (2009). *Diccionario de Ciencias de la Educación*. Madrid: CCS.
- Quintana, A. y Montgomery, W. (2006). *Psicología: Tópicos de actualidad*. Lima: UNMSM.
- Real Academia Española (2019). *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.
- Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales.
- Reyes, R., Cabrera, D., Ruíz, G. y Brito, E. (1995). Conocimiento, adaptación y dominio en el medio acuático. *Comunicaciones Técnicas*. 4: 41-48. 29.
- Sánchez, F. (1975). Orientaciones para la programación de la Educación Físico-Deportiva en la E. G.B. *Didascalía*. 52, 23-49.
- Sánchez, F. (1984). *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid: Gymnos.
- Sánchez, F. (1986). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Schmidt, R. (1991). *Motor Learning and Performance: From principles to practice*. Champaign, Illinois: Human Kinetic Books.
- Seirul, F. (1986). *Apuntes de Educación Física de base*. Barcelona: INEF.
- Shaffer, D.R. (1992). *Developmental psychology: childhood and adolescence*. Brooks/Cole.
- Valero, M. y Diaz de Cerio, L.M. (2005). Autoevaluación y coevaluación: estrategias para facilitar la evaluación continuada. *Actas del I Simposio Nacional de Docencia en la Informática*.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Wickstrom, R. (1990). *Patrones motores básicos*. Madrid: Alianza.

8. ANEXO: UNIDAD DIDÁCTICA. COMO PEZ EN EL AGUA

1. INTRODUCCIÓN O JUSTIFICACIÓN

Pretendo realizar una Unidad Didáctica que tenga como eje los juegos en un medio acuático. Creo que con los problemas sociales que existen en mi contexto de prácticas (los cursos de quinto del colegio Miguel Delibes, en Valladolid) puede ser una temática muy adecuada para conseguir que empaticen con sus compañeros, tanto con los que son motrizmente más hábiles, como con los que lo son menos.

Me centraré en los juegos acuáticos desde una visión didáctica en el proceso de enseñanza – aprendizaje. Habrá momentos en las sesiones de explicación teórica, de descubrimiento guiado y de mando directo, pues pretendo que aprendan tanto habilidades motrices como componentes de tipo social: tolerancia, empatía, respeto, etc. En total la Unidad Didáctica será de seis sesiones, aumentando en dos sesiones las que se realizarían en la Programación Didáctica de Educación Física del centro.

El material que utilizaré será el relacionado con el elemento a tratar, el agua. El complejo polideportivo de La Victoria dispone de varios de ellos que pueden ser útiles; sin embargo, es tarea del centro o mía como profesor, el disponer de los que no tienen en dichas instalaciones. También contaría con la ayuda de mi compañero de prácticas y de mi tutora en el centro para el desempeño de esta Unidad Didáctica.

2. FUNDAMENTACIÓN LEGAL

- Ley Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE).
- Real Decreto 126/2014, del 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.
- Decreto 26/2016, del 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación de la evaluación y el desarrollo de Educación Primaria en Castilla y León.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria.

3. CONTEXTO

El curso al que va a ir dirigida la Unidad Didáctica va a ser 5º de Primaria. En líneas generales, hay bastante diversidad, bastantes problemas sociales y de comportamiento, algunos derivados de trastornos, y otros no: varios alumnos con dislexia, algún síndrome de autismo, minorías, algún alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), más con dificultades de aprendizaje, y varios con necesidades educativas especiales, a los que les atienden especialistas de AL y PT, y otros (más de 4 alumnos) que se le aplican medidas de refuerzo.

En referencia a lo social, hay casos de riesgo de exclusión social con la intervención de la trabajadora social del equipo de orientación que lleva este centro, y hay tratamiento y vigilancia específica por expedientes abiertos de prevención de acoso escolar (pasados y presentes).

A continuación, hago referencia al número de alumnos por sexos; hay algunos niños más que niñas en cada clase:

- 5ºA= 25 alumnos, 15 niños/ 10 niñas
- 5ºB= 25 alumnos, 15 niños/ 10 niñas
- 5ºC= 25 alumnos, 15 niños/ 10 niñas

Para mi Unidad Didáctica necesitaré disponer de las instalaciones acuáticas del Polideportivo de La Victoria, el cual cuenta con las instalaciones acuáticas necesarias para el desarrollo de esta propuesta.

El colegio Miguel Delibes me garantizó que, si necesitaba utilizar las instalaciones del complejo deportivo ya mencionado, lo comunicara y ellos harían las gestiones pertinentes, por lo que cuento con la total seguridad de que dispondría de las piscinas del Polideportivo.

Los materiales son bastante diversos: balones deportivos (voleibol, baloncesto, discos...); elementos de usos varios como pueden ser pañuelos, zancos, cajas de zapatos...; conos, picas, chinos, etc. Sin embargo, para mi Unidad Didáctica voy a necesitar pañuelos y elementos que puedan introducirse en un medio acuático como serán aros grandes, juguetes acuáticos como palos o aros pequeños, flotadores adaptables para los alumnos que tengan dificultades en el medio acuático, canastas y porterías de borde de piscina, pelotas pequeñas acuáticas y corcheras.

4. CONTENIDOS

Según la actual ley (LOMCE) los contenidos son los conocimientos, destrezas y actitudes necesarios para cada área de conocimiento y curso educativo. Los contenidos hacen referencia a qué enseñar. Actualmente han dejado de ser el centro de toda la enseñanza y se han convertido en el instrumento para el desarrollo de las competencias.

Estos, a su vez, se ordenan en bloques de contenidos, de los cuales seleccionaré a continuación, aquellos sobre los que voy a trabajar y de qué forma lo haré en mi Unidad Didáctica en concreto. Con relación al currículum oficial, habrá un código refiriéndose al apartado correspondiente en la ley, es decir, la palabra “bloque” será una “**B**” y al lado el número correspondiente.

CONTENIDOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA
9. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2)
10. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2)
11. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3)
12. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3)
13. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3)
14. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3)
15. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4)
16. Autonomía de la higiene corporal (B6)

5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Para comenzar este apartado definiré “criterios de evaluación” y “estándares de aprendizaje”:

- Se entienden como criterios de evaluación a los que definen todo aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias. Estos criterios responden directamente a lo que se pretende lograr en cada una de las áreas. Los criterios están establecidos por el Decreto 26/2016, del 21 de julio.
- Se entiende por estándares de aprendizaje a aquellos que permiten definir los resultados de aprendizaje y concretan lo que el alumno debe saber, comprender y saber hacer en cada una de las áreas. Deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Estos vienen definidos en el Decreto 26/2016, del 21 de julio.

En la siguiente tabla expondré los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje de mi Unidad Didáctica en relación con los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje que regula el currículum oficial de Castilla y León para la Educación Física en Educación Primaria. Aparecerán escritos los criterios y estándares de mi Unidad Didáctica, y, en relación con el currículum oficial, habrá unos códigos refiriéndose al apartado correspondiente en la ley.

La palabra “bloque” una “**B**”, el criterio “**número.**” Y el estándar “**número. número.**”.

Por ejemplo, un criterio sería: **B2. 3.** = Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica. A su vez, un estándar sería: **B2. 3.1.** = Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.

Para la columna de “**ACTIVIDADES**”, aparecerán las sesiones como “**S**” y las actividades como “**A**”.

Por ejemplo: Sesión uno, actividad uno = **S1 A1**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	COMPETENCIAS	ACTIVIDADES
1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)	1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)	AA, SIEE	Todas las sesiones y todas las actividades
	1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)	AA, SIEE	Todas las sesiones y todas las actividades
	1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)	AA, SIEE	Todas las sesiones y todas las actividades
2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)	2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)	AA	Todas las sesiones y todas las actividades
	2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)	AA	Todas las sesiones y todas las actividades
	2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)	AA	S4, S5, S6

	2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)	AA	Todas las sesiones y todas las actividades
3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)	3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)	SIEE, CSC	Todas las sesiones y todas las actividades
4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)	4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)	AA, CSC	Todas las sesiones y todas las actividades
	4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)	AA, CSC	Todas las sesiones y todas las actividades
5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)	5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)	AA, CSC	Final de cada sesión

En esta tabla también aparecen reflejadas las competencias con las que están relacionados mis criterios y estándares, así como las actividades con las que voy a trabajar cada una de ellas. Esta tabla es una forma visual de ver todo el proceso representado en un mismo lugar; no obstante, toda la información acerca de las competencias se encuentra en el apartado 9 “Contribución al desarrollo de las competencias clave”, en el que reflejo detalladamente cuáles son los aspectos de cada competencia en los que quiero incidir.

6. METODOLOGÍA

Se entiende como metodología el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesor, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos (Real Decreto 126/2014, del 28 de febrero). Comprende tanto la descripción de las prácticas docentes como la organización del trabajo de los profesores, será fundamentalmente comunicativa, activa y participativa, y dirigida al logro de los objetivos, especialmente en aquellos aspectos más directamente relacionados con las competencias (Decreto 26/2016, del 21 de julio).

La metodología será inclusiva, participativa y motivadora. También tendrá en cuenta la edad y los conocimientos previos de los alumnos, así como el currículo oficial, las condiciones socioculturales del centro y los alumnos y la disponibilidad de recursos.

La metodología que voy a impartir en mi Unidad Didáctica va a ser variable, en función del tipo de sesión que se lleve a cabo. Alternaré entre metodología directiva y de descubrimiento guiado. Con la primera, pretendo impartir los contenidos básicos relacionados con el medio acuático mientras que, con la segunda, quiero que interactúen entre ellos, establezcan relaciones de compañerismo y de trabajo en equipo. Los alumnos también realizarán un trabajo autónomo en varias sesiones, pues quiero que aprendan haciendo y descubriendo, no solo recibiendo órdenes del profesor, es decir, que piensen por ellos mismos y desarrollen un comportamiento crítico y social.

La forma de trabajar será tanto grupal como individual, pues a la hora de evaluar serán ambos aspectos los que tendré en cuenta. Los grupos serán los que hay formados en las otras asignaturas, así continuamos con la línea de actuación que han estimado conveniente los tutores de cada curso (aunque esto no garantice el éxito, pues las cualidades físicas de los alumnos no tienen por qué estar relacionadas con sus capacidades cognitivas).

Para llevar a cabo esta metodología, se irá avanzando progresivamente en conceptos y habilidades. De esta manera, intentaré que no pierdan el interés en realizar lo que se hará en las sesiones posteriores.

Habrán seis sesiones para trabajar los contenidos ya mencionados y para evaluar los criterios de evaluación fijándome en los estándares de aprendizaje seleccionados y que se pueden observar en la tabla del apartado anterior.

7. SESIONES

Para la realización de todas las sesiones se deberá llevar a los alumnos al complejo deportivo cercano al centro, el Polideportivo de la Victoria, el cual cuenta con las instalaciones acuáticas necesarias para el desarrollo de esta propuesta.

El colegio Miguel Delibes me garantizó que, si necesitaba utilizar las instalaciones del complejo deportivo ya mencionado, lo comunicara y ellos harían las gestiones pertinentes, por lo que cuento con la total seguridad de que dispondría de las piscinas del Polideportivo.

Debido a este condicionante del desplazamiento a las instalaciones acuáticas, los primeros diez minutos estarán destinados al ir al polideportivo y los últimos quince al aseo y vuelta al centro educativo. Por lo tanto, se dispondrá de treinta y cinco minutos de actividad motriz en cada sesión.

En todas las sesiones estarán disponibles los flotadores adaptables para los alumnos que tengan dificultades a la hora de nadar, de esta forma atendemos a los posibles imprevistos que nos pudieran surgir.

SESIÓN 1

Introduciré esta, y las sesiones posteriores con una tabla en la que estarán recogidos los contenidos, los criterios y los estándares que voy a tratar en cada una:

CONTENIDOS DE LA SESIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
<p>1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2)</p> <p>2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2)</p> <p>3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3)</p> <p>4. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3)</p>	<p>1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)</p>	<p>1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)</p>
		<p>1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)</p>
		<p>1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)</p>
	<p>2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)</p>	<p>2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)</p>
		<p>2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)</p>
		<p>2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)</p>
	<p>3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones</p>	<p>3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos</p>

5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3)	corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)	parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)
6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3)	4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)	4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)
7. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4)	5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)	4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.) 5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)
8. Autonomía de la higiene corporal (B6)		

Materiales:

- Pañuelos

Desarrollo:

Empezaremos la sesión dando una introducción teórica de los conceptos más básicos sobre las actividades en un medio acuático, así como las medidas de seguridad de: no hundir a un compañero, no discutir mientras se está en el agua, no mostrar comportamientos agresivos durante las clases en la piscina. Explicado esto, pasaríamos a la primera actividad.

ACTIVIDAD 1: MARCO POLO

Para este ejercicio se trabajará por grupos de trabajo que, siendo veinticinco alumnos en total, se formarán cinco grupos de cinco personas cada uno. El juego es de persecución, con la dificultad de que los que persiguen llevan pañuelos en los ojos y no pueden ver.

Este se realizará en la zona de la piscina en la que los alumnos hagan pie y consistirá en que tres de los cinco grupos sean los perseguidores mientras que el resto escaparían. Si alguien es pillado, se convierte en perseguidor, entregándole el profesor un pañuelo para taparse los ojos. El juego acaba cuando todos están pillados.

La forma de jugar será que los que tienen los ojos tapados podrán decir la palabra “Marco” cuando quieran, y los que escapan deberán responder “Polo”. De esta forma, se trabajarán los desplazamientos y los giros.

ACTIVIDAD 2: TIBURÓN

Para esta actividad jugarán de forma individual. El juego es de persecución y consiste en que en la piscina hay cinco tiburones que tienen que atrapar a los perseguidos (peces).

Este se realizará en dos zonas de la piscina: una donde los alumnos hacen pie, y otra en la que no, dejando libertad de movimiento tanto a los perseguidos como a los perseguidores. Si alguien es atrapado se convertirá en tiburón, y el juego acaba cuando todos los peces han sido comidos.

Terminaremos la sesión con un aseo individual y personal de cada alumno, por lo que tendrán que traer su propia mochila con toalla, gel, chanclas y ropa de cambio. Tras el aseo se volverá al centro escolar.

SESIÓN 2

CONTENIDOS DE LA SESIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2) 2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los	1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)	1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)
		1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)
		1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)

desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2) 3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3) 4. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3) 5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3) 6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3) 7. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4) 8. Autonomía de la higiene corporal (B6)	2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)	2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.) 2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.) 2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)
	3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)	3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)
	4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)	4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)
		4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)
	5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)	5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)

Materiales:

- Juguetes acuáticos (palos y aros pequeños)

Desarrollo:

Empezaremos la sesión recordando lo que se trabajó el día anterior, los desplazamientos y los giros en el agua. También se recordarán las reglas de comportamiento y qué no se debe hacer mientras se realiza una actividad acuática.

ACTIVIDAD 1: ANIMALES MARINOS

Para este ejercicio se trabajará en la parte honda del vaso y se utilizarán los bordes para los tiempos de descanso. La actividad consistirá en que el profesor irá diciendo nombres de animales marinos y los alumnos nadarán como crean que lo haría ese animal.

La duración de cada ronda, o de cada animal, durará menos de un minuto, y los alumnos volverán a agarrarse al borde esperando el siguiente animal. Con este juego se trabajan los desplazamientos y los giros en el medio acuático.

ACTIVIDAD 2: EN BUSCA DEL TESORO HUNDIDO

Para esta actividad se harán dos equipos mixtos. Se utilizará la parte honda y la más baja donde los alumnos hacen pie. El juego consiste en encontrar el mayor número posible de objetos, los cuales estarán distribuidos por el fondo de la piscina. El profesor lanzará los juguetes acuáticos sin que los alumnos sepan dónde han caído estos y, cuando se indique, ellos tendrán que darse la vuelta y encontrarlos. El equipo que mayor puntuación acumule ganará un punto.

Terminaremos la sesión con un aseo individual y personal de cada alumno, por lo que tendrán que traer su propia mochila con toalla, gel, chanclas y ropa de cambio. Tras el aseo se volverá al centro escolar.

SESIÓN 3

CONTENIDOS DE LA SESIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN	
<p>1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2)</p> <p>2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2)</p> <p>3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3)</p> <p>4. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3)</p> <p>5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3)</p>	<p>1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)</p>	<p>1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)</p>	
		<p>1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)</p>	
		<p>1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)</p>	
	<p>2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)</p>	<p>2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)</p> <p>2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)</p> <p>2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)</p>	<p>2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)</p>
			<p>2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)</p>
			<p>2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)</p>
			<p>3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)</p>
	<p>3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)</p>	<p>3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)</p>	<p>3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)</p>
			<p>3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)</p>

6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3)	4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)	4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)
7. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4) 8. Autonomía de la higiene corporal (B6)		4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)
	5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)	5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)

Materiales:

- Corcheras
- Pelotas pequeñas acuáticas
- Juguetes acuáticos (palos y aros pequeños)

Desarrollo:

Empezaremos la sesión recordando la cantidad de desplazamientos vistos hasta ahora y la libertad que tienen ellos de usar el que consideren más adecuado a cada momento. Esta sesión será intensa en cuanto al desplazamiento se refiere.

ACTIVIDAD 1: AMBIENTE DE PISCINA

Para este ejercicio se construirá un escenario por el que los alumnos tendrán que ir pasando libremente durante el tiempo que dura la actividad. Se utilizará la parte honda, el borde y la zona en la que hacen pie. Con esta actividad se trabajan los desplazamientos y los giros en un ambiente favorecedor de la libertad de acción del alumnado.

ACTIVIDAD 2: CARRERAS DE RELEVOS

Para este juego se les dará un “testigo” a cada uno de los cinco grupos que habrá formados. Se utilizará tanto la parte en la que hacen pie como la parte honda de la piscina. El ejercicio consiste en nadar de una manera determinada de un lado a otro de la piscina (a lo ancho, para que sea más corto) y entregarle el “testigo” al compañero que está al otro lado. Con esto trabajaremos los desplazamientos a un nivel un poco más intenso.

Terminaremos la sesión con un aseo individual y personal de cada alumno, por lo que tendrán que traer su propia mochila con toalla, gel, chanclas y ropa de cambio. Tras el aseo se volverá al centro escolar.

SESIÓN 4

CONTENIDOS DE LA SESIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2) 2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2) 3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3) 4. Resolución de problemas motrices que impliquen la	1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)	1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)
		1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)
		1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)
	2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)	2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)
		2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)

<p>aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3)</p> <p>5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3)</p> <p>6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3)</p> <p>7. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4)</p> <p>8. Autonomía de la higiene corporal (B6)</p>		<p>2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)</p>
		<p>2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)</p>
	<p>3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)</p>	<p>3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)</p>
	<p>4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)</p>	<p>4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)</p>
		<p>4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)</p>
	<p>5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)</p>	<p>5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)</p>

Materiales:

- Pelotas pequeñas acuáticas

Desarrollo:

Empezaremos la sesión con una breve explicación teórica de los lanzamientos en un medio acuático. Se darán ejemplos como el waterpolo en los que el lanzamiento de objetos es esencial.

ACTIVIDAD 1: JUEGO DE LOS 10 PASES

Para esta actividad se harán tres equipos mixtos. Un equipo estará esperando y observando las tácticas que los otros dos utilizan mientras están intentando dar los diez pases seguidos. Se jugará en la parte de la piscina en la que los alumnos hacen pie.

Las reglas son no devolver el pase al mismo compañero y que todos los integrantes del equipo toquen la pelota. Si respetando estas normas se consiguen dar todos los pases, el equipo que lo consigue se enfrenta al que estaba esperando.

Con este juego se trabajarán los giros, los desplazamientos y los lanzamientos.

ACTIVIDAD 2: ERIZOS DE MAR

Para este ejercicio se formarán los grupos de clase ya establecidos. En el juego hay dos roles: los que lanzan la pelota y los que están en medio (erizos) para cortar la trayectoria de esta. Al ser cinco alumnos en cada grupo, habrá dos que erizos y otros tres que lancen la pelota. Si un erizo intercepta un lanzamiento, cambia el rol con la persona a la que se lo ha cortado.

Con esta actividad se trabajan los lanzamientos en los lanzadores y los desplazamientos en los erizos.

Terminaremos la sesión con un aseo individual y personal de cada alumno, por lo que tendrán que traer su propia mochila con toalla, gel, chanclas y ropa de cambio. Tras el aseo se volverá al centro escolar.

SESIÓN 5

CONTENIDOS DE LA SESIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN	
<p>1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2)</p> <p>2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2)</p> <p>3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3)</p> <p>4. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3)</p>	<p>1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)</p>	<p>1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)</p>	
		<p>1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)</p>	
		<p>1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)</p>	
	<p>2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)</p>	<p>2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)</p> <p>2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)</p> <p>2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)</p> <p>2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)</p>	
			<p>2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)</p>
			<p>2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)</p>
			<p>2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)</p>
			<p>2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)</p>

5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3)	3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)	3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)
6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3)	4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)	4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)
7. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4)		4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)
8. Autonomía de la higiene corporal (B6)	5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)	5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)

Materiales:

- Canastas de borde de piscina o aros grandes
- Pelotas pequeñas acuáticas

Desarrollo:

Empezaremos la sesión recordando los juegos de la sesión anterior, qué y cómo se trabajó.

ACTIVIDAD 1: JUEGO DE LOS 10 PASES (AVANZADO)

Para este ejercicio cambiará solamente un aspecto respecto al realizado en la sesión anterior, y es que esta vez no solo se utilizará la parte de la piscina en la que los alumnos hacen pie, sino que también estará disponible una parte honda del vaso. Con esta novedad se pretende que los alumnos piensen en estrategias diferentes a la hora de colocarse tanto de manera ofensiva como de manera defensiva.

Con esta actividad trabajaremos los desplazamientos con y sin pelota y los lanzamientos.

ACTIVIDAD 2: LANZAMIENTO DE PEZ GLOBO

Para este juego se colocarán unas canastas en el borde de la piscina, en la zona donde los alumnos hacen pie, y ellos deberán lanzar a canasta. Se utilizará la parte de la piscina donde los alumnos hacen pie. Se formarán los grupos de trabajo ya establecidos y se proporcionará un espacio para cada uno de ellos.

Si no disponemos de canastas se pueden poner aros y que, en vez de encestar, un compañero lo sujete y la pelota tenga que entrar dentro (el rol de sujetar el aro cambiaría cada vez que cada uno del grupo hubiera lanzado una vez).

El juego consiste en lanzar desde parado al principio y en movimiento más adelante, a una canasta o aro y encestar el mayor número de veces posibles. No existirá un contador de puntos global, sino que cada alumno se intentará superar a sí mismo.

Terminaremos la sesión con un aseo individual y personal de cada alumno, por lo que tendrán que traer su propia mochila con toalla, gel, chanclas y ropa de cambio. Tras el aseo se volverá al centro escolar.

SESIÓN 6

CONTENIDOS DE LA SESIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA SESIÓN
1. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales en el medio acuático (B2) 2. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos en el medio acuático (B2)	1. Resolver situaciones problemáticas en un medio acuático con el uso de una o más habilidades motrices de forma eficaz (B2. 1.)	1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)
		1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)
		1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)
	2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y	2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático

<p>3. Adaptación de nuevas habilidades o combinaciones de estas en un medio acuático (B3)</p> <p>4. Resolución de problemas motrices que impliquen la aplicación de habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos relacionados con el medio acuático (B3)</p> <p>5. Coordinación y equilibrio en situaciones inestables en un medio acuático (B3)</p> <p>6. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones en actividades acuáticas (B3)</p>	de actividades físicas en un medio acuático (B3. 1.)	(B3. 1.1.)
		2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)
		2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)
		2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)
<p>7. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio (B4)</p> <p>8. Autonomía de la higiene corporal (B6)</p>	3. Mostrar conductas activas ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento en un medio acuático (B3. 3.)	3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)
	4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos relacionados con un medio acuático (B.4. 6.)	4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)
		4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)
5. Reconocer los efectos de la higiene personal en un contexto de trabajo en un medio acuático (B6. 1.)	5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)	

Materiales:

- Pelotas pequeñas acuáticas
- Porterías de borde de piscina

Desarrollo:

Empezaremos recalcando que será la última sesión de juegos acuáticos y del recorrido de trabajo que hemos realizado durante toda la Unidad Didáctica, a lo que le seguirán las siguientes actividades:

ACTIVIDAD 1: LA GRAN BARRERA DE CORAL

Para esta actividad se dejarán todas las pelotas disponibles en la piscina, la cual estará dividida en dos campos, y los alumnos en dos equipos mixtos. Ambos lados del campo tendrán una parte en la que ellos harán pie y una parte más honda.

El juego consistirá en dejar tu campo lo más vacío posible de pelotas, es decir, lanzar todas las pelotas que puedas como equipo al campo rival. Cuando acabe el tiempo ganará el equipo que menos pelotas tenga en su lado de la pista.

Con esta actividad se trabajan los giros, los desplazamientos y sobre todo los lanzamientos.

ACTIVIDAD 2: TIBURÓN

Para este ejercicio repetiremos la dinámica del primer día de clase, pero esta vez con los conocimientos sobre desplazamientos en el agua más asentados.

Con estas dos sencillas actividades pretendo que disfruten de la última sesión de “Como pez en el agua”, a la vez que acabar de asentar las habilidades motrices de desplazamientos, giros y lanzamientos que me propuse trabajar al inicio del trabajo.

Terminaremos la sesión con un aseo individual y personal de cada alumno, por lo que tendrán que traer su propia mochila con toalla, gel, chanclas y ropa de cambio. Tras el aseo se volverá al centro escolar. Una vez allí, habrá un tiempo de entre cinco y diez minutos, para responder a la autoevaluación grupal que se les propone en el apartado siguiente: Técnicas e Instrumentos de Evaluación.

8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Se define la evaluación como el proceso por el cual valoramos si los alumnos están consiguiendo los objetivos que nos hemos marcado, y si están desarrollando las competencias clave. La evaluación de los procesos del alumnado será continua, global y cualitativa, y tendrá en cuenta su progreso en el conjunto de las áreas (Real Decreto 126/2014, del 28 de febrero y Decreto 26/2016, del 21 de julio).

La evaluación se hará de tres formas:

- **Individual:** con una lista de control en la que aparecerá si se cumple o no el estándar oportuno (40%).
- **Grupal:** con una escala de valoración en la que aparecerá del uno al cuatro (1 – 4), el grado de cumplimiento del estándar oportuno (30%). El significado de cada número será de la siguiente manera:
 - 1: mal
 - 2: regular
 - 3: bien
 - 4: muy bien
- **Autoevaluación:** la nota de todo el proceso que se ha puesto cada grupo en la última sesión al hablar con el profesor. Habrá una escala de autoevaluación, pero en vez de para los estándares de aprendizaje, para los aspectos de: trabajo, comportamiento y tolerancia entre los compañeros (10%).

Además de estos tres instrumentos, habrá un diario de campo en el cual el docente irá anotando los detalles que se aprecien de cada alumno en el día a día de la Unidad Didáctica (20%).

LISTA DE CONTROL INDIVIDUAL

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	SÍ	NO
1.1. Adapta el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)		
1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)		
1.3. Aplica habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)		
2.1. Ejecuta los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)		
2.2. Ejecuta los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)		
2.3. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)		
2.4. Controla el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)		
3.1. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)		
4.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)		
4.2. Acepta y cumple las normas de juego (B4. 6.4.)		
5.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)		

ESCALA DE VALORACIÓN GRUPAL

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	1 Mal	2 Regular	3 Bien	4 Muy bien
1.1. Adaptan el desplazamiento al espacio – tiempo en un medio acuático (B2. 1.1)				
1.2. Resuelven problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas (B2. 1.2.)				
1.3. Aplican habilidades motrices de giro en un medio acuático (B2. 1.5)				
2.1. Ejecutan los desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.1.)				
2.2. Ejecutan los giros realizando correctamente gestos técnicos en un medio acuático (B3. 1.3.)				
2.3. Ejecutan lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos en un medio acuático (B3. 1.4.)				
2.4. Controlan el equilibrio corporal en situaciones desarrolladas en un medio acuático (B3. 1.5.)				
3.1. Realizan combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio – temporales en un medio acuático (B3. 3.1.)				

4.1. Aceptan formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de los juegos (B4. 6.3.)				
4.2. Aceptan y cumplen las normas de juego (B4. 6.4.)				
5.1. Demuestran interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo) (B6. 1.1.)				

ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN

ASPECTOS POR EVALUAR	1 Mal	2 Regular	3 Bien	4 Muy bien
Trabajo				
Comportamiento				
Tolerancia entre los compañeros				

9. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

Las competencias se definen como un “saber hacer” que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales. Son aquellas que todas las personas precisan para su desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo (Real Decreto 126/2014, del 28 de febrero y Decreto 26/2016, del 21 de julio).

La implantación de la Ley Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre, modificó las ocho competencias básicas del currículo por las siguientes siete competencias clave:

- Comunicación lingüística (CL)
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)
- Competencia digital (CD)
- Aprender a aprender (AA)
- Competencias sociales y cívicas (CSC)
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE)
- Conciencia y expresiones culturales (CEC)

Debemos centrarnos en todas y cada una de estas competencias para que el desarrollo del alumno sea integral; sin embargo, en mi Unidad Didáctica me centraré en algunas más que en otras en relación con los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje que voy a utilizar, en concreto en las competencias de: Aprender a Aprender, Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor y en las Competencias Sociales y Cívicas.

Dentro de estas tres competencias concretaré el aprendizaje algo más:

- Aprender a Aprender (AA):
 - Conocimientos sobre distintas estrategias posibles para afrontar tareas.
 - Sentirse protagonista del proceso y del resultado de su aprendizaje.
- Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE):
 - Capacidad de adaptación al cambio y resolución de problemas.
 - Tener autoconocimiento y autoestima.
- Competencias Sociales y Cívicas (CSC):
 - Respetar los derechos humanos.
 - Participar en la toma de decisiones democráticas a todos los niveles.

Para conseguir estas que estas competencias se cumplan, el aprendizaje que pretendo que realicen mis alumnos será global y transversal, es decir, pretendo que no estén centrados en una sola tarea, sino que ese ejercicio les despierte emociones que atiendan a estas competencias. Un ejemplo sería el del juego “No te dejes ninguna”, en el cual los alumnos interactúan entre ellos, trabajan en equipo y tienen un objetivo común para el que deben comunicarse y ser todos partícipes de la actividad, así como individualmente trabajar para el éxito del grupo al completo.

En definitiva, me decanto por que aprendan haciendo y pensando, que trabajen la Educación Física desde una totalidad de cuerpo y mente, y adquieran todas las competencias que sean posibles.

10. ELEMENTOS TRANSVERSALES

Los elementos transversales, tal y como aparecen en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, son aquellos los cuales se van a trabajar desde todas las áreas de cada etapa. Estos elementos son:

- Prevención para la violencia de género
- Trabajar la inclusión educativa
- Fomentar la igualdad entre hombres y mujeres
- Fomentar la resolución pacífica de conflictos
- Desarrollar el espíritu emprendedor de los alumnos
- Promover acciones para la mejora de la convivencia

Con estos elementos, la Educación es capaz de llegar al lado más personal y no tan académico de la enseñanza en valores. Posibilita tener en cuenta todo lo que nos permite ser personas y de la misma manera, trabajar la empatía, la afectividad o la autoestima entre otras.