



**FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

**TRABAJO DE FIN DE GRADO
MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y EL JUEGO COOPERATIVO COMO MEDIO DE DESARROLLO DE APRENDIZAJES. INTERVENCIÓN PARA 4º DE PRIMARIA

**AUTOR: GERMÁN PORRAS PÉREZ
TUTOR ACADÉMICO: GUSTAVO GONZALEZ CALVO**

Resumen

Este Trabajo de Fin de Grado presenta una intervención pedagógica para el área curricular de Educación Física en el nivel de Educación Primaria, a través de la iniciación deportiva y los juegos cooperativos. Tras una contextualización teórica sobre la utilidad didáctica de la cooperación en los juegos deportivos, se ofrece una Programación Didáctica con sesiones concretas para 4º curso de Primaria. La idea básica de esta intervención es desarrollar no sólo las habilidades motrices adaptadas a dicho nivel, sino también valores como la empatía, la colaboración, y el trabajo en equipo.

Palabras clave

Educación Primaria, Educación Física, Iniciación deportiva, Juegos cooperativos, Trabajo en equipo

Abstract

This Final Degree Project includes a pedagogical intervention for the Physical Education area at in Primary Education stage, through introduction to sports and cooperative games. First, a theoretical contextualization on the educational value of cooperation in sports games is presented. In the second part, a didactic planning for 4th Grade of Primary Education is offered. The main idea of this intervention is not only to develop motor skills adapted to this level, but also moral values such as empathy, cooperation and teamwork.

Keywords

Primary Education, Physical Education, Sports introduction, Cooperative games, Teamwork

ÍNDICE

I.	JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS	4
II.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
1.	Educación física, deporte y juego	6
2.	Iniciación deportiva	10
3.	Métodos de enseñanza en la iniciación deportiva	12
4.	El aprendizaje y los juegos cooperativos 13	
	4.1 <i>El juego como recurso didáctico</i>	13
	4.2 <i>Participación activa y juegos cooperativos</i>	14
	4.3 <i>Ventajas y desventajas del aprendizaje cooperativo</i>	17
III.	PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	18
1.	Introducción y marco legislativo	18
2.	Contextualización y características del centro	21
	2.1 <i>El centro educativo</i>	21
	2.2 <i>Destinatarios de la intervención y contexto socioeconómico</i>	22
	2.3 <i>Aspectos psicoevolutivos</i>	22
3.	Presentación y temporalización	23
4.	Objetivos	23
5.	Contenidos	25
6.	Metodología	27
7.	Criterios de evaluación	28
8.	Atención a la diversidad	30
IV.	UNIDADES DIDÁCTICAS	31
1.	Unidad Didáctica I: Juegos cooperativos	32
2.	Unidad Didáctica II: Iniciación deportiva	42
V.	CONCLUSIONES	48
VI.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	50
VII.	ANEXO	55

I. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS

Resulta esencial, especialmente en las primeras etapas de la vida, trabajar y desarrollar una serie de habilidades motrices fundamentales e imprescindibles para la formación integral de las personas. La iniciación deportiva es, dentro de la Educación Física (E.F.), un medio adecuado para trabajar y desarrollar distintos aprendizajes y valores primordiales en la formación de los alumnos/as de Educación Primaria.

En muchas ocasiones encontramos discusiones y enfrentamientos en el transcurso de la clase de Educación Física, siendo el ambiente menos propio para desarrollarla adecuadamente, un ambiente de trabajo adecuado sería un aula donde los niños se sintiesen arropados, protegidos y en confianza. Probablemente estas desavenencias provengan de rivalidades entre los alumnos, pues en un ámbito como es la Educación Física aparecen sentimientos de competencia. Sin embargo, el propio concepto habla de educación y por lo tanto se ha de intentar modificar ese ambiente competitivo e individualista y tratar de convertirlo en un ambiente en el que se sobrepongan los juegos y el trabajo cooperativo. En esta línea, el Currículo de Educación Primaria de la Comunidad de Castilla y León hace hincapié en que las actividades en la escuela deben ser entendidas como “manifestaciones culturales y sociales en las que prevalezcan relaciones interpersonal bañadas en solidaridad, cooperación, respeto a las normas y a los demás”(Orden EDU/519/2014, de 17 de junio).

La educación física es un eje transversal que enriquece al niño y favorece su desarrollo físico y emocional, sus beneficios en la escuela son muy amplios. Para mermar las diferencias y ese estado competitivo expuesto anteriormente, la mayoría de las veces no es suficiente hacerlo explícito y mostrar la solución de manera teórica, ya que la mejor manera de aprender es implicarse en la tarea o actividad. En el caso de niños en un contexto escolar, a pesar de que el juego haya sido limitado a momentos recreativos, son numerosos los estudios y profesionales que consideran que es una de las mejores maneras de aprender. En Educación Física, el juego ocupa un lugar relevante en el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta materia. Sin embargo, en el presente estudio quiero ir más allá y embarcarme en los juegos cooperativos, no solo

como modo de enseñanza-aprendizaje sino también como mecanismo para mermar los conflictos existentes entre el alumnado.

De manera que, la iniciación en habilidades motrices para la práctica deportiva, que comentábamos al principio del apartado, debe hacerse a partir de los juegos cooperativos ya que no solo permiten el desarrollo de tales habilidades sino que fomentan también valores como la colaboración, el trabajo en equipo, la ayuda mutua, la resolución de conflictos, la autoestima, la responsabilidad individual, entre otros (Carralero, 2006). En definitiva, contribuyen al desarrollo integral del alumnado.

Es importante hacer notar que, aunque dentro de la docencia se reconoce los beneficios de los juegos cooperativos sobre los competitivos, las actividades de competencia siguen siendo las más predominantes dentro de las clases de Educación Física. De hecho, algunos autores han señalado la importancia de desarrollar repertorios de juegos no competitivos en esta área curricular como alternativa a dicha predominancia (Sánchez y Hernández, 2001). Este Trabajo de fin de Grado tiene como objetivos:

1. Ofrecer una contextualización teórica sobre la importancia de la Educación Física en la Educación Primaria, así como sobre la iniciación deportiva en la escuela y la potencialidad didáctica de los juegos no competitivos.
2. Presentar una programación didáctica básica donde se conozca y valore el deporte y la actividad física como vía de disfrute de sus posibilidades motrices, con desarrollo en sesiones a lo largo de un trimestre.
3. Utilizar y entrenar las capacidades físicas de los alumnos y sus habilidades motrices para adaptar los movimientos y acciones a una determinada actividad física.
4. Estimular la participación en diferentes actividades y juegos deportivos que establezcan relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes; se fomente las iniciativas individuales y las actitudes de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas del deporte.

Para lograrlo, se plantea el desarrollo de varias Unidades Didácticas , cada una de ellas con una temática y sesiones diferentes. A través de estas unidades se pretende iniciar al alumno en el mundo físico mediante diferentes juegos cooperativos, pero

además, se tratara de implementar conocimientos básicos del esquema corporal y de la capacidad motriz, implicados ambos en la realización de actividades físicas.

De esta forma, se rompe con una serie de tópicos existentes sobre la pedagogía deportiva que considera que sólo es una actividad lúdica, de ocio y tiempo libre, carentes de propuestas metodológicas y en las que no se considera necesario trabajar contenidos o desarrollar algún tipo de aprendizaje. Este proyecto supone que existe una relación directa entre la Educación Física y el deporte y que por tanto el currículo de Educación Primaria debe manifestar estrategias y metodologías válidas para conseguir un proceso adecuado de formación, aprendizaje y enseñanza en el área de Educación Física que fomente no sólo el dominio de la motricidad sino también los valores para convivir en sociedad.

Este trabajo quiere reflejar los conocimientos adquiridos durante la formación docente y el alcance de los objetivos y competencias que se enmarcan dentro de la normativa de educación y memoria del plan de estudios del título de Grado Maestro/a en Educación Primaria de la Universidad de Valladolid, además de incentivar a una mayor investigación sobre la iniciación física en la escuela y sus implicaciones para la etapa de Primaria.

II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1. Educación física, deporte y juego

A lo largo de la historia de la humanidad, el hombre ha ido desarrollando sus prácticas corporales y motrices a través de expresiones y finalidades diversas constituyendo así una cultura de lo corporal y lo motriz, adaptada a las necesidades, intereses y requerimientos tanto sociales como personales. En este sentido, se podría decir que se ha ido amoldando y ha ido aprendiendo diferentes movimientos corporales y cuya enseñanza y aprendizaje debe ser un aspecto presente en nuestra educación. Es por ello, por lo que nos encaminamos en el mundo de la “educación de lo físico”.

Siedentop y Tannehill (2000) consideran que: *“la EF debería entusiasmar al alumnado, implicarle en actividades que le resulten significativas y le emocionen y, finalmente, ayudarle a desarrollar compromisos duraderos (de toda la vida) con estilos de vida físicamente activos”* (p. 130). Por su parte, López de la Nieta (2011) plantea como objetivo principal de la Educación física, el aprendizaje y la adquisición de hábitos que le permitan al alumnado practicar actividades físicas, controlar y dominar la motricidad, trabajando el cuerpo, pero promoviendo de la misma manera un desarrollo integro de la persona.

En ocasiones, la Educación Física utiliza el deporte como medio para aprender contenidos de educación básica tales como superar retos, lograr coordinaciones gruesas y finas, controlar motricidad y propiciar sentido de cooperación entre otros. Sin embargo esto puede conllevar a la confusión de ambos términos, suponiendo así un obstáculo en la profesionalidad de las actividades propuestas para cada ámbito. Por lo tanto, una vez conocido el término “Educación Física”, trataremos de estudiar el concepto “Deporte”.

El deporte puede ser conceptualizado como una herramienta o solución para muchos de los problemas y desafíos que presentan las sociedades modernas, pues es considerado como una experiencia capaz de disminuir la presión negativa y el estrés. Sin embargo, la descripción más habitual suele hacer referencia a la actividad motriz y recreativa, desarrollada al aire libre. A ello, se le añade una actividad social, gracias a la cual se facilita la cooperación, la creación de sentimientos de pertenencia y se fomenta la autoestima de quienes lo practican (Osterlind & Wright, 2014).

Khan et al. (2012) definen el deporte como un subconjunto de ejercicios que pueden llevarse a cabo individualmente o tomando parte de un equipo y en el cual sus participante se adhieren a un conjunto común de reglas o expectativas conformado al mismo tiempo un objetivo definido y común. Y según la Real Academia Española (2015) el término de deporte alude a *“la actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas”*.

Muñoz (2004) entiende el deporte como un medio en que sea posible una educación integral y un desarrollo cognitivo pariendo del aprendizaje intelectual de una

actividad concreta. A partir del deporte se pretende promover tanto el desarrollo motriz (movimientos simples y/o complejos) así como el desarrollo socio-emocional (reglas éticas, de convivencia, cooperación, etc.).

De manera que, se puede observar que la Educación Física y el deporte manifiestan un gran potencial para el desarrollo de valores físicos, sociales y personales, aumentando de esta forma su relevancia como elemento pedagógico y formativo. No obstante, la Educación Física tiende tanto a consolidar una base motriz adecuada al desarrollo y maduración del alumno como a enseñar habilidades abiertas y formas de interacción variadas. El deporte puede también trabajar en esas cuestiones, sin embargo suele estar más enfocado a preocuparse por ciertos aspectos característicos de una actividad más concreta.

Tal y como he podido observar, son muchas las definiciones que entrelazan deporte y juego, por lo que, al menos en el ámbito físico educativo, convendría distinguir entre deporte y juego.

La actividad lúdica (Vivas y Guevara, 2003) contribuye al desarrollo físico y social del niño, facilita su desarrollo motor e intelectual y mejora su capacidad de concentración, percepción y memoria, por lo que constituye un pilar básico para su educación. Siguiendo la misma línea, desde el ámbito psicológico los juegos median en la formación del carácter del preadolescente, ya que le enseñan a tomar decisiones, luchar por sus metas y propósitos, aceptar la derrota o lograr el éxito con respeto y espíritu de decisión.

García, Gil & Pastor (2006) considera que el juego y el deporte ofrecen al individuo una serie de valores y actitudes que promueven el desarrollo en diferentes ámbitos de dicho sujeto, sin embargo, Cruz, Fernández y González (2007) establecen como diferencia entre el juego y el deporte, que el primero es propio de la especie animal, por lo tanto es algo innato y además presenta un carácter lúdico mientras que el segundo es exclusivamente del ser humano y además de nacer con carácter lúdico conlleva asociadas unas reglas más estrictas, con mayor carácter competitivo, institucionalizado y mayor complejidad en movimientos motrices. Para profundizar más en el tema, Blanchard y Cheska (1986) se plantean si es el ocio o el trabajo lo que

caracteriza el deporte y de ahí se establece una relación causal entre el juego, no juego, trabajo y ocio

La cultura del movimiento corporal (la gimnasia, el deporte, el juego, la expresión corporal, las actividades corporales y motrices en la naturaleza y otras), están inmersas en la práctica social y educativa en el marco de la Educación Física. Hedges (2013) estudia los movimientos corporales de los niños mientras participan en diversos juegos, observando diferentes tipos de acciones que indican la existencia de confianza y permiso entre los participantes. Sin embargo, aparece un dilema entre el juego y el deporte. Blanchard y Cheska (1986) considera que en Educación Física los alumnos en ocasiones perciben el ejercicio físico como una forma de trabajo o esfuerzo, mientras que otras veces lo entienden como un juego. La ambigüedad de la clase de Educación Física se ve aún en los diseños curriculares. Apunta al dominio del aspecto físico por parte del niño, poniendo al mismo nivel el “juego”, el “deporte” y las actividades de “gimnasia”.

Muñoz (2004) resalta varias características educativas del deporte entre las que nos podemos encontrar un conocimiento y dominio del mundo que le rodea y del propio cuerpo del jugador lo cual integraría el desarrollo del juego; la aceptación de otros miembros; la liberación de ansiedades mediante esta práctica; o como factor motivador, entre otras.

De la misma manera, Pinheiro & Sequeira (2013) señala que la práctica deportiva infunde valores sobre la salud, por que promueve el cuidado de uno mismo para encontrarse mejor; la cooperación que es vital para poder alcanzar objetivos y metas en sociedad; el respeto hacia uno mismo y los demás; la amistad ya que el deporte hace amigos y une a las personas; la multiculturalidad porque incita a conocer diferentes juegos y deportes de otras culturas; la motivación y el aprendizaje de la derrota para afrontar los retos con mayor conocimiento.

Por tanto, se puede observar el acuerdo de muchos autores en que en la Educación Física se pueden distinguir dos claras dimensiones: juego y deporte, y que

esta última presenta también un carácter pedagógico ya que su objetivo primordial es el de transmitir al alumnado que la práctica deportiva va mas allá de la actividad de alta competición o de la simple actividad recreativa otorgándole así al deportista la capacidad de comprender y movilizar sus habilidades y que con ello pueda ser capaz de organizar y configurar su propia personalidad.

2. Iniciación deportiva

Hasta el momento se han reflejado las diferentes acepciones de la Educación Física, del deporte y del juego, así como las diferencias y avenencias existentes entre estos conceptos. Ahora bien, la condición indispensable para acercarse y profundizar en este mundo físico es tener una primera toma de contacto con él y tratar de mantenerlo.

Iniciarse en el deporte requiere una capacidad funcional por parte del sujeto que le permita desarrollar la actividad deportiva en una situación real. Todos los deportes presentan una técnica y una táctica, así como una serie de reglas que hacen posible su desarrollo. Los dos elementos primeros se adquieren y se perfeccionan a lo largo de un proceso de inmersión en el deporte concreto y de enseñanza-aprendizaje. Por ello, es de especial relevancia conocer los aspectos teóricos del deporte, pero también las habilidades con las que cuenta el sujeto al iniciarse en él y las habilidades motrices que debe adquirir, si no las tiene, con el fin de que sea posible el desarrollo de la capacidad de ejecución de tal deporte (Prieto, 2011). La iniciación deportiva es recreativa y le permite al estudiante entretenerse desinhibirse y cubrirse de espontaneidad, beneficiando al desarrollo del individuo y favoreciendo la interiorización de un conjunto de valores éticos vinculados a la formación deportiva.

La iniciación deportiva juega un papel fundamental en la vida de un niño, pues se trata de la toma de contacto con una actividad física concreta en la cual se respetan las características psicológicas físicas y pedagógicas para el desarrollo global. (Granados, 2011).

Habitualmente, se recomienda una secuenciación para la iniciación deportiva desde la estructura y dinámica de los deportes cuando se aplica a un grupo. Teniendo en cuenta el grado de complejidad resultante de los parámetros que componen la estructura

de una especialidad deportiva concreta, proponemos las fases propuestas por González et al. (2009).

1. Orientada a perfeccionar el desarrollo motor genérico, para que sirva de base en las siguientes bases. Entre sus actividades podríamos encontrar pasar un objeto, tirar, etc.
2. Se presentan los elementos específicos de un deporte, y se orienta al individuo hacia la práctica de movimientos técnico-tácticos de tal deporte. Es decir, las situaciones motrices manifestarían un mismo objetivo prioritario, y condiciones diferentes del espacio y comunicación (por ejemplo llevar el móvil a la meta en voleibol, baloncesto, etc.).
3. Se pretende consolidar aprendizajes ya asimilados en fases anteriores y perfeccionar los movimientos técnico-tácticos específicos. Se podría decir que esta fase está orientada a la preparación de la especialización deportiva. Entre sus ejemplos encontramos llevar el móvil a la meta en hockey, fútbol, etc.
4. En esta etapa culminaría el proceso de iniciación deportiva y comenzaría otra etapa destinada a la especialización y al alto rendimiento.

Castro y López (2004); Giménez y Rodríguez (2006); y Valero (2005) consideran que la Educación Física, inmersa en el periodo de Educación Primaria, promueve la iniciación deportiva, pues permite un proceso de aprendizaje de habilidades necesarias para adentrarse en la práctica uno o varios deportes. En estas edades los niños están sometidos a un proceso de desarrollo corporal e intelectual y el hecho de practicar un deporte permite fomentar su condición física de forma saludable, adquirir conocimientos reglamentarios del deporte a practicar, aprender a ejecutar sus técnicas o interpretar las comunicaciones motrices emitidas por otros participantes. Sin embargo, cuando se utiliza el término de “iniciación” nos estamos refiriendo principalmente a la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un determinado deporte desde que se toma por primera vez contacto con el hasta que se consigue adquirir los patrones básicos que permiten la ejecución eficaz de sus técnicas. El aprendizaje de tales capacidades motrices, en estas edades, conviene hacerlo de forma lúdica la cual favorezca una actitud positiva hacia esa actividad deportiva y promueva una verdadera educación de valores. Es decir, se pretende así, hacer referencia a los términos “Educación Física” e “Iniciación Deportiva” de una forma íntegra.

3. Métodos de enseñanza en la iniciación deportiva

Devis y Sánchez (1996), proponen varios modelos de enseñanza. Y Harris & Leggett (2015), junto con los autores anteriores, se sumergen en el juego y el deporte, haciendo referencia a los juegos deportivos y de equipo y sobre todo a la metodología que se emplea para llegar a ellos. Por ello, cabe citar brevemente los dos tipos de metodología que proponen. Por una parte, se encuentran los *modelos verticales* de la enseñanza centrada en el juego que asumen una forma tradicional de abordar la iniciación deportiva, partiendo del juego y deporte que se pretende aprender/ enseñar. Por otro lado, nos encontraríamos los *modelos horizontales*, dentro de los que se distinguen los modelos estructurales y el comprensivo, ofreciendo ambos múltiples posibilidades de influencia y enriquecimiento mutuo. Los modelos verticales son más propios de las federaciones deportivas o centros educativos, mientras que los horizontales encajan mas con los intereses educativos de las escuelas deportivas y la Educación Física, porque prefieren una iniciación común y polivalente sin intereses claro en el rendimiento deportivo.

En esa línea, para Castro y López (2004) sería recomendable comenzar con una metodología en la que se traten de enseñar los aspectos técnicos-tácticos individuales y colectivos básicos de los deportes, a lo que seguiría una enseñanza vertical hasta llegar al deporte estándar y continuar con una transferencia horizontal tratando de alcanzar una práctica de diferentes juegos deportivos. Esta teoría convierte el juego en un recurso fundamental para la comprensión de la táctica de los alumnos inmersos en un deporte. Por lo tanto se trata de un modelo flexible que adapta el contenido a los alumnos y se modifica de forma que garantice un aprendizaje polivalente para que ellos mismos desarrollen la resolución de problemas, la comprensión conceptual de la táctica y progresen en habilidades motrices y sociales. (Valero, 2005). En conclusión, se trata de modelo que tiene como prioridad la búsqueda de aprendizaje motor para mejorar la condición física y las habilidades motrices pero no para exigir en términos de rendimiento competitivo.

Por el contrario, el modelo tradicional se concentra en desarrollar la técnica y su aprendizaje a través de una instrucción directa (Valero, 2005). Este modelo tiene como

objetivo el rendimiento y el dominio de habilidades donde la norma y la toma de decisiones se imponen por el profesor y el niño solo debe adaptarse al contenido.

En definitiva, en la enseñanza deportiva no solo se alude a las capacidades motrices, sino que se pretende que el alumnado se sumerja en la práctica de uno varios deportes y en sus valores pues se trata de un proceso didáctico en el que se debe preservar el valor educativo de este y en el que debe mantenerse el compañerismo, el espíritu de lucha pero también el de saber ganar y perder (Pinheiro& Sequeira, 2013). El deporte es educativo y al mismo tiempo recreativo, por ello debe llevar consigo un proceso de socialización, en el que todos los niños respeten las normas y se respeten entre ellos. Se trata de un proceso en el que, como ya habíamos comentado, se pretenden conseguir una serie de actitudes, habilidades y destrezas no solo para el desarrollo del deporte en cuestión sino también para el desarrollo motor, social e intelectual del niño.

4. El aprendizaje y los juegos cooperativos

4.1 El juego como recurso didáctico

De acuerdo a lo anterior, se puede entender que el juego es una actividad vital e indispensable para el desarrollo humano, especialmente en la etapa de la infancia, que contribuye al desarrollo psicomotriz, intelectual, afectivo, emocional y social. (Garaigordobil, 2007). La importancia presentar el juego como un recurso didáctico, y tal y como presenta Chacón (2007), radica en que no se debe enfatizar en el aprendizaje memorístico de hechos o conceptos, sino en la creación de un entorno que estimule a alumnos y alumnas a construir su propio conocimiento y elaborar su propio sentido y dentro del cual el profesorado pueda conducir al alumno progresivamente hacia niveles superiores de independencia, autonomía y capacidad para aprender, en un contexto de colaboración y sentido comunitario que debe respaldar y acentuar siempre todas las adquisiciones.

En ambientes educativos, tal y como postula Duarte (2003) se trata de incorporar la lúdica en dichos ambientes, pues da lugar a los procesos de construcción de identidad y pertenencia cognitiva, opción que se sustenta desde el reconocimiento de que lo lúdico

también reside en el lenguaje y atraviesa los procesos educativos constituyéndose en medio y fuente que permite relacionar pensamientos para producir pensamientos nuevos.

Balakrishnan, Rengasamy&Salleh, (2011) consideran que los juegos son uno de los componentes importantes en el programa de Educación Física ya que el 65% del tiempo de permanencia en la Educación Física está asignado a los juegos de enseñanza y aprendizaje. El propósito de los juegos de enseñanza en la Educación Física es para mejorar el rendimiento, su disfrute y la participación en tales juegos, que les conducirá a un mejor estilo de vida saludable. La implementación de juegos en la etapa escolar presenta un gran interés para el fomento de las conductas que favorezcan el cuidado personal y familiar. Por ello, las condiciones ideales para implantar juegos en la escuela se presentan en los niños de 7 a 12 años de edad por su actividad incansable y su espíritu emprendedor y creativo, y ello es lo que permite la concentración y atención de los alumnos en todo lo que se relaciona con su contexto social, en resumen, se favorece la característica educativa del juego (Vivas y Guevara, 2003).

Por este motivo, resulta sustancial que toda programación didáctica encaminada a cubrir unos objetivos dentro del área de la Educación Física incluya juegos como mecanismo mediador en el proceso de enseñanza-aprendizaje, es decir, incorpore juegos didácticos idóneos para avivar la formación del alumno.

4.2 Participación activa y juegos cooperativos

En la década de los 70, dada la escasa motivación del alumnado y competencia insuficiente para resolver situaciones reales del juego, incrementando así el abandono de aquellos estudiantes menos habilidosos, muchos autores propusieron como solución convertir a los estudiantes en protagonistas de la enseñanza y promover su implicación cognitiva en la resolución de problemas tácticos y la intervención de juegos (Balakrishnan et al. (2011);Devís, Navarro y Sánchez (2014)). El éxito se garantiza si se promueve una participación activa de todos los estudiantes y se adquiere una perspectiva en la que el juego no solo sea mejorar el rendimiento sino la recreación (Omeñaca, Puyuelo y Ruiz, 2001).

En este apartado se considera oportuno hacer mención al modelo de enseñanza Teaching Games for Understanding por su popularidad, sin embargo no se ha tenido en cuenta de forma significativa en el diseño de las actividades de este TFG ya que resulta excesivamente complicado para el profesorado debido a varias razones. Una de las más significativas y de acuerdo con el autor: estas dificultades se encuentra la exigencia de un amplio conocimiento específico sobre los deportes enseñados que el profesorado no siempre dispone. A su vez, esto limita a la hora de analizar situaciones de juego, elaborar preguntas acordes a los problemas tácticos, proporcionar feedback de naturaleza táctica y diseñar y modificar juegos para incidir sobre los principios tácticos (Díaz & Hernández, 2013).

Desde una perspectiva personal, Uno de los problemas que he observado de este modelo de enseñanza es la focalización existente en la resolución de problemas tácticos , el objetivo no es el planteamiento del problema concreto sino saber resolverlo y en menor medida si este se trata de componente táctico, ya que no se considera que cognitivamente el alumnado debe tener la capacidad para resolverlo, así como el profesor poseer y manejar las herramientas didácticas necesarias para plantear dicho problema y que el alumno sea capaz de resolverlo en un deporte concreto .Por otra partes los recursos materiales no serian los específicos y adecuados ,tampoco los necesidades educativas lo requieren. Por ello de acuerdo con este autor no considero adecuada la incorporación de este modelo a una programación didáctica.

Dada la gran diversidad de juego que existe, en el presente trabajo se hace hincapié especialmente en los juegos cooperativos ya que son juegos caracterizados porque nadie pierde y así se elimina el miedo al fracaso y se reafirma la confianza en la persona y en su aceptación. Muchos docentes tienden a utilizar juegos cooperativos para resaltar los aspectos positivos en el alumnado (Pedraza y López, 2015). Este tipo de juego se apoya en la idea de proporcionar intercambios de experiencias, nuevos estímulos, existo y diversión. Los seres humanos somos diferentes, Monereo& Duran (2002) reflejan que la sociedad es diversa, por lo que el propio ámbito educativo ha de asumir las identidades como procesos abiertos, que deben servir para enriquecer a aquellos otros colectivos con los que comparten el espacio. Polvi y Telama (2000: 12) afirmaron que:

Empezar con la cooperación en Educación Primaria ayudaría, al alumno en particular y al aula en general, a crear una base adecuada y a prevenir los problemas que se podrían producir en edades posteriores, como problemas de socialización o de compartición.

El trabajo cooperativo educa a los niños en base al respeto y la tolerancia, les enseña a mantener unas relaciones sanas con el medio al que pertenece. Por se podría decir que el aprendizaje cooperativo influye en el carácter del niño y del futuro adulto. Esto se ve confirmado en las ideas de García, Traver & Candela (2001), dado que determinaron que trabajar de forma cooperativa favorece a los individuos en diferentes aspectos: a nivel cognitivo, afectivo, social o moral; contribuyendo así el desarrollo de su persona e influyendo de manera positiva en ellos mismos y en el resto de la sociedad.

Por lo tanto, se puede concluir que los juegos cooperativos se englobarían dentro de los juegos didácticos. Por consiguiente, los docentes de Educación Física deben organizar y planificar el proceso de enseñanza-aprendizaje mediante el uso de una programación didáctica, en la cual se exponga de manera significativa la importancia de incorporar los juegos cooperativos como recurso pedagógico, los conocimientos que estos proporcionan y las tareas, actividades y recursos necesarios para su puesta en práctica. En definitiva se trata de un conjunto de aspectos que otorgan una visión más clara del proceso de enseñanza y que permite analizar de mejor modo los resultados a medida que estos se obtengan.

La metodología activa y cooperativa pretende reforzar la responsabilidad individual con el objetivo de que cada alumno se esfuerce en beneficiar al grupo y por lo tanto trate de contribuir trabajando lo mejor posible y evitando escudarse en los esfuerzos de los demás (Velázquez, 2004). De manera que, tal y como reflejan Garaigordobil (2007) y Velázquez (2004), este tipo de juegos suscitan el incremento del liderazgo, la jovialidad, la consideración con los demás, el respeto y autocontrol; disminuyen la conducta agresivas, antisocial, el retraimiento y la ansiedad; fomenta estrategias favorables para la resolución de situaciones sociales problemáticas; mejora las relaciones dentro del grupo enviando mensajes positivos hacia los compañeros; impulsa las relaciones de aceptación y mejora del autoconcepto; permite estabilidad emocional y aumento de la inteligencia verbal, así como, de la creatividad. Además de

incrementar los niveles de condición física, motivación hacia la actividad motriz, también mejora del comportamiento en las clases y promoción del aprendizaje motor.

4.3 Ventajas y desventajas del aprendizaje cooperativo

Igualmente, los juegos cooperativos eliminan el miedo a fallar y fracasar, ya que su objetivo no es ganar, y aseguran la confianza de los jugadores en sí mismos, como personas aceptables y dignas, promoviendo el desarrollo armónico de la personalidad. Garaigordobil (2007) considera que los beneficios del aprendizaje a través del empleo de juegos cooperativos se hacen visibles tanto en el desarrollo social-emocional como en el cognitivo. El aprendizaje cooperativo lleva consigo unas ventajas e inconvenientes, que resulta relevante plasmar (Tabla 1):

Tabla 1. Ventajas y desventajas del aprendizaje cooperativo.

Fuente: Elaboración propia a partir de Morales (2006); Moreno y García (2008); y Pujolàs (2009).

VENTAJAS Y DESVENTAJAS DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	
VENTAJAS	DESVENTAJAS
Aprendizaje de los iguales	Ostracismo de los estudiantes que prefieren el trabajo individual o tienen un nivel más alto de competencia.
Motivación del alumnado	Tiempo de aprendizaje muy largo.
Desarrollo de autonomía para el aprendizaje	Dificultad para alcanzar los objetivos curriculares.
Oportunidad de practicar conductas pro sociales	Exige mayor trabajo y preparación docente.
Prevención de desajustes en el comportamiento cívico social.	Puede conllevar a un monopolio de participación.
Ampliación de puntos de vista sobre los problemas.	Dificultad para crear contexto de aprendizaje cooperativo
Atracción interpersonal y fomento de interdependencia entre alumnos.	Metodología difícil de controlar en el aula.
Mejora en la comunicación entre los miembros.	Puede generar anarquía y desacato de normas.

Justa distribución del poder de formación.	Excesiva diferencia de competencias.
--------------------------------------------	--------------------------------------

En definitiva, se pretende incentivar la Educación Física creando un ambiente en el que prime la cooperación entre los alumnos y en el que no existan ganadores o perdedores. Para ello, se emplean actividades planificadas conociendo sus respectivas reglamentaciones y situaciones de puesta en marcha, el contexto requerido para su desarrollo y los jugadores, espacio, material y tiempo necesario. Por último, cabe destacar la función del docente en la realización de este tipo de juegos, pues posee un papel relevante especialmente a la hora de relajar el ambiente, buscar la participación activa de los alumnos o concederles la oportunidad de tomar decisiones o regular conflictos.

III. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

1. Introducción y marco legislativo

La Educación Física es un área con grandes implicaciones pedagógicas ya que aborda diversas áreas: funcional, estructural, cognitiva, emocional, social, etc. La Educación Física va más allá del simple movimiento, se habla pues de motricidad ya que este término haría referencia no solo al movimiento que la persona hace sino también a su personalidad y relación con los demás. Hoy en día, todavía nos encontramos con formación convencional en la que se trata de separar mente y cuerpo y limitar la Educación Física al cuerpo, sin embargo debemos reivindicar el valor que tiene atender a ambos aspectos dando lugar a una formación integral del alumno (González-Correa, A.I. y González-Correa, C.H., 2010). En esta línea, resulta interesante plasmar como materias y competencias educativas que pueden estar encaminadas al desarrollo cognitivo de los alumnos puedan tener cierta contribución y beneficios en el campo físico. Tal es así que se ha considerado oportuno plasmar una serie de competencias básicas y su aportación en el desarrollo de la Educación Física (Tabla 2):

Tabla 2. Competencias básicas y su contribución en el ámbito de la Educación Física
Fuente: Real Decreto 126/2014 y elaboración propia

Competencias básicas	Contribución del área de E.F.
1. Comunicación lingüística	Gran variedad de intercambios comunicativos y del uso de las normas que los rigen. Escuchar y leer. Vocabulario

	propio del área
2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.	Resolución de problemas. Escalas y proporciones. Estimación y cálculo de medidas. Distancias angulares. Cronometraje de tiempos, toma de pulsaciones y registro de marcas.
3. Competencia digital	Tratamiento de información por medios digitales. Valoración crítica de los mensajes referidos al cuerpo, transmitidos desde los medios de comunicación.
4. Aprender a aprender	Trasferencia de aprendizajes a tareas motrices progresivamente complejas. Conciencia de sí mismo y de sus posibilidades. Fijación de metas. Autoconfianza.
5. Competencias sociales y cívicas	Educación en habilidades sociales a través de juegos colectivos. La propia dinámica de las clases favorece la socialización en un clima de respeto y tolerancia
6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	Superación personal, perseverancia y actitud positiva
7. Conciencia y expresiones culturales	Utilización de los recursos del cuerpo como medio de expresión. Valoración de la diversidad humana (juegos tradicionales, etc.)

La inclusión de las competencias básicas en el currículo tiene varias finalidades (Ruiz et al. 2013):

- a) Integrar los diferentes aprendizajes: formales, informales y no formales.
- b) Permitir al alumnado por dichos aprendizajes en relación con los distintos contenidos y utilizarlos eficazmente en múltiples situaciones y contextos.
- c) Orientar la enseñanza e inspirar las decisiones que tienen que ver con el proceso de aprendizaje.

La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) atiende a cuatro fuentes del currículum que pretenden valorar todos los elementos que hacen incidencia en el proceso de enseñanza- aprendizaje:

- Adecuación al momento psicoevolutivo del alumnado.
- Bases metodológicas y recursos para desarrollar los procesos de aprendizaje
- Adecuación al contexto del alumno.
- Conocimiento científico de la especialidad, desarrollado en los bloques de contenido curricular y basado en la formación del docente.

Según la Orden EDU 519 de 17 de junio, en la Comunidad de Castilla y León, el currículo de etapa de Educación Física está compuesto por los siguientes bloques de contenido:

- *Bloque 1: Contenidos comunes.* Técnicas de trabajo, procedimientos, actitudes y valores ,y búsqueda ,uso y tratamiento de la información.
- *Bloque 2. Conocimiento corporal.* Contenidos orientados al conocimiento y un control del propio cuerpo, consolidación de la imagen corporal y desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices.
- *Bloque 3. Habilidades motrices.* Contenidos que permiten al alumnado explorar su potencial motor a la vez que desarrollar las competencias motrices básicas, orientadas a adaptar la conducta motriz a los diferentes contextos que se irán complicando a medida que se progresa en los sucesivos cursos. Su objetivo es realizar conductas motrices eficaces, gestionar el riesgo y alcanzar soltura en las acciones.
- *Bloque 4. Juegos y actividades deportivas.* Acciones motrices realizadas en el entorno natural o urbano que puede estar más o menos acondicionado, pero que experimenta cambios, por lo que el alumnado necesita organizar y adaptar sus conductas a las variaciones del mismo. Resulta decisiva la interpretación de las condiciones del entorno para situarse, priorizar la seguridad sobre el riesgo y regular la intensidad de los esfuerzos en función de las posibilidades personales. Estas actividades facilitan la conexión con otras áreas de conocimiento y la profundización en valores relacionados con la conservación del entorno, fundamentalmente del medio natural.

- *Bloque 5. Actividades físicas artístico-expresivas.* Contenidos dirigidos a fomentar la comunicación y la expresividad a través del cuerpo y el movimiento. El uso del espacio, las calidades del movimiento, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada, musical), son la base de estas acciones.
- *Bloque 6. Actividad física y salud.* Contenidos necesarios para que la actividad física resulte saludable. Además, se incorporan contenidos para la adquisición de hábitos saludables de actividad física, postural y/o alimentaria a lo largo de la vida, que repercuten en la propia ejecución motriz, en la salud, en la seguridad y en el bienestar personal.

2. Contextualización y características del centro

2.1 El centro educativo

La programación didáctica que planificamos se va a llevar a cabo en el colegio público *La Laguna* situado en Laguna de Duero, provincia de Valladolid. El origen del topónimo se refiere a una enorme laguna de agua salada que existió en el pueblo, de la cual solo queda hoy una pequeña porción en un entorno recientemente remodelado. Esta localidad es la segunda más poblada tras la capital con 22.600 habitantes, según datos actualizados del Instituto Nacional Estadística

Este colegio está ubicado en el centro del pueblo, muy cerca de la mencionada zona verde de la antigua laguna y que cuenta además con un estadio. El centro está constituido por dos edificios de construcción moderna y el patio rodea ambos edificios. Además, en el curso 2006/2007 se inauguró un pabellón que alberga el comedor, una sala multifuncional, almacén y local para la AMPA.

2.2 Destinatarios de la intervención y contexto socioeconómico

La clase en la que se intervendrá está constituida por 25 alumnos y alumnas, concretamente 12 alumnos y 13 alumnas, que en general muestran bastante motivación hacia las clases y son muy participativos/as. La gran mayoría vive cerca del centro y el nivel sociocultural de las familias, es de grado medio, en su mayoría. En los núcleos familiares de procedencia suelen trabajar fuera de casa ambos progenitores y tienen gran interés por el proceso educativo de sus hijos/as. Si algún alumno/a sufre algún tipo de dificultad o retraso en la asignatura, se le ofrece apoyo académico fuera del aula.

2.3 Aspectos psicoevolutivos

En este ciclo, la mayoría del alumnado ya conoce y domina básicamente su cuerpo y continúa desarrollando su estructuración corporal. Así pues, se puede decir que se verifica una sensible mejora como consecuencia de que apenas se producen cambios estructurales en el cuerpo, lo que posibilita movimientos más correctos eficaces que mejoran las coordinaciones general y específica.

La maduración neurológica lograda en esta franja de edad (9-10 años) implica una mejora en el equilibrio y en la flexibilidad de la columna vertebral, alcanzando una progresiva independencia de los segmentos corporales, lo que va a facilitar la capacidad de contracción y relajación muscular. En cuanto a la estructuración espacial, en este ciclo se alcanza una madurez notable facilitando la utilización coherente del esquema izquierda-derecha propio y respecto a los demás, y la orientación respecto a los objetos. En relación con la estructuración temporal, los niños/as de estas edades son ya capaces de hacer asociaciones y reproducir estructuras rítmicas conocidas, tanto corporales como instrumentales.

Todos estos logros se producen también como consecuencia de una mejora sustancial de la propia estructuración cognitiva, facilitando la resolución de problemas motores, de diferente índole y dificultad, al adaptar con más seguridad sus movimientos a distintos entornos. El hecho de que se produzca la mejora motriz repercute de manera significativa sobre los juegos, aumentando el rendimiento y las posibilidades de competencia. Por lo tanto, la madurez alcanzada facilita un mayor respeto de las normas

establecidas. Además, en estas edades, son capaces de mantener el cuidado básico del cuerpo, de su higiene y alimentación, y de establecer las medidas de seguridad necesarias para el desarrollo de la actividad física.

3. Presentación y temporalización

Esta programación está planteada para el área curricular de Educación física, para 4º de Primaria (segundo ciclo). La temporalización es “la estructuración de los contenidos, seleccionados en función de la jerarquización vertical y horizontal de objetivos, teniendo en cuenta los factores del contexto, y donde indicamos la duración del trabajo de esos contenidos, es decir, ponderamos la importancia de cada uno de ellos en el proceso educativo” (Viciano, 2002).

En España la media de horas anuales dedicadas a la Educación Física en la Educación Primaria corresponde a 53. En Castilla y León, las sesiones semanales en el área de la Educación Física, en 4º de Primaria, corresponde a 2 horas a la semana, lo que se podría equiparar a dos días a la semana de 1 hora cada uno. En consecuencia la Programación Didáctica está dirigida al compendio de horas lectivas en la Educación Física, ya que incluye la planificación para un curso completo de 4º de Primaria. No obstante, las Unidades Didácticas que se desarrollaran en los apartados consecutivos, se limitaran al primer trimestre del curso. El número de horas que comprende cada una Unidad se reflejara en su apartado correspondiente.

4. Objetivos

Los objetivos son propuestas que señalan las metas hacia las que se dirige la actividad escolar, facilitan la selección, organización y planificación de los recursos didácticos y permiten el desarrollo de contenidos y criterios de evaluación. En este apartado trataremos de reflejar varios objetivos generales adecuados a niños de 4º de primaria en el campo de la Educación Física.

En primer lugar se reflejan varios “Objetivos Generales de Etapa”, es decir, aquellos que estén dirigidos a niños cuyo rango de edad comprenda los 6-12 años, es decir, que se encuentren en la Etapa de Educación Primaria. Según el Real Decreto

126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, son los siguientes:

- a) Conocer y apreciar valores y normas de convivencia así como los derechos humanos y el pluralismo de una sociedad democrática y respetarlos.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo, esfuerzo, responsabilidad iniciativa y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades de prevención y resolución de conflictos en todos sus ámbitos.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas
- e) Conocer y utilizar adecuadamente la lengua castellana y lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, adquirir una competencia comunicativa básica al menos en una lengua extranjera y desarrollar competencias matemáticas, aspectos fundamentales de la Ciencia de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Geografía, Historia, Cultura, Tecnología, Ciencias Artísticas así como una adecuada Educación Vial.
- f) Utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social, y valorar la higiene y salud.
- g) Conocer, valorar y respetar los animales
- h) Fomentar capacidades afectivas y actitudes contrarias a la violencia

En segundo lugar cabe definir cuáles son los “Objetivos Generales de Áreas”, en este caso el área de Educación Física. Continuando en la línea de lo expuesto por Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, la Educación Física tendría como propósito principal desarrollar la competencia motriz en cada sujeto, es decir que cada alumno sea capaz de comprender conceptos básicos de su cuerpo, aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con las conductas motoras, todo ello teniendo en cuenta el trabajo en equipo, el juego limpio y el cumplimiento de normas y respeto hacia los demás. Sin embargo, esta área incluye cuestiones relacionadas con la higiene y con la salud, pues lo que se pretende es realizar prácticas sociales saludables.

Y en último lugar, se hará hincapié en los “Objetivos Generales de Áreas por Ciclo”, es decir, cuales son los objetivos que incluye la Educación Física, pero especialmente en 4º de primaria, o segundo ciclo según el Sistema Educativo Español. Estos objetivos, según el Ministerio de Educación son:

- a) Tomar conciencia de la movilidad del eje corporal e identificar y valorar situaciones del juego
- b) Conocer las normas básicas de alimentación, seguir hábitos de limpieza adecuados más específicos de la E.F., prevenir accidentes en la práctica deportiva y adquirir un estilo de vida saludable.
- c) Apreciar distancias, sentido y velocidad en los desplazamientos, identificar habilidades básicas de una actividad o deporte concreto
- d) Aceptar la dominancia lateral sobre uno mismo y sobre los demás
- e) Resolver problemas motores partiendo de habilidades motrices
- f) Fomentar la autoestima a partir de la valoración del esfuerzo empleado así como la participación en diferentes actividades físicas independientemente de la capacidad.
- g) Practicar ritmos, bailes, explorar formas creativas de expresión del cuerpo
- h) Aceptar el rol otorgado en cada juego, conocer los diferentes tipos de juegos, y manifestar solidaridad y cooperación en cualquier actividad física
- i) Conocer diferentes tipos de actividades físicas que puedan practicarse en el entorno cercano y que incluso puedan generar un hábito de práctica.

Hasta el momento se han mencionado los objetivos generales, sin embargo no se debe olvidar que en cada Unidad Didáctica se establecerán unos propositivos educativos gracias a los cuales se reflejen qué capacidades específicas se pretenden desarrollar a través de los contenidos que se trabajen en cada Unidad Didáctica. No obstante, este tipo de objetivos se tratará posteriormente en el apartado de las Unidades Didácticas.

5. Contenidos

Los contenidos se refieren a los objetos de enseñanza-aprendizaje que se consideran útiles y necesarios para promover el desarrollo personal y social del individuo.

El *juego* es una actividad intrínsecamente motivadora que facilita el acercamiento natural a la práctica de la actividad física y que se ajusta a los intereses de

los niños/as. Su práctica debe desarrollar hábitos cooperativos y sociales basados en la solidaridad, tolerancia, el respeto. Debe valorarse la participación individual y en equipo, la práctica del juego en sí y no en función del éxito ó el fracaso, la erradicación de las situaciones de agresividad, violencia y desprecio hacia los demás, la aceptación de las limitaciones propias y ajenas, y el respeto de las normas establecidas. En este ámbito es relevante a tener en cuenta lo siguiente:

- Saber aplicar habilidades motrices básicas y específicas a la resolución de situaciones de juego de creciente complejidad motriz.
- Participar en juegos y pre-deportes.
- Comprender, aceptar, cumplir y valorar las reglas y normas de juego y tener una actitud responsable con relación a las estrategias establecidas.
- Aceptar de los valores fundamentales del juego: esfuerzo personal, relación con los demás y aceptación del resultado.
- Utilizar las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.

La práctica de la actividad física debe facilitar el *conocimiento del propio cuerpo* y el de diferentes posibilidades de movimiento. El movimiento y sus cualidades plásticas determinan las capacidades expresivas del alumnado, favorece las relaciones, así como la capacidad de entender mensajes del mismo modo. El conocimiento corporal y la utilización de habilidades y destrezas generan autoconfianza, autonomía, y favorecen un aumento del nivel de competencia y relaciones personales positivas, contribuyendo a la salud mental del alumno. Entre los contenidos de esta dimensión se encontrarían:

- Tomar de conciencia de la diversidad corporal, sus posibilidades y limitaciones así como del esquema corporal
- Consolidar la lateralidad y adquirir una percepción y estructuración espacio-temporal del movimiento.
- Obtener una conciencia y control del cuerpo y del ritmo respiratorio

En última instancia, aunque no se encuentre incluido como contenido específico, y no por ello menos importante, sería recomendable hacer referencia a la *salud* dentro de

la actividad deportiva. La Educación Física es un elemento favorecedor de la Salud y la Calidad de Vida. Por ello el cuidado corporal debe estar presente en la práctica de la E. F. en rutinas propias de higiene, cumplimiento de normas y en medidas de seguridad. En este campo los contenidos se centran en:

- Adquirir hábitos posturales y alimentarios saludables.
- Desarrollar una condición física orientada a la salud.
- Conocer las posibilidades y limitaciones corporales para la prevención de lesiones.
- Utilizar correctamente los materiales e instalaciones deportivas.
- Tomar medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes.

6. Metodología

La Metodología constituye el conjunto de criterios y decisiones que organizan, de forma global, la acción didáctica en el aula: papel que juegan los alumnos y maestros, utilización de medios y recursos, organización de los tiempos y espacios. Es evidente que existirán metodologías diversas, según los aspectos curriculares a considerar que sin embargo serán capaces de desarrollar similares intenciones educativas. Conviene resaltar algunos criterios o principios orientadores:

- Flexible (se adapta a cada alumno)
- Activa (el alumno es protagonista de su acción)
- Participativa (fomenta la cooperación)
- Inductiva y Realista (se parte de situaciones reales)
- Integradora (reúne en un solo proceso las técnicas, habilidades y destrezas de la EF)
- Motivadora (crea propuestas variadas)
- Lúdica (el juego ocuparía la mayor parte de la actividad)
- Creativa (propuestas que estimulen la creatividad)

Una vez visto todos estos principios fundamentales, se comentara que a lo largo de estas sesiones, se hará uso de las diferentes técnicas y estilos de enseñanza existentes, según las circunstancias que sucedan. Así se podrá establecer:

- Instrucción directa: aunque esta técnica no es la más característica de la LOGSE, es utilizado pues debemos inculcar en el alumno/a unas determinadas pautas de comportamiento y trabajo que necesitan de esta metodología, aunque se procurará siempre utilizar los estilos menos directivos dentro de esta técnica (asignación de tareas)
- Indagación: Bajo esta técnica los alumnos/as consiguen su propio aprendizaje de forma creativa y lúdica (descubrimiento guiado y resolución de problemas).

7. Criterios de evaluación

La evaluación es una valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje, una vez recogidos una serie de datos, en relación con los objetivos que se pretenden alcanzar. No se trata de un juicio final del proceso, sino que son actividades que implicarán el antes, durante y después del mismo. La evaluación se debe realizar tanto al inicio, durante como al final de cada una de las actividades.

La evaluación inicial será necesaria para conocer las posibilidades iniciales de cada alumno y hacer una adaptación de los programas, y consistirá en observación directa y test motrices ;*la evaluación continua* se realiza para la detección de aciertos y errores que cometen en la realización de las actividades y así poder orientar, mantener y/o modificar planes. Se realiza por medio de los datos recogidos a través de: a) observación sistemática por parte del docente durante el desarrollo de las sesiones, b) pruebas periódicas al final de cada unidad didáctica, y c) autoevaluación como factor motivador; y en último lugar, estaría la *evaluación final o sumativa* para comprobar el desarrollo de las capacidades que el alumno ha obtenido tras la realización de tales acciones, y determinando como se ha realizado el proceso y que es lo que se podría mejorar.

Se debe procurar distinguir lo que son actividades de evaluación que permiten al maestro/a modificar la progresión cuando sea necesario, de aquellas que van dirigidas a valorar el progreso del aprendizaje, en el que se evalúan las adquisiciones del alumno/a respecto a los objetivos. Los medios utilizados, además de la observación cotidiana y sistemática, debe ser los registros y listas de control de lo que sucede en clase, continuos y sistemáticos. No se deben recoger solo elementos cuantitativos o sumativos de la actividad del alumno (marcas, tiempos o número de repeticiones), sino además, aspectos

cualitativos como trabaja, atención, interés, relaciones, actitudes. Los cuestionarios, trabajos individuales o grupales o la ficha de seguimiento son también otros instrumentos de evaluación.

Para establecer los criterios de evaluación, se debe partir de los objetivos marcados en nuestra programación, ya que será así como se comprobará si se han alcanzado, colaborando al mismo tiempo a la consecución de las grandes finalidades educativas establecidas. De manera que los criterios de evaluación para 4º de primaria, serían los que se exponen seguidamente:

- a) Participa de forma activa en todas las actividades propuestas escogiendo y aceptando su papel.
- b) Acepta a sus compañeros independientemente de su condición social.
- c) Respeta las normas y reglas de juego, y controla su conducta para que sea respetuosa y deportiva y no desestabilice la armonía del grupo.
- d) Manifiesta actitudes solidarias y ayuda a los compañeros en la práctica de la actividad física colaborando con ellos para conseguir el objetivo común.
- e) Resolución de los problemas motores donde aparezcan simultáneamente variables de tipo espacial y temporal, haciéndolo con originalidad, eficacia y rapidez de percepción.
- f) Lanza, intercepta o golpea cualquier tipo de móvil en situaciones donde no intervengan elementos no previstos por el alumnado.
- g) Ejecuta con eficacia, ritmo e intensidad, los desplazamientos en carrera, realizando bien la puesta en acción, cambios de dirección, velocidad de ejecución, etc.
- h) Del mismo modo se valorará la capacidad de aplicación de las habilidades básicas y genéricas en función de los objetivos del juego, y siempre valorando la creatividad en sus respuestas.
- i) Disocia los segmentos superiores e inferiores del eje corporal y adapta sus movimientos a diferentes situaciones espacio-temporales.
- j) Identifica el juego como actividad física y lo toma como medio para relacionarse con sus compañeros y para la ocupación del tiempo de ocio.
- k) Participa en cualquier actividad propuesta y adecua sus posibilidades a ésta, mostrando dominio sobre el proceso respiratorio, es capaz de inspirar- expirar.

- l) Toma parte, con interés, en cualquier tipo de juego, aceptando su nivel de destreza y confiando en sus propias posibilidades.
- m) Muestra especial interés en el conocimiento y respeto de nuestro entorno, mediante la realización de actividades físicas regladas en él.
- n) Los alumnos/as son capaces de realizar diversas actividades a un ritmo determinado (Sigue un ritmo sencillo, marcando los acentos con su movimiento), al mismo tiempo que lo realizan de manera creativa.
- o) Representa cosas y personas reconociendo e imitando sus elementos más característicos, integrándose con sus compañeros en juegos de dramatización.
- p) Conoce las normas básicas de alimentación relacionadas con la actividad física.
- q) Consolida los hábitos higiénicos más específicos de la Educación Física (utilizar ropa adecuada, ducharse y cambiarse después del ejercicio, etc.).
- r) Adopta actitudes críticas ante los hábitos de vida poco saludables.
- s) Mantiene una actitud postural correcta en distintas situaciones.

8. Atención a la diversidad

La escuela debe ser por definición integradora, favoreciendo la igualdad de oportunidades. Por eso mismo, hablar de diversidad es comprender que los agrupamientos escolares ofrecen la misma diversidad que existe en la sociedad. Respetar las diferencias (reconociéndolas como fuente de enriquecimiento) y evitar que se conviertan en desigualdades debe ser el propósito fundamental de la acción educativa.

En el grupo clase no existe ningún alumno/a con discapacidad que tenga limitaciones motrices, por lo que no han sido necesarias adaptaciones curriculares.

Sin embargo, la diversidad es algo imprescindible en cualquier grupo de aula, y por ellos se debe tener en cuenta:

- Respeto a los ritmos individuales.
- Trabajo de autoestima y autonomía desde la diversidad de género.
- Trabajo colectivo, para mejorar habilidades sociales y valoración de las capacidades y habilidades de los demás.

IV. UNIDADES DIDÁCTICAS

En el presente apartado se ha considerado oportuno el desarrollo de dos Unidades Didácticas, cada una de las cuales con un tema y número de sesiones concreto. Están dirigidas a 2º ciclo de Primaria, concretamente cuarto, y se encuentran incluidas en el área de la Educación Física. Ambas presentarán determinadas actividades con el objetivo de cumplir los objetivos y contenidos propios de cada temática. Con el fin de facilitar la claridad de esta sección, a continuación se refleja el calendario escolar del primer trimestre correspondiente al curso 2016/2017 para la Comunidad de Castilla y León, y en el se exponen los días correspondientes a cada unidad, representado así el numero de sesiones de cada una. Ambas unidades se desarrollarán con detalle en los dos apartados consecutivos.

SEPTIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DICIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Inicio del curso
Días no lectivos/ Vacaciones
EF. Unidad Didáctica I
EF. Unidad Didáctica II

1. Unidad Didáctica I: Juegos cooperativos

1.1. Introducción y descripción

La Unidad está enfocada a un proceso de enseñanza-aprendizaje de técnicas de cooperación en deportes colectivos. El juego de cooperación le permite al alumno explorar y buscar soluciones creativas en un entorno libre de presiones. De la misma manera propicia las relaciones empáticas, cordiales y constructivas entre los participantes. Tal y como se ha podido observar en el calendario escolar, el desarrollo de esta unidad constará de 7 sesiones, que corresponderán a tres semanas y media.

1.2. Objetivos y contenidos

Objetivos didácticos	Contenidos		
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
Fomentar la coordinación específica del deporte colectivo	Características físicas del deporte y su implicación en el organismo	Adaptar la ejecución de las habilidades motrices a la práctica del deporte	Participación activa y respeto
Acrecentar la competencia motriz general	Características físicas del deporte	Mejora de las habilidades motrices	Mejora de la condición física
Potenciar la colaboración y el respeto en el juego	Explicar los beneficios del a colaboración	Participación activa en actividades	Valoración y aceptación
Aprender a disfrutar del juego y a resolver los conflicto de un modo adecuado	Conocer y aplicar hábitos deportivos	Apreciar el juego y establecer relación satisfactoria entre el tiempo de ocio y el deporte	Adoptar medidas de seguridad, y usar correctamente los materiales y espacios

Desarrollar y potenciar la cooperación entre los alumnos	Recursos para adoptar una actitud cooperativa	Uso adecuado de estrategias del juego	Valorar el juego como elemento socializador
Conocer las reglas y las normas básicas de los deportes y aplicarlas	Descripción del juego y de las características generales	Aceptar las normas y respetarlas	Integrar las normas durante la práctica deportiva sin conflictos
Desarrollar autonomía y confianza	Conocer cuestiones específicas deportivas	Valorar el trabajo bien realizado	Interés por capacidades físicas que supongan esfuerzo

1.3.Secuencia de actividades

Esta Unidad Didáctica, dedicada a los juegos cooperativos en el ámbito físico-deportivo, consta de 7 sesiones que se llevaran a cabo a lo largo de casi cuatro semanas. A continuación, se expondrán cada una de las sesiones con su título y actividades correspondientes.

Cabe especificar, antes de mostrar cada una de las sesiones, que cada actividad contará con un coeficiente de cooperación, es decir con un numero que indica el grado de cooperación que manifiestan tales actividades. Si las actividades son puramente cooperativas se especificará con un 10 mientras que si presentan cierta competitividad el coeficiente se reduce a 5 o 6 y siempre estarán sujetas a cambio o revisión por parte del profesor. Por otra parte, también podemos encontrarnos con actividades en las que la cooperación no se manifiesta de forma explícita u otras tareas que no son como tal cooperativas pero no tienen competición como puede ser el caso de las coreografías o los bailes grupales.

SESIÓN 1. ¡QUE NADA TE PARE, SIGUE CORRIENDO!

Actividad N°1: SE EL PRIMERO EN ENCONTRAR A TU PAREJA

- Objetivo: Desarrollo de la velocidad y la coordinación.
- Coeficiente de Cooperación: 9
- Material: Ninguno.
- Organización: El grupo se organizara por parejas
- Desarrollo: Ya formadas las parejas deberán ponerse de acuerdo quien de cada pareja será uno y quien dos. Los números uno formaran un circulo pequeño en el centro de la cancha y los números dos formaran un circulo más grande alrededor del circulo de los uno. A una señal el circulo de los uno girará a la derecha y el circulo de los dos a la izquierda. A un silbatazo todos se soltarán y buscarán a su pareja colocándose de espaldas ambos y sentándose la ultima pareja en sentarse se irá saliendo del juego, y así sucesivamente hasta quedar una pareja ganadora.

Actividad N°2: 3, 2,1 Y ¡FOTO!

- Objetivo: Desarrollo de la velocidad y la coordinación.
- Coeficiente de Cooperación: 8
- Material: Ninguno.
- Organización: Grupo
- Desarrollo: En grupo se recorren treinta metros en forma de carrera. Posteriormente, se repite y se les indica que el objetivo es llegar a la meta, todos juntos, para ello antes de llegar se cuenta hacia atrás: “tres”, “dos”, “uno”, “foto”. Cuando se diga foto todos deberían estar a la misma distancia de la meta. Se repite varias veces y finalmente, se realiza el ejercicio todos agarrados del mano para que esa vez al menos sí que consigan llegar a la misma posición.

Actividad N° 3: Y AHORA, ¿CUANTOS SEREMOS?

- Objetivo: Velocidad, trabajo con números y cooperación
- Coeficiente de cooperación: 6
- Material: Pista
- Organización: Individualmente para pasar a formar grupos
- Desarrollo: para realizar los equipos que utilizaremos para las actividades siguientes utilizaremos este juego. Los alumnos tendrán que correr libremente por toda la pista. El profesor irá marcando el paquete a hacer y los pasos a seguir. (Ejemplo: paquete de 7 y juntos llegamos hasta la portería, paquete de 2 y nos abrazamos, paquete de 5 y con el cuerpo dibujamos una letra en el suelo).

Actividad N°4: QUE NADIE SE SUELTE

- Objetivo: Cooperación - Oposición, trabajo con números.
- Coeficiente de Cooperación: 9
- Material: Ninguno
- Organización: Todos los niños deberán estar repartidos por un espacio previamente delimitado y en movimiento formando hileras de 5-6 personas.
- Desarrollo: Se forman hileras de alumnos agarrados por la cintura. Estos tienen que dar una vuelta corriendo al gimnasio o pista en la que se encuentren. Si algún vagón (alumno) se suelta, deben volver al principio y comenzar su recorrido de nuevo. En una segunda parte se colocan unos obstáculos en el gimnasio (como por ejemplo unos bancos), es entonces cuando el tren deberá pasar por encima de los bancos o saltarnos. Para aumentar la dificultad se puede incluir un balón entre pecho y espalda de los alumnos y continuar con la misma actividad sin que se les caiga el balón a ninguno, pues si no, tendrán que volver a empezar.

SESIÓN 2. ¡BOTA BOTA LA PELOTA LOCA!

Actividad N° 5: DIEZ O A EMPEZAR OTRA VEZ

- Objetivo: Desarrollo de la estrategia y coordinación
- Coeficiente de Cooperación: 7
- Material: pelota
- Organización: Dividirse en dos equipos, uno en cada campo de la cancha. Unos serán los "traficantes" y otros los "aduaneros"
- Desarrollo: Se dividen en dos equipos. Los que poseen la pelota deben realizar diez pases entre ellos y el equipo contrario debe intentar arrebatarse la pelota. Si se la quita, empieza el otro equipo a hacer los diez pases. Cada equipo se apunta un punto cuando lo consigue. Gana el que más puntos tenga. Cuando alguien tenga la pelota en la mano, no pueden moverse. No se puede quitar cuando alguien del equipo contrario la ha cogido, es decir, no se puede quitar de las manos, sólo se puede interceptar en el aire.

Actividad N° 6: A POR EL CONO

- Objetivo: Desarrollo de la estrategia y coordinación
- Coeficiente de Cooperación: 7
- Material: pelota y cono
- Organización: En un espacio liso se traza en el suelo un rectángulo de 4x2 metros. Uno de los lados cortos recibe el nombre de "línea de lanzamiento" y el lado de enfrente se llamara "línea de fondo".
- Desarrollo: Se dividen en dos equipos, uno colocado en la línea de lanzamiento y el otro en la línea de fondo. Los alumnos que se encuentren en la primera línea tendrán un balón. En el centro del rectángulo se encuentra un cono. A la señal los jugadores que tienen el balón deberán lanzar la pelota hacia el cono con el objetivo de desplazarlo. Los sujetos situados en la línea de fondo se encargaran de devolverles las pelotas a sus compañeros lo más rápido posible para que puedan continuar lanzando. Eso sí, nadie puede entrar en el rectángulo

para recoger un balón. Al cabo de tiempo se cambian los roles.

SESIÓN 3. ¡LOS AROS QUE NOS RODEAN!

Actividad N° 7: LA RONDA

- Objetivo: cooperación
- Coeficiente de Cooperación: 7
- Material: sillas y/o aros.
- Organización: una ronda con sillas, o aros para cada participante
- Desarrollo: Al comienzo de la música empezamos a bailar alrededor de la ronda de sillas o aros. Cuando ésta finaliza, cada participante deberá sentarse (silla), o meterse (aro). Se van retirando las sillas o los aros y cada vez que se apague la música todos deberán sentarse, uno arriba de otro (silla), o ayudar a meterse y que no se caiga nadie (en el aro). En este juego nadie pierde, todos nos ayudamos y nos divertimos.

Actividad N°8: QUE NADIE PARE

- Objetivo: Cooperación
- Coeficiente de Cooperación: 9
- Material: Aros
- Organización: Todos los niños deberán estar repartidos por un espacio previamente delimitado formando grupos de dos personas
- Desarrollo: Los alumnos se situaran dentro de un aro grande sujetándolo a la altura de los hombros, de la cintura o de las piernas echando su cuerpo hacia atrás. Es entonces cuando deberán moverse rítmicamente sin tocar el aro con las manos y sin que el aro se caiga. Se permite desplazarse, saltar, elevar brazos, mover la cintura, etc. Se puede probar también con tres personas.

Actividad N°9: TE LO CAMBIO

- Objetivo: Cooperación

- Coeficiente de Cooperación: 9
- Material: Aros y balón
- Organización: Por parejas, uno se pone en frente del otro
- Desarrollo: Un alumno de cada pareja tendrá un balón mientras que su compañero un aro. A la señal, deberán pasar el objeto de cada uno a su compañero, el aro rodando por el suelo y el balón por el aire. El requisito está en el que objeto no se puede caer, y poco a poco deberá aumentar la velocidad.

Actividad N°10: ¡DEJADME UN HUECO!

- Objetivo: Desarrollo de la velocidad y la coordinación.
- Coeficiente de Cooperación: 8
- Ámbito: Coordinación.
- Material: Aros
- Organización: El grupo se organizara por grupos
- Desarrollo: Se hacen cuatro equipos, se colocan en círculo cada uno con un balón, y dentro de un aro, excepto uno que se queda sin aro en el centro, este intentará meterse en un aro mientras sus compañeros se van cambiando de aro.

Actividad N° 11: AROS MUSICALES

- Objetivo: Cooperación, colaboración, atención, expresión corporal
- Coeficiente de Cooperación: 7
- Material: Aros y música
- Organización: Individualmente para pasar a formar grupos
- Desarrollo: Colocamos en el suelo un aro por niño. Todos bailan al son de una música alegre. Cuando paramos la música todos se meten dentro de un aro. Lo volvemos a repetir pero esta vez con un aro menos. Seguimos así sucesivamente de manera que cada vez habrá menos aros y por tanto cada vez habrá más personas dentro de cada aro.

SESIÓN 4. ¿SOMOS UN GLOBO LLENO DE EMOCIONES!

Actividad N° 12: AROS Y GLOBOS

- Objetivo: Estrategia motriz y coordinación
- Coeficiente de Cooperación: 9
- Material: globo y aro
- Organización: tríos
- Desarrollo: Uno jugador porta el aro; los otros dos se colocan uno a cada lado. Los jugadores de los extremos golpean el globo alternativamente para que atraviese el aro. El portador del aro colabora para que el globo pase por dentro del aro.

Actividad N°13: FILA EN GLOBO

- Objetivo: Cooperación - Oposición, trabajo con números.
- Coeficiente de Cooperación: 10
- Material: globos
- Organización: Varias personas se disponen en fila.
- Desarrollo: Los alumnos formando una fila, no pueden desplazarse y comienzan a pasar los globos por encima de las cabezas sin sujetarlos con las manos, golpeándolos con cualquier parte del cuerpo. Sin embargo, cada participante solo puede tocar una vez el globo hasta que lleguen de un extremo al otro.

SESIÓN 5. ¿AGUA VA!

Actividad N°14: SI TU MOLAS, TE MERECE UNA OLA

- Objetivo: Cooperación, capacidad motriz
- Coeficiente de Cooperación: 8

- Material: Piscina
- Organización: Todos los alumnos deberán estar uno al lado del otro de pie en el lateral de la piscina junto al bordillo.
- Desarrollo: Una vez colocados en disposición lineal, deberán hacer la ola cogidos de la mano y cayendo de pie.

Actividad N°15: ARQUITECTOS ACUÁTICOS

- Objetivo: Cooperación
- Coeficiente de Cooperación: 10
- Material: Piscina
- Organización: Todos los alumnos en grupo
- Desarrollo: Una vez dentro del agua, en un lugar que casi nos cubre enteros, unos alumnos se ponen de pie en círculo agarrándose por los hombros, y otros se van subiendo encima de sus hombros hasta conseguir hacer una torre.

SESIÓN 6. ¡SUBE LA COLCHONETA!

Actividad N°16: TORTUGA GIGANTE

- Objetivo: Cooperación y coordinación
- Coeficiente de Cooperación: 9
- Material: Colchoneta blanda
- Organización: grupos de 4 o 5 personas
- Desarrollo: Grupos de 4 o 5 alumnos deberán colocarse en cuclillas y poner sobre ellos una colchoneta. Se tienen que imaginar que son una gran tortuga y que tienen que moverse en diferentes direcciones.

Actividad N°17: A TRASPORTAR SE HA DICHO

- Objetivo: Cooperación y coordinación
- Coeficiente de Cooperación: 9

- Material: Colchoneta blanda
- Organización: grupos de 6-8 personas
- Desarrollo: Los alumnos deben comenzar con la colchoneta sobre su cabeza y tienen que desplazarse superando varios obstáculos (como bancos, zigzag...) sin que se les caiga la colchoneta.

SESIÓN 7. NOS RELAJAMOS PARA ACABAR

Estas actividades no tiene como fin enseñar la cooperación como tal, y suelen estar dirigidas para que los alumnos tras la realización de diferentes actividades puedan relajarse y aprendan mecanismos de este tipo pues son muy útiles en la vida diaria si se saben emplear adecuadamente. Por ello, nos resulta interesante abordar varios ejercicios como propuesta final de esta unidad.

Actividad N°18: EL LEÓN

Los alumnos deben sentarse en el suelo y respirar lenta y pausadamente. Se debe comenzar con una respiración pausada, con la boca cerrada, los ojos cerrados y los músculos del cuello, rostro, brazos y manos relajados. Al espirar, el alumno tiene que abrir la boca, sacar la lengua, abrir los ojos y tensar los músculos que antes estaban relajados, al mismo tiempo debe expulsar todo el aire.

Actividad N°19: LA PERSONA BLANDA

Los alumnos deben colocarse por parejas. Uno de los componentes de la pareja deberá acostarse en el suelo y relajarse todo lo que pueda, de manera que tenga la sensación de tener todos sus músculos muy blandos, como si fuera un espagueti. Su compañero deberá intentar ponerla de pie, sin hacerle daño. Luego se cambian los roles.

Actividad N°20: EL CEREZO

El alumno debe permanecer con los pies juntos, debe levantar el brazo izquierdo sobre la cabeza y colocar la palma de su mano sobre la espalda. El brazo derecho deberá

agarrar la mano izquierda. Se trata de adquirir una respiración torácica.

1.4.Recursos

Entre los recursos materiales para el desarrollo de esta unidad se han empleadouna gran variedad de ellos: balones, conos, aros globos, colchonetas. En lo que respecta a los recursos personales, destacamos los alumnos como jugadores, y el profesor como mediador del juego.

2. Unidad Didáctica II: Iniciación deportiva.

2.1.Introducción y descripción

En el aprendizaje de los deportes de equipo, la estrategia de actuación es cooperación-oposición. Si a esto le añadimos adaptaciones de algunos juegos o mecanismos cooperativos se introducen de esta manera reglas semicooperativas y pequeñas modificaciones en las actividades lúdicas. Por ese motivo, en esta unidad se pretende incluir juegos cooperativos relacionados con diferentes deportes como el futbol o el baloncesto entre otros.

2.2.Objetivos y contenidos

<i>Objetivos</i>	<i>Contenidos</i>		
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
Conocer aspectos generales y específicos de diferentes deportes	Conocimiento de los tipos de desplazamientos, saltos, giros, propulsiones, deslizamientos, etc., propios de cada deporte	Desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones	Aceptación del nivel de destreza propio y de los demás
Respetar las reglas	Conocimiento del	Aceptar normas y	Respeto de

y normas de las diferentes actividades deportivas	reglamento del cada deporte.	respetarlas	opiniones y decisiones de otros
Utilizar estrategias básicas: cooperación, oposición.	Desarrollar estrategias cooperativas	Actividades que impliquen la colaboración de sus participantes para su puesta en marcha o resolución adecuada	Tener en cuenta y aceptar que todos toman parte del juego y que todos son imprescindibles
Reconocer el hecho de ganar o perder como elemento del juego o del deporte	Comprender que ganar o perder no es la cuestión principal. Aprender a perder	Empeñarse y disfrutar en el proceso deportivo	Actitud participativa y activa, aceptar la derrota.

2.3. Secuencia de actividades

Los deportes y juegos que se presentarán a lo largo de estas sesiones no adquieren el sentido estricto, pues se trata de variación de manera que se logre una menor competitividad en su práctica y se intente reforzar el sentido de grupo y la colaboración, fomentando así la integración de todas las personas en el grupo.

En este caso, y a diferencia de las actividades de las sesiones de la unidad anterior, el objetivo principal estará enfocado a la iniciación deportiva de diferentes clases de deportes utilizando variaciones de tales actividades deportivas, en las cuales se manifieste, se enseñe y adquiera cooperación y colaboración entre los participantes. Por ese motivo, se ha considera oportuno omitir el apartado “objetivo” de cada actividad, por el mero hecho de no parecer excesivamente repetitivo.

SESIÓN 1. VARIADOS

Actividad N° 1: LOS BOLOS

Este tipo de actividad

- Material: bolos y pañuelo
- Organización: grupos de al menos dos personas
- Desarrollo: La dinámica de este juego es la misma que la de los bolos, pero con la condición de que se juegue de forma grupal y en la que el tirador tenga los ojos vendados. La dificultad radica en que el tirador tendrá que atender a las indicaciones de sus compañeros para poder lanzar y tratar el número máximo de bolos.

Actividad N° 2: EL DIABOLO

- Material: diábolo
- Organización: parejas
- Desarrollo: Los alumnos deben disponerse en un espacio amplio. A la señal del profesor deberán lanzar el diábolo, y su compañero deberá recoger el diábolo lanzado por su compañero, intentando que no caiga al suelo.

Ambas actividades deportivas, tanto los bolos como el diábolo, son actividades de precisión, pues requieren de concentración, habilidad y posiciones adecuadas. Lo que se pretende con este tipo de tareas propuestas es que los alumnos adquieran curiosidad y motivación por ellas.

SESIÓN 2. DEPORTES DE RED

Actividad N° 3: BADMINTON

- Material: raqueta de bádminton y volante
- Organización: parejas
- Desarrollo: En una pista amplia, y sin red, los alumnos tendrán que mantener el volante

en el aire, primero se empieza con golpes individuales y tras un rato de práctica entre los miembros de la pareja comienzan a pasarse el volante golpeándolo sin ninguna regla concreta y evitando que no caiga al suelo. Sin embargo, se tienen que contar el número de golpes que consigue dar la pareja hasta que el volante caiga al suelo.

Actividad N° 4: TENIS

- Material: raqueta
- Organización: grupos de 4-5 personas
- Desarrollo: dispuestos en círculos los alumnos se agarran por las manos en las cuales tendrán raquetas, es decir, dos niños agarran una raqueta entre los dos. Una vez así, se golpea una pelota y esta no puede caer pero ellos tampoco se pueden soltar, por lo que tendrán que moverse coordinadamente para poder golpear la pelota.

Actividad N° 5: PING PONG

- Material: mesa, palas y pelota de ping pong
- Organización: cuatro personas
- Desarrollo: Los niños se disponen en un cuadrante de la mesa de ping pong. La primera tarea consiste en ir pasando la pelota de forma que esta realice un recorrido de cuadrado (1, 2, 3, 4) y a la señal del profesor se invierta la dirección (4, 3, 2, 1). Al cabo de un rato la dirección de pelota tendrá que ir en diagonal y de lateral, es decir, el número 1 se la pasa al número 3 (su diagonal) y el 3 se la pasa al 4 (su compañero de lado) y este al número 2 (su diagonal) finalmente, el 2 se la pasa al 1 (su compañero de lado) y así se completa un ciclo. Para finalizar, y aumentar la dificultad, tendrán que jugar con dos pelotas en diagonal y ninguna de las pelotas podrán tocarse, en ese caso se volvería a empezar.

En los deportes de red el desarrollo de la acción motriz siempre se da en presencia de otro. Este tipo de actividades permite relaciones o interacciones entre los participantes, además de la oposición (con modalidades individuales) permite la cooperación (con la modalidad de dobles), y requieren de intencionalidad de la acción, conductas de decisión, lógicas interna y capacidad de anticipación. Se trata de deportes físicos pero a la vez dotados de gran cantidad de mecanismos cognitivos.

SESIÓN 3. FUTBOL

Actividad N° 6: FUTBOL EMPAREJADO

- Material: pelota y pista de futbol
- Organización: dos equipos, y parejas dentro de cada equipo
- Desarrollo: Cada jugador de un equipo irá agarrado a otro por los brazos, pero de espaldas uno del otro, entrelazando sus brazos por los codos, excepto el portero que juega de manera individual. La dinámica del juego consiste en desarrollar un partido de futbol normal, pero sin olvidar que cada alumno lleva un compañero a sus espaldas y que será más difícil avanzar hacia atrás.

Actividad N° 7: DOS A DOS

- Material: dos balones
- Organización: dos equipos
- Desarrollo: El desarrollo de esta actividad es exactamente el mismo que el de la actividad anterior, pero con la dificultad añadida de que en el campo habrá dos balones por lo que se deberá prestar mucha más atención.

Actividad N° 8: UNA PERSONA, UN GOL

- Material: un balón
- Organización: dos equipos
- Desarrollo: Los alumnos, dispuestos en dos equipos en una pista de futbol, jugaran al futbol tratando de meter el balón en la portería contraria a la de su equipo, sin embargo cada alumno solo podrá marcar un gol. En el momento en el que un jugador marque un gol, se le podrá un identificador (pegatina, camiseta...) y solo podrá ayudar al resto de sus compañeros a que metan gol. El equipo cuyos jugadores consigan todos marcar un gol, es el equipo que gana.

En estas sesiones lo que se pretende es iniciarse y mantenerse en un deporte tan destacado como el futbol intentando que todos sus jugadores tengan motivación por este juego, y no se

convierta en una mera competición en el que solo juegan “los que saben”.

SESIÓN 4. BALONCESTO

Actividad N° 9: LA CANASTA PORTATIL

- Material: balón
- Organización: dosequipos
- Desarrollo: Los alumnos se disponen libremente por una pista de baloncesto, sin embargo esta pista es especial pues no hay canastas ya que estas son portátiles. Las canastas se formaran a través de un aro y otra persona y se irán moviendo por todo el espacio. La dinámica del juego consiste en meter el balón en la canasta del equipo contrario, pero cuidado, porque habrá que encontrar su posición.

Actividad N° 10: BALONCESTO A CABALLO

- Material: balón
- Organización: dos equipos
- Desarrollo: Dos equipos desplazados a lo largo de una cancha de baloncesto tendrán que disponerse por parejas, sin olvidar su pertenecía a uno de los dos equipos. Uno de ellos hará de jinete y el otro de caballo pero no tiene que ser todo el rato así, se pueden invertir los roles. La condición es que solo podrán tocar la pelota si están dispuestos como jinete y caballo, pues si están los dos en el suelo no podrán tocar el balón o en el caso de tocarlo no tendría validez.

SESIÓN 5. HOCKEY

Actividad N° 9: ZIGZAG

- Material: sticks, pastilla y conos
- Organización: dos equipos
- Desarrollo: Se disponen dos filas paralelas de conos alineados a lo largo de una pista amplia. Cada equipo se sitúa al inicio de cada fila de conos. Todos los miembros del equipo tienen un stick y los dos equipos solo cuentan con dos pastillas. La tarea consiste en que a la señal del profesor los primeros de la fila tendrán que ir llevando la

pastilla con pequeños golpes del stick en zigzag entre los conos hasta llegar al último cono, ahí tendrán que darse la vuelta y volver haciendo lo mismo hasta llegar al que era el segundo miembro de la fila, el cual realizara el mismo mecanismo. El equipo que antes termine sería el equipo ganador.

Actividad N° 10: UNA MÁS

- Material: stick, bola o pastilla, pista con dos porterías
- Organización: dos equipos en formación
- Desarrollo: Se comienza con dos jugadores en el campo, cada cual tendrá que meter el stick en la portería contraria. El jugador que no meta el primer gol podrá elegir a un compañero para que le ayude, formando así un equipo de una persona y otro de dos. El mecanismo seguirá siendo el mismo hasta tratar de completar equipos equilibrados.

2.4. Recursos

En este caso se han utilizado una gran variedad de recursos materiales pues se trata de adquirir técnicas y tácticas de deportes específicos utilizando los instrumentos correspondientes para su desempeño. El balón y las pelotas son recursos estrellas en la mayoría de los deportes, sin embargo cambian de unos deportes a otros, pues el balón de fútbol no es el mismo que el de baloncesto o la pelota de tenis no es la misma que la de bádminton, la de ping pong o la de hockey. Se han utilizado también raquetas, sticks, e incluso bolos o diabólos.

V. CONCLUSIONES

La iniciación deportiva es uno de las áreas más importantes dentro de la Educación Física ya que es un medio muy adecuado para trabajar y desarrollar distintos aprendizajes así como aspectos fundamentales en la formación de los alumnos.

Mediante el desarrollo de este proyecto educativo he comprobado como a través de una detallada adecuada propuesta didáctica, se pueden alcanzar los objetivos y

contenidos enmarcados en las leyes de educación que proponen la estimulación motriz de los alumnos y la formación en valores de ciudadanía a partir de los juegos cooperativos que fomentan en los estudiantes no sólo el desarrollo de habilidades motrices sino cualidades como la colaboración, el trabajo en equipo, la ayuda mutua, la resolución de conflictos, el reconocimiento y aceptación del otro, y la búsqueda del bien común por encima de la competitividad desmedida y la individualidad.

Este proyecto es totalmente viable y puede ser llevado a cabo en los distintos ciclos de Educación Primaria ya que es flexible y puede ser modificado en función de las necesidades específicas de los alumnos. De la misma manera, hay que mencionar que la programación exige un gran esfuerzo por parte del docente porque las variantes pueden ser diversas y la adecuación al grupo al contexto en el que puede ser trabajado puede resultar muy laborioso y es probable que demande un continuo cambio de la planificación docente en cuanto al trabajo y desarrollo conceptual, y en consecuencia al cumplimiento de los objetivos previstos.

Así mismo considero importante resaltar que para lograr un mayor éxito y mejores resultados se debe promover la continuidad y aplicación del proyecto durante toda la etapa educativa, así como del seguimiento que requiere el mismo.

Este trabajo ha incidido en la planificación y metodología de enseñanza de educación física en la etapa de educación primaria, centrándose en la iniciación deportiva y en los juegos colectivos, afrontando los procesos de enseñanza y aprendizaje de sus contenidos y se ha planteado una propuesta didáctica basada en la autonomía del alumno, ya que este será el intérprete de su propio aprendizaje y el docente actuará como guía del aprendizaje.

De esta forma, se procura que el alumno/a adquiera una motivación intrínseca a través del juego, que es una herramienta fundamental y adecuada para la adquisición y desarrollo de los contenidos de educación física. A través del juego, el grado de implicación y motivación, será mayor y por lo tanto el proceso de enseñanza y aprendizaje será mucho más eficiente.

Las decisiones relacionadas con la secuenciación didáctica presentan cierta dificultad. Resulta complicado encontrar la manera de llevar a cabo una planeación que se ajuste al currículo educativo vigente, así como lograr alcanzar los objetivos generales de una forma adecuada sin afectar los contenidos enmarcados en la ley.

Esta tarea de programación de unidades didácticas ha resultado muy positiva para mí, ya que he podido conceptualizar y poner en práctica el aprendizaje adquirido en mi etapa de formación como futuro docente.

Por último, espero que este proyecto pueda servir de apoyo e inspiración para futuras líneas de investigación que giran en torno a este tema, y que pueden ser ampliadas y mejoradas. Sin duda, la iniciación deportiva mediante el juego es un campo de trabajo muy amplio y gratificante, que puede ofrecer grandes posibilidades pedagógicas

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

a) Artículos y monografías

Balakrishnan, M., Rengasamy, S. y Salleh, M. (2011).Effect of teaching games for understanding approach on students' cognitive learning outcome. *World Academy of Science, Engineering and Technology*, 77, 961- 963

Blanchard, K., & Cheska, A. (1986).Antropología del deporte. Barcelona; Ediciones Bellaterra, S. A.

Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.

Brotto, F.O. (1999). *Jogos cooperativos: o jogo e o esporte como exercício de convivência*.Campinas: UNESP. Disponible en:
<http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=vtls000202203>

[Última consulta: 20/12/2015]

- Carralero Corella, K. (2006). Los juegos cooperativos: una propuesta para la clase de Educación Física en el primer ciclo de la Enseñanza Primaria. *EF Deportes. Revista Digital*, 99. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd99/coop.htm> [Última consulta: 20/12/2015]
- Castro, R. y López, I. (2004). La iniciación deportiva en la educación primaria: enseñanza de los deportes de cooperación/oposición de participación simultánea y espacio compartido. *EF Deportes. Revista Digital*, 77. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd77/inic.htm>
- Chacón, P. (2007). El juego didáctico como estrategia de enseñanza y aprendizaje ¿cómo crearlo en el aula? *Editorial revista Nueva Aula Abierta*, 16, 1-8
- Contreras Jordán, O. R., (2010). *Didáctica de la educación física*. Madrid: Ministerio de Educación.
- Devis, J., Navarro, V. y Sánchez, R. (2014). The teaching games for understanding model in international and Spanish context: an historical perspective. *Ágora para la EF y el deporte*, 16 (3). 197-213
- Devís, J. y Sánchez, R. (1996). La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales. En J.A. Moreno y P.L. Rodríguez (dirs.) *Aprendizaje deportivo*, Universidad de Murcia, 159-181
- Duarte, J. (2003). Learning environments. A conceptual approach. *Estudios pedagógicos*, 29, 1-19
- Garaigordobil, M. (2007). *Programa Juego 4-6 años. Juegos cooperativos y creativos para grupos de niños de 4 a 6 años*. Madrid: Pirámide.
- García, M.V., Gil, P. & Pastor, J.C. (2006). El juego y el deporte ofrecen al individuo una serie de valores y actitudes que promueven el desarrollo en diferentes

ámbitos de dicho sujeto. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 6 (2), 249-258

García, R., Traver, J.A. & Candela, I. (2001). Aprendizaje cooperativo: fundamentos, características y técnicas. Madrid: Editorial CCS.

Giménez, F. J. y Rodríguez, J. M^a (2006). Buscando el deporte educativo. ¿Cómo formar a los maestros? *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* (9), 40-45.

González-Correa, A.I. y González-Correa, C.H. (2010). Educación Física desde la corporeidad y la motricidad. *Hacia la Promoción de la Salud*, 15(2), 173-187

González, S., García, L. M., Contreras, O. R., & Sánchez-Mora, D. (2009). The concept of sport initiation nowadays. *Retos: Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (15), 14-20.

Granados, R. (2011). La influencia de la natación en el fortalecimiento de la autoestima en niños de 4-7 años en el I. P. N. XIV Seminario Internacional y II Latinoamericano de Praxiología Motriz: Educación Física y contextos críticos, pp.1-27.

Hadges, D. (2013). Reseña de tesis de maestría: explorando el juego y el jugar. Implicaciones de los jugadores en dos situaciones de juego. *Lúdicamente*, 4, 2-8

Harris, J., & Leggett, G. (2015). Testing, training and tensions: The expression of health within physical education curricula in secondary schools in England and Wales (vol 20, pg 423, 2013). *Sport Education and Society*, 20(4), 1-1.

Hernández Moreno, J. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.

- Khan, K., Thompson, A.M., Blair, S.N., Sallis, J.F., Powell, K.E., Bull, F., & Bauman, A. (2012). Sport and exercise as contributors to the health of nations. *The Lancet*, 380, 59-64
- López de la Nieta, M. (2011). *Educación Física: metodología global y participativa*. Madrid: CCS.
- Monereo, C. & Duran, D. (2002). *Entramados: Métodos de aprendizaje cooperativo y colaborativo*. Barcelona: Edebe, D.L
- Morales, L. (2006). *La integración lingüística del alumno inmigrante. Propuestas para el aprendizaje cooperativo*. Madrid: Catarata
- Moreno, J., y García, R. (2008). *El profesorado y la secundaria: ¿demasiados retos?* Valencia: Naullibres.
- Muñoz, J.C (2004) El deporte escolar: desarrollo teórico y práctico. *EF deportes. Revista Digital*, 70 Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd70/escolar.htm> [Última consulta: 201/12/2015]
- Omeñaca, R., Puyuelo, E. y Ruiz, J.V. (2001). *Explorar, jugar, cooperar. Bases teóricas y unidades didácticas para la Educación física escolar abordadas desde las actividades, juegos y métodos de cooperación*. Barcelona: Paidotribo.
- Osterlind, M., & Wright, J. (2014). If sport's the solution then what's the problem? The social significance of sport in the moral governing of 'good' and 'healthy' citizens in Sweden, 1922-1998. *Sport, education and society*, 19(8), 973-990.
- Pedraza-González, M. A., & López-Pastor, V. M. (2015). Action research, professional development of the physical education teachers in rural schools. *Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte*, 15(57), 1-16.

- Pinheiro, V. y Sequeira, P. (2013). Recursos para potenciar el fairplay en la iniciación deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24: 97-99.
- Polvi, S. y Talama, R. (2000). The use of cooperative learning as a social enhancer in Physical Education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 1, 20-52.
- Pujolas, P. (2009). Quality in cooperative learning teams: Some considerations for the calculation of the degree of cooperation. *Revista De Educación*, (349), 225-239.
- Prieto Bascón, M.A. (2011): La iniciación deportiva. *Innovación y experiencias educativas*
- Romero Granados, S. (2006). El deporte escolar: sentido y alcance en la actualidad (pp. 131-156). En P. Gil Madrona (Dir.). *Juegos y deporte en el ámbito escolar: Aspectos curriculares y actuaciones prácticas*. Madrid: Secretaría General Técnica.
- Ruiz Omeñaca, J.V., Ponce de León Elizondo, A., Sanz Arazuri, E. y Valdemoros San Emeterio, M^a A. (2013). *La Programación de Educación Física para Primaria: propuesta para su elaboración*. Logroño: Servicio de Publicaciones de la Universidad de la Rioja
- Sánchez Jiménez, A. y Hernández Sánchez, A.M^a (2001). *Aprendiendo a jugar. Los juegos no competitivos y populares en Infantil, Primaria y Secundaria*. Murcia: ANPE.
- Siedentop, D.; Tannehill, D. (2000): Developing teaching skills in physical education. *Mountain View, CA*. Mayfield.
- Valero-García, M., y Díaz de Cerio, L.M. (2005). Autoevaluación y co-evaluación: estrategias para facilitar la evaluación continuada. *Actas del Simposio Nacional de Docencia en Informática SINDI-AENUI*: 25-32.

Velázquez, C. (2004). *Las actividades físicas cooperativas. Una propuesta para la formación de valores a través de la educación física en las escuelas de educación básica*. México, D.F.: Secretaría de Educación Pública.

Viciana, J. (2002). Temporalizar la Educación Física: el planning de una programación y consideraciones para la sesión. *Revista Digita*, 47. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd47/tempo.htm>

Vivas, E. y Guevara, M (2003). Un juego como estrategia educativa para el control de *Aedes aegypti* en escolares venezolanos. *Revista Panam Salud Publica*, 14 (6), 394-401

b) Otros recursos

C.E.I.P La Laguna. (2011). *C.E.I.P La Laguna*. Disponible en <http://cplalaguna.centros.educa.jcyl.es/sitio/>

Real Academia Española (2015). *Diccionario de la Real Academia Española*. Disponible en <http://www.rae.es/>

c) Textos legislativos

España. Orden EDU/519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León. BOCYL nº 117 de 20 de junio de 2014.

España. Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. BOE nº 52, de 1 de marzo de 2014.

La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE)

VII. ANEXO

Puesta en común: ficha de reflexión

Nombre y apellidos: _____

Fecha: _____

Curso: _____

¿Con qué deporte están relacionados los juegos de hoy?

¿Sabrías decirme algo ese deporte?

¿Qué has aprendido de los juegos?



¿Qué te han parecido los juegos? ¿Te han gustado o no? ¿Por qué?



Conclusiones que hemos obtenido en clase:

Haz un dibujo sobre el deporte que has aprendido hoy en clase

Hoy he aprendido muchas cosas sobre el deporte, pero recuerda:

**Lo importante no es ganar sino
participar y divertirse con los
compañeros!**

Hasta la próxima sesión

