



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN SEGOVIA

**GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA Y  
EDUCACIÓN INFANTIL**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

*“Un viaje hacia la nueva escuela con las  
METODOLOGÍAS ACTIVAS”*



**AUTORA:** Ana de la Plaza Brogeras

**TUTOR:** Jose María Arribas Estebaranz

*“Los analfabetos del siglo XXI no serán aquellos que no sepan leer y escribir,  
sino aquellos que no sepan aprender, desaprender y reaprender.”*

Alvin Toffler (2015).

## **RESUMEN**

La educación de hoy en día requiere de un cambio metodológico centrado en el alumno, haciéndole protagonista de su propio aprendizaje en un proceso de autonomía, aprendizaje y creatividad. En este cambio, asume un papel importante el maestro como guía y facilitador del aprendizaje. Además, será el encargado de valorar la diversidad y así dar un enfoque inclusivo al proceso. En una primera parte se muestra el marco teórico con el pasado, presente y futuro de estas metodologías.

A continuación se expone una propuesta de intervención bajo el tema “la alimentación saludable en preadolescentes” con la implementación de las distintas metodologías y la multidisciplinariedad abordaremos un proceso de construcción del aprendizaje.

## **PALABRAS CLAVE**

Metodologías activas, Pedagogía, método, inclusión y Nueva Escuela.

# **ABSTRACT**

Today's education requires a methodological change focused on the student, making him the protagonist of his own learning in a process of autonomy, learning and creativity. In this change, the teacher assumes an important role as a guide and facilitator of learning. It will also be responsible for valuing diversity and thus providing an inclusive approach to the process. A first part shows the theoretical framework with the past, present and future of these methodologies.

Below is a proposal for intervention under the theme "Healthy eating in pre-adolescents" with the implementation of the different methodologies and the multidisciplinary approach we will address a process of construction of learning.

# **KEY WORDS**

Active methodologies, Pedagogy, Method, Inclusion and New School.

# ÍNDICE.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN .....	1
1. JUSTIFICACIÓN.....	1
2. OBJETIVOS .....	2
2.1. Objetivos formativos .....	2
2.2. Objetivos específicos del presente TFG .....	2
3. INTRODUCCIÓN. ....	3
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO. ....	4
1. PASADO, PRESENTE Y FUTURO DE LAS METODOLOGÍAS ACTIVAS. ....	4
1.1. Antecedentes históricos.....	4
1.2. La metodología activa en la enseñanza. ....	5
1.3. Revolución metodológica.....	6
1.4. Nuevas metodologías para el aprendizaje en el siglo XXI. ....	7
2. METODOLOGÍAS ACTIVAS DEL APRENDIZAJE. ....	8
2.1. Precisiones terminológicas: Pedagogía, metodología y métodos de aprendizaje.....	8
2.2. Funciones del maestro y del alumno en las metodologías activas. ....	9
2.3. Características de las metodologías activas.....	10
2.4. Metodologías activas.....	10
2.5. Principales métodos activos de aprendizaje .....	12
2.6. Los métodos activos aplicadas a la evaluación. ....	18
3. OTROS ASPECTOS IMPORTANTES DE LOS MÉTODOS ACTIVOS. ....	19
3.1. Las familias ante las metodologías activas.....	19
3.2. Resistencia de los alumnos al aprendizaje activo.....	20
3.3. Los métodos activos propician la igualdad de oportunidades para el éxito. ....	20
4. REFLEXIÓN CRÍTICA SOBRE LOS MÉTODOS ACTIVOS.....	22

CAPÍTULO III.....	24
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	24
1. JUSTIFICACIÓN.....	24
2. CONTEXTUALIZACIÓN.....	25
3. OBJETIVOS.....	25
4. PROPUESTAS DE CONCIENCIACIÓN E INTERVENCIÓN ALIMENTARIA SALUDABLE EN PREADOLESCENTES.....	26
5. DESARROLLO DE LAS SESIONES.....	29
CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES.....	44
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	46
ANEXOS.....	50
Anexo I.....	51
Anexo II:.....	52
Anexo III:.....	52
• Rincón 1: Alergia al marisco.....	55
• Rincón 2: Alergia a la leche de vaca:.....	55
Anexo IV:.....	56
Actividad 5: La entrevista.....	56
Anexo V.....	57
Actividad 6: El chef.....	57

Anexo VI: Rúbricas de evaluación.....	57
<i>Tabla 1: “Rúbrica de Seguimiento Individual” (FSI)</i> .....	57
<i>Tabla 2: “Rúbrica de Seguimiento Grupal” (FSG)</i> .....	58
<i>Tabla 3: Rúbrica de competencia Aprender a Aprender</i> .....	58
<i>Tabla 4: “Rúbrica de Autoevaluación para el Profesorado Individual” (FAP)</i> .....	59
<i>Tabla 5: Rúbrica de expresión oral.</i> .....	59
<i>Tabla 6: Autoevaluación de la práctica docente.</i> .....	60
Anexo VII.....	60
Cuestionarios.....	60
Anexo VIII .....	63
Video de presentación del TFG.....	63

# CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

## 1. JUSTIFICACIÓN

Aprender, formar y conocer son los verbos que nos motivaron a investigar y elegir como temática las metodologías activas. Estrategias metodológicas innovadoras que ayudarán a los más pequeños de la comunidad educativa a aprender con ilusión, ganas y motivación. Tres adjetivos muy importantes en la formación personal y académica de un alumno.

La sociedad avanza y no debemos quedarnos amarrados en el pasado. Hay que avanzar con ella, adaptándonos a las nuevas situaciones y actividades que nos demandan. Avanzar hacia la nueva escuela.

La propia experiencia y vivencia hace que el ser humano aprenda. Esa es la base de una buena metodología activa. Aprender protagonizando tu propia aventura. En este tipo de estrategias no vale que te cuenten la historia, ellos ya han vivido la suya y ahora les toca a los más pequeños. El maestro debe guiar y ser su lazarillo en esta aventura del aprender, pero ofreciendo esa libertad y curiosidad por conocer, aprender y rectificar.

Pero en una aventura hay protagonistas, antagonistas y personajes secundarios. Roles que deben ser conocidos y asumidos por ambas partes para que la andadura sea motivadora y con los objetivos claros a conseguir.

La meta de este trabajo es profundizar, reflexionar y formarnos en las distintas metodologías activas para poder ofrecer a nuestros alumnos en su proceso de enseñanza- aprendizaje. Estrategias interrelacionadas en las que no existe competencia entre ellas. Metodologías que representan el espíritu de un aula. Muchas metodologías, cada una de ellas diferente a la anterior, pero que con una buena coordinación entre ellas, potenciará a los alumnos su aprendizaje, su autonomía y su creatividad.

Todo cambio requiere esfuerzo, constancia y mucho trabajo. Toda la comunidad educativa debe remar a favor. Es una travesía larga y que puede presentar problemas o fisuras que entre todos deberemos salvar. *Aprender haciendo* es la base de nuestro propio proceso educativo. Para ello, las metodologías activas son una herramienta indispensable. Ante tu propio aprendizaje, ¿Qué eres? ¿Protagonista o mero espectador?

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1.Objetivos formativos**

El Trabajo de Fin de Grado es el último eslabón en la formación inicial de un docente. En él se pretende plasmar y proyectar los aprendizajes adquiridos y las competencias desarrolladas a lo largo del Grado. Los objetivos del TFG vienen plasmados en la guía general Trabajo Fin de Grado y esos son los que pretendemos lograr con la realización del presente trabajo. Entre ellos destacamos los siguientes objetivos:

1. Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos.
2. Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
3. Diseñar, planificar, adaptar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje para el alumnado con necesidades educativas específicas, en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
4. Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.
5. Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Conseguir un aprendizaje autónomo y cooperativo utilizando hábitos y destrezas en los alumnos.
6. Conocer y aplicar en las aulas las tecnologías de la información y de la comunicación. Diferenciar entre la formación cívica y riqueza cultural de la información audiovisual.
7. Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de educación primaria y a sus profesionales. Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.

### **2.2.Objetivos específicos del presente TFG**

Los objetivos específicos que pretendemos lograr con la realización del presente Trabajo Fin de Grado son:

- Investigar, reflexionar y analizar el pasado, el presente y el futuro de las metodologías activas, diferenciando conceptualmente entre pedagogía, metodología y métodos.
- Facilitar a los docentes un elenco valorativo de los principales métodos activos de aprendizaje.
- Reflexión crítica sobre la idoneidad y pertinencia de las metodologías activas.
- Ofrecer una propuesta didáctica en la que se implementen diferentes métodos activos de aprendizaje.

### 3. INTRODUCCIÓN.

Aproximarnos al proceso enseñanza-aprendizaje implica conocer algunos elementos conceptuales. De esta forma, podremos comprender la evolución de un paradigma centrado en la figura del maestro y su enseñanza, a otro, centrado en el alumno y su aprendizaje. Profundizaremos en metodologías activas para la formación de competencias y abordaremos el tema de la diversidad y la inclusión en este marco.

Nos basamos en un modelo educativo donde el eje principal está en la autonomía del alumno y en el desarrollo de la competencia *aprender a aprender* junto con el resto de competencias, en una nueva forma de proponer tareas, en una nueva evaluación y en un nuevo concepto del proceso enseñanza-aprendizaje.

Las características de este nuevo modelo educativo conllevan un cambio sustancial en la valoración del alumno. Se tiene en cuenta que sea activo, autónomo, estratégico, cooperativo y responsable. Esto exige facilitar un aprendizaje en estas nuevas competencias.

De programar por objetivos a programar por competencias, que son un “saber hacer complejo e integrador” Lasnier, (2000) citado por March, A. F. (2006) implica un cambio radical en los métodos de enseñanza-aprendizaje. Pasan de ser métodos centrados en el profesor a métodos centrados en los alumnos. Se proponen situaciones de aprendizaje contextualizadas, buscando el desarrollo de la capacidad de aplicación y resolución de problemas en los alumnos.

Al introducir las competencias, hablamos de un conocimiento aplicado. Basándome en De la Cruz, (2005); citado por March, A. F. (2006) explica que el aprendizaje de competencias supone conocer, comprender y usar pertinentemente.

Como teoría explicativa de este aprendizaje, debemos remitirnos a un marco cognitivo y constructivista. La exigencia de un aprendizaje eficaz, se caracteriza por ser un proceso constructivo, activo, contextualizado, social y reflexivo. Se trata de aprender con sentido y realizar un aprendizaje significativo a partir de lo que se conoce, con tareas reales. Todo ello es garantía de un aprendizaje duradero.

No obstante, en un método estructurado intervienen las metas del profesor y los objetivos de los alumnos y se tienen en cuenta diferentes variables relacionadas con el número y características de los alumnos, la materia, el profesor y el entorno socio-cultural.

Cada método tiene sus ventajas e inconvenientes y no existe a priori un método “mejor” que otro. Cada uno presenta unas virtualidades que lo harán más o menos idóneo en función del contexto y las circunstancias en que se vaya a implementar. La participación activa del alumno depende de su responsabilidad y de sus acciones en el proceso de enseñanza. La motivación es clave para conseguir que el alumno se implique.

Al hablar de metodología, hemos de resaltar el papel del maestro. El maestro es un elemento fundamental en cuanto que será el encargado de guiar, ayudar y motivar a los alumnos para conseguir con éxito las tareas propuestas. Del mismo modo, programará actividades de aprendizaje atendiendo a los espacios y recursos necesarios para lograr un buen resultado.

Es importante que los maestros sepan de otras metodologías y estrategias de aprendizaje. Valorarán las ventajas e inconvenientes de cada uno de ellos, y contarán con la suficiente flexibilidad para adaptarlos y adaptarse a las circunstancias concretas de su entorno, su aula y sus alumnos.

Nuestro trabajo está articulado en tres capítulos:

El primer capítulo es el marco teórico donde tratamos los antecedentes históricos, los roles del maestro y del alumno en el proceso de enseñanza aprendizaje, la elección de una metodología adecuada y una valoración del proceso de aprendizaje en el siglo XXI.

El segundo capítulo es la propuesta de intervención. Nos centramos en la secuencia didáctica en Educación Primaria basada en metodologías activas. Partimos de unos objetivos y desarrollamos unas actividades con diferentes metodologías para posteriormente, evaluar el proceso. Concretamente implementaremos en el aula una serie de actividades agrupadas en cinco fases que ayuden al alumnado a construir su propio aprendizaje.

El tercer capítulo son las conclusiones, donde analizaremos y valoraremos las experiencias vivenciadas. Debemos comprobar si este tipo de métodos y estrategias genera un mayor, más gratificante y duradero aprendizaje.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.**

### **1. PASADO, PRESENTE Y FUTURO DE LAS METODOLOGÍAS ACTIVAS.**

#### **1.1. Antecedentes históricos.**

Las metodologías activas no son un concepto nuevo a pesar de parecerlo, dado el auge y la visibilidad social que está teniendo en los últimos tiempos. Haciendo un breve repaso a lo largo de la historia, podemos encontrarnos con autores que ya utilizaban este término. Así, podemos citar a Pestalozzi, Herbart, Fröebel, Dewey y a Instituciones Educativas como la Institución Libre de Enseñanza, la Escuela Nueva y la Escuela Única Republicana.

Si nos remontamos siglos atrás, podemos citar a Sócrates y Cicerón que criticaron duramente la educación tradicional griega y romana, respectivamente. De la misma forma, en la época medieval nos encontramos con Erasmo, por ejemplo, que se enfrentó a la forma de educar de su época.

Ya en el siglo XVII comenzaban nuevos enfoques en la educación. Se da mayor prestigio a las Instituciones, se modifican métodos y programas y la disciplina se relativiza. En los métodos de enseñanza se introduce una base psicológica y se comienza a utilizar el método inductivo en las áreas del conocimiento. Esto servirá de semilla para sucesivos enfoques educativos.

Es en el siglo XVIII, cuando Pestalozzi se convierte en un importante educador. Por un lado, se le reconoce como precursor de la educación especial y por otro lado, como defensor de la formación integral y del aprendizaje a través de la práctica y la observación.

Sin embargo, es a partir de finales del siglo XIX y principios del siglo XX cuando se inicia un importante movimiento de renovación educativa y pedagógica. Nos referimos a la Escuela Nueva.

Se trata de una corriente que busca dar un sentido activo a la enseñanza. Aboga por introducir nuevos estilos. El alumno se convierte en el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje y rechaza el aprendizaje memorístico. Se fomenta el método científico y el espíritu crítico en el aprendizaje.

En cuanto a qué entendemos por aprendizaje, y cómo sucede en nuestros alumnos, nos encontramos con diferentes enfoques. Se inician con los estudios conductuales de I. Pavlov en 1900; le sigue, las propuestas constructivistas de Lev Vygotski (Unión Soviética), Jean Piaget (Suiza, 1950); y David Ausubel (EEUU, 1960). Y en la actualidad, nos encontramos con los avances de la neuroeducación, que aplica los avances de la neurología aplicada a la optimización del aprendizaje.

Sin embargo, a pesar de los diferentes enfoques, no debemos perder de vista que el aprendizaje del alumno sea cual sea la metodología empleada, implica siempre una actitud proactiva hacia el aprendizaje; no existe aprendizaje sin presencia del alumno. Está demostrado que el cerebro prescinde del aprendizaje que no es utilizado durante y después de un proceso formativo. El alumno aprende cuando tiene que realizar algo con los contenidos; a esto se llama realizar una formación orientada a los alumnos y su participación activa. Shuell citado por Jerez et al., (2008) señalan cuatro características fundamentales en este tipo de formación.

- Aprendizaje constructivista. El conocimiento de cada alumno es una construcción personal que se produce partiendo de sus experiencias, dependiendo de sus conocimientos previos. Es decir, se construye el aprendizaje desde lo que ya hay.
- Aprendizaje situado. El aprendizaje es un proceso situado en un contexto de aprendizaje determinado.
- Aprendizaje social. El proceso de enseñanza-aprendizaje es una interacción social. Aprendemos de otros y con otros.
- Aprendizaje autorregulado. Los alumnos deben conocer las tareas destinadas a aprender, las tareas que sirven de evaluación y las tareas que son de refuerzo. No deben ser consideradas medios de aprendizaje, sino metas a conseguir.

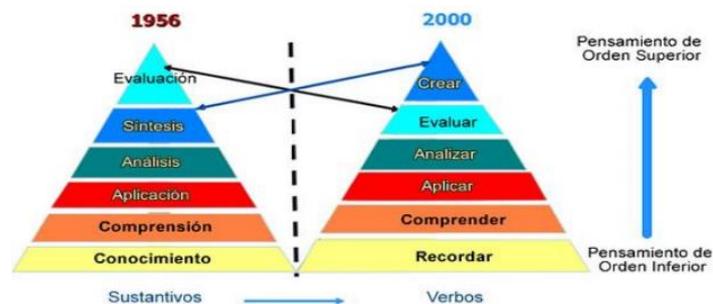
## **1.2.La metodología activa en la enseñanza.**

Diferentes autores han reflexionado sobre el concepto de aprendizaje y las condiciones y niveles del mismo. Bloom, por ejemplo, en su famosa taxonomía promueve seis niveles que debemos tener en cuenta en el diseño de la programación, más en concreto en la formulación de objetivos de aprendizaje. Cody Blaire, nos ofrece de forma visual, en su pirámide de aprendizaje cómo el tipo de enseñanza y aprendizaje influye en la adquisición de competencias y conocimientos. Así, una metodología expositiva con un alumno pasivo no produce un aprendizaje variado y dinámico.

Las metodologías activas ponen en el centro al alumno y dan sentido a la unión de estas dos teorías:

### 1.2.1. Taxonomía de Bloom: objetivos educativos.

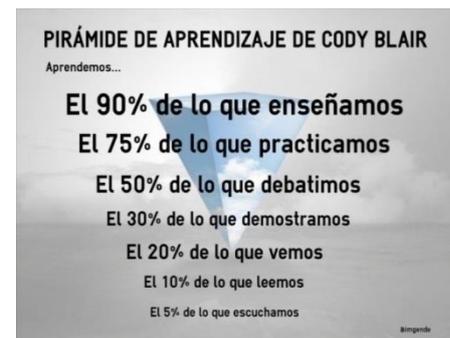
La Taxonomía de Bloom promueve seis niveles, que debemos tener en cuenta en el diseño de la programación. Se diferencian dos tipos de habilidades cognitivas a alcanzar: las de orden inferior relacionadas con recordar, comprender y aplicar; y las de orden superior relacionadas con analizar, evaluar y crear.



Todos los niveles estarán presentes en el desarrollo cognitivo de los alumnos. El alumno es el protagonista activo de su aprendizaje.

### 1.2.2. Pirámide de aprendizaje de Cody Blair: aprender haciendo.

Por su parte, la Pirámide de Aprendizaje de Cody Blair ofrece, de forma visual un resumen de cómo el tipo de enseñanza-aprendizaje influye en la adquisición de conocimientos, destrezas y competencias. Hablamos de un aprendizaje práctico, variado y dinámico.



Basándonos en las dos teorías anteriormente analizadas, nos atrevemos a decir que algo está fallando porque en las etapas educativas superiores nos estamos olvidando de la parte superior de la Pirámide de Aprendizaje y abandonamos las habilidades superiores de la Taxonomía de Bloom. Afortunadamente, esta orientación está dando la vuelta gracias a la aparición de las metodologías activas que ponen el foco en el alumno y dan sentido a la unión de estas dos teorías.

Las metodologías activas proponen una gradación coherente de la Taxonomía de Bloom en la formulación de los objetivos y una mayor presencia de la parte práctica, y significativa para los alumnos, atendiendo a la Pirámide de Aprendizaje de Cody Blair.

## 1.3.Revolución metodológica.

Ante esta situación, nace la educación por competencias. Esto supone que el alumno tiene que “saber”, “saber hacer” y “saber ser”. Es decir, tiene que tener un conocimiento sobre un tema

determinado, una habilidad para poner en práctica lo que sabe en el mundo real y tener valores para apoyar sus actos.

Las metodologías activas tienen procedimientos diferentes, y por lo tanto ninguna es mejor que otra. Sin embargo, existen ciertos principios que tienen en común; algunos de ellos son:

- El alumnado asume el papel protagonista dentro de su proceso de enseñanza-aprendizaje.
- El maestro conoce los contextos socio-culturales de los alumnos.
- Dan importancia al tratamiento interdisciplinar del currículo.
- Importancia del trabajo cooperativo entre los agentes educativos.
- Hacen uso de los diferentes recursos didácticos, combinándolos y haciendo un uso especial de las TIC.

En las metodologías activas el concepto de quién aprende puede llevar a error. Esto es así porque al tratar al alumno como protagonista de su propio proceso enseñanza-aprendizaje, creemos que solo él es el que aprende. Obviamente, en este proceso didáctico también aprende el maestro.

Cierto es que, el alumno en este proceso va a aprender a dialogar, empatizar, tener más autonomía, resolver los problemas que le vayan surgiendo, trabajar de forma cooperativa y colaborativa, entre otros.

Sin embargo, el docente va a aprender a reinventarse, crecer tanto en lo profesional como en lo personal, saber combinar diferentes metodologías para el beneficio de los alumnos, facilitar o investigar al alumnado en su proceso de enseñanza-aprendizaje más individualizado.

No obstante, hay que tener en cuenta que son las metodologías activas las que deben adaptarse al alumno, a sus características y necesidades. Hay que ayudarles a mantener su motivación para que superen con éxito su proceso de enseñanza-aprendizaje.

#### **1.4.Nuevas metodologías para el aprendizaje en el siglo XXI.**

UNESCO (1996) de la *Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI “La educación encierra un tesoro”* citado por Delors (1996), afirma que la educación debe organizarse en cuatro tipos de aprendizaje:

- *Aprender a conocer junto a “aprender a aprender”*. Se refiere a la adquisición de conocimientos con la competencia de “aprender a aprender” que les sirva para la vida.
- *Aprender a hacer*. Se trata de resolver situaciones, aplicar conocimientos y resolver problemas en diferentes contextos
- *Aprender a vivir*: Valorando y respetando a los demás.
- *Aprender a ser*: Potenciando el desarrollo de la persona.

Siguiendo a Adell y Castañeda (2012) citado por COCEMFE, los rasgos más relevantes de las nuevas metodologías del S. XXI son:

1. Tienen una visión de la educación que va más allá de la pura adquisición de conocimientos; se trata de lograr cambios significativos en la forma de entender y de actuar en la vida.
2. Superan el aula aprovechando recursos y herramientas globales.
3. Muchos proyectos están abiertos a la participación.
4. Se basan en teorías pedagógicas clásicas tales como teorías constructivistas sociales y construccionistas del aprendizaje así como en el aprendizaje basado en proyectos y en ideas modernas como el conectivismo<sup>1</sup> y el aprendizaje rizomático<sup>2</sup>.
5. Potencian la competencia “Aprender a aprender”.
6. Las actividades escolares se convierten en experiencias significativas.
7. Tanto los maestros como los alumnos asumen riesgos intelectuales. Realizan actividades creativas y abiertas.
8. La evaluación es un instrumento que permite evidenciar los aprendizajes.

A partir de esta situación, habrá que replantar la educación. Los maestros tendrán que facilitar el aprendizaje y adquirir competencias que faciliten la convivencia y valoren la diversidad. Conviene alentar a los maestros a que sigan aprendiendo y evolucionando profesionalmente en este nuevo proyecto.

## **2. METODOLOGÍAS ACTIVAS DEL APRENDIZAJE.**

### **2.1. Precisiones terminológicas: Pedagogía, metodología y métodos de aprendizaje**

Si la filosofía es considerada como la madre de todas las ciencias, podemos decir que la pedagogía es la madre de todas las disciplinas de la educación. Hacer pedagogía es reflexionar sobre la educación que sucede en la escuela. Es cierto que la pedagogía no tiene aplicación inmediata; sin embargo es imprescindible para los maestros porque da sentido a las cosas que se hacen o se piensan en la escuela.

Basándonos en la RAE (Real Academia de la Lengua Española) *pedagogía* es definida como: “la ciencia que estudia la educación y la enseñanza.” El concepto pedagogía proviene del griego (paidagogeos), “paidos” que significa niño y “ago” que quiere decir guía. Esta ciencia se dedica a orientar el proceso educativo basado en técnicas, principios y métodos.

Mendieta Alatorre (1973) afirma que: "Método de aprendizaje es el camino o medio para llegar a un fin, el modo de hacer algo ordenadamente, el modo de obrar y de proceder para alcanzar un objetivo determinado". En este caso el método integra principios, prácticas y formas de evaluación. El método va a depender de los contenidos y del nivel de los alumnos. (p.31)

La metodología concreta el método en un contexto determinado con el fin de conseguir unos objetivos y en función de los alumnos y sus características. Se diferencia del método de aprendizaje porque concreta aún más el contexto y los alumnos con los que se trabaja. La *metodología* es el conjunto de estrategias y procedimientos que planifica el maestro para conseguir el logro de los objetivos en los alumnos. Basándonos en la RAE (Real Academia de la Lengua Española)

---

<sup>1</sup> Conectivismo: explica el efecto que la tecnología tiene en la comunicación y en el estudio.

<sup>2</sup> Aprendizaje rizomático: alude a la interconexión de ideas.

*metodología* es definida como “el conjunto de métodos que se sigue en una investigación científica o en una exposición doctrinal”.

## 2.2. Funciones del maestro y del alumno en las metodologías activas.

El aula debe ser el escenario en el que descubrir, experimentar, debatir y trabajar en equipo sean los elementos prioritarios de la puesta en escena. A esto hay que añadirle la empatía, la energía y la pasión en esta gran responsabilidad que como maestros tenemos.

Incorporar las nuevas metodologías en el aula implica reajustar el papel tanto del maestro como del alumno. El propósito que persigue es involucrar a los agentes de la comunidad educativa en el proceso de aprendizaje de los alumnos. La creatividad, el pensamiento crítico, la investigación y la emoción son los factores más relevantes en el reparto de roles.

¿Cuáles son los roles del maestro y del alumno en el proceso de aprendizaje?

<i>Función del maestro</i>	<i>Función del alumno</i>
Formula los objetivos a conseguir.	Analiza las instrucciones recibidas.
Organiza el trabajo.	Planifica el trabajo.
Aporta el material.	Consulta el material.
Proporciona información.	Explora.
Formula ejemplos.	Intercambia experiencias con su grupo.
Plantea problemas.	Rectifica errores.
Estimula a los alumnos a la intuición.	Confirma aciertos.

*Fuente: elaboración propia.*

En la metodología activa es el alumno, el eje central. Un alumno con unas necesidades y unas actitudes propias que en una clase heterogénea resultan ser un inconveniente. Este cambio metodológico les ayudará a salvar las dificultades encontradas por este motivo, proporcionando un aprendizaje más sólido.

La participación de las familias también toma un papel muy importante en este marco de las metodologías activas. El rol que las familias tienen es el de apoyar, proporcionar información, ideas o materiales e intervenir en el proceso de enseñanza de sus hijos. Ruiz y Mérida (2016) afirma que se sentirán integradas y, por tanto, “copartícipes del proceso de enseñanza-aprendizaje de sus hijos e hijas”.

Introducir nuevas metodologías en el aula no siempre resulta adecuado, puesto que no todos los maestros dominan estas estrategias metodológicas y además, no todos los alumnos están preparados para este cambio metodológico. Es decir, a la hora de elegir una metodología, ésta debe adaptarse a los maestros, a los alumnos concretos y a los recursos de los que se dispone. A pesar de todo, la variedad en la metodología es buena para todos los protagonistas del proceso enseñanza-aprendizaje.

### 2.3. Características de las metodologías activas

La introducción de estas metodologías busca la autonomía del alumno, el desarrollo de sus capacidades, la ayuda entre compañeros, el aprendizaje experimental y activo y una educación basada en la resolución de problemas. Se busca incrementar la independencia del estudiante mediante la implementación de estas innovaciones.

Tras conocer los antecedentes de este tipo de metodología, de qué se trata y los tipos que existen, voy a citar algunas características comunes a todas las metodologías activas. Éstas son:

- **Aprendizaje a través del juego.** Recurso muy útil para impulsar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos y que sean capaces de resolver problemas de la vida cotidiana.
- **Fomenta la relación grupo aula.** Todos los alumnos deben interactuar unos con otros para llegar a un producto final. Esto fomenta el compañerismo, el respeto y la autocritica.
- **Debe ser un proceso formativo.** Este tipo de metodologías tienen que fomentar el conocimiento de sí mismo y del entorno, el respeto a los compañeros, un pensamiento crítico y el razonamiento.
- **Es importante hacer hincapié en el proceso y no en el resultado.** El alumno debe conocer el procedimiento e ir logrando poco a poco sus objetivos.
- **Es un proceso comprometido.** Esto es así, porque el alumno en este proceso debe valorar el entorno y la cultura.
- **El alumno se convierte en el protagonista de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje.** El alumno debe ser más crítico, selectivo, autocrítico y curioso para poder construir su propio conocimiento.
- **La construcción del conocimiento se realiza a través de las experiencias vividas.** Esto es gracias a los procesos de reflexión del alumno.
- **El rol del profesor debe ser el de guía y ayuda al alumno.** En este caso, el profesor debe velar por el aprendizaje y construcción autónoma de los alumnos.

### 2.4. Metodologías activas

Para poder explicar los distintos tipos de metodologías activas existentes, vemos necesario hacer una distinción entre metodología y método activo. Vicente & Andrés (2020) afirma que metodología es: “la estrategia educativa destinada a propiciar y provocar aprendizaje”. Así mismo, afirma que método activo es: “*un método que se caracteriza por que el alumno se convierte en sujeto agente de su propia formación a través de la investigación personal y el contacto directo con la realidad y las experiencias del grupo de trabajo al que pertenece*”. Este concepto choca con el modelo educativo que veníamos utilizando al ser totalmente guiado y autoritario.

Para desarrollar un método activo nos encontramos con dificultades que van desde el individualismo de los maestros hasta la dilatación en el tiempo que conlleva el desarrollo de las diferentes estrategias. A pesar de ello, hemos de considerar las metodologías activas como herramientas de motivación y facilitadoras del aprendizaje. En este sentido, las metodologías activas fomentan la experimentación, una participación activa de los alumnos y un aprendizaje funcional.

Se ha venido considerando al alumnado como una tabula rasa<sup>3</sup>, en la que se van transmitiendo los conocimientos. Este concepto tenía su razón, porque el acceso al conocimiento ha sido escaso.

Actualmente, existen muchos factores que influyen en el proceso enseñanza-aprendizaje, y que implican un enfoque distinto. Así, nos encontramos: la llegada de Internet, un acceso mayoritario al conocimiento, nuevas investigaciones relacionadas con la neurociencia y la psicología cognitiva; cambios sociales, culturales, económicos y científicos. De esta forma, el alumno cuando se enfrenta al aprendizaje lleva consigo un conjunto de experiencias y conocimientos previos y herramientas cognitivas que le permiten reelaborar los conocimientos y sus significados. Así pues, esta realidad implica que el alumno debe adquirir competencias que le permitan aprender y desaprender conocimientos y reconstruir e integrar aprendizajes que le faciliten la inclusión en la sociedad actual. Basándonos en Pozo. JL, 1999 citado por Jerez. O et all, (2008) afirma que: “Esto no afecta al modo de generar el conocimiento, sino que también la forma de apropiarse de ellos”. (p. 14) (*Ver anexo I*)

Antes de adentrarnos en una enumeración de métodos y recursos activos, debemos pararnos en el trabajo previo que el maestro debe realizar para acabar con el esquema de una clase tradicional. Para ello, el maestro ha de estar convencido en trabajar las habilidades, competencias y aptitudes de los alumnos.

El primer paso a considerar, es el que se conoce como “Metodología P.E.R” de Selmes (1988) con sus tres tiempos de: Preparación, Ejecución y Reflexión. En cada uno de estos tiempos hay que pensar en el ¿Qué? y en el ¿Cómo?

	<b>¿QUÉ? (Resultado)</b>	<b>¿CÓMO? (Proceso)</b>
<b>PREPARACIÓN</b>	Qué deben hacer los alumnos.	Secuenciación de estrategias.
<b>EJECUCIÓN</b>	Alcanzar los objetivos de las tareas.	Motivar, dirigir y reorientar las estrategias.
<b>REFLEXIÓN</b>	Actitud de dialogo y de reflexión.	Preguntas adecuadas para encarrilar la conversación.

*Fuente: elaboración propia.*

*Metodología*, basándonos en De Miguel (2005) citado por March, A. F (2006) es: “el conjunto de oportunidades y condiciones que se ofrecen a los estudiantes, organizados de manera sistemática e intencional que, aunque no promueven directamente el aprendizaje, existe alta probabilidad de que esto ocurra” (p.41).

Basándonos en Vicente. S, & Andrés. A, entendemos por método activo:

*“El que se caracteriza por que el alumno se convierte en sujeto agente de su propia formación a través de la investigación personal y el contacto directo con la realidad y las experiencias del grupo de trabajo al que pertenece.”* (p.5)

<sup>3</sup> Tabula rasa: su mente es como una tablilla en la que no hay nada escrito.

Por el contexto en el que nos encontramos, nos hemos adentrado en el estudio de las metodologías activas recogidas por la Junta de Castilla y León, aunque existan otras muchas. Intentar abarcarlas todas es imposible.

## 2.5.Principales métodos activos de aprendizaje

En los últimos años se ha producido una avalancha tal de métodos de aprendizaje, que es imposible dar cuenta de todos ellos ni tal vez merezca la pena hacerlo, pues muchos de ellos, son una nueva moda sin una cimentación adecuada; en el mejor de los casos obedece más a intereses económicos que a pedagógicos.

Por ello, sin cerrarse a nuevas aportaciones que se revelen realmente útiles, es mejor ceñirse a los denominados métodos activos de aprendizaje contrastados. Para ello, y dado el contexto en el que vamos impartir docencia, tomaremos como referencia el documento “Fichas-resumen de metodologías activas” de la Red de Formación de Castilla y León que ha elaborado facilitando un listado de métodos docentes. Nos hemos tomado la molestia de resumir los aspectos fundamentales de cada uno de ellos con el fin de facilitárselos al lector y a los docentes que pudieran acceder a este trabajo.

<i>Aprendizaje basado en problemas y retos.</i>	
Definición	<i>“Conjunto de tareas basado en la resolución de preguntas o problemas a través de la implicación del alumno en procesos de investigación de manera autónoma.” Sánchez, J. (2013)</i>
Aprendizaje	El alumno parte de su aprendizaje vivencial y se implica en la resolución de un desafío.
Enfoque	El alumno en este proceso adquiere habilidades, destreza, conocimientos y conductas desarrollando un pensamiento crítico.
Producto	Lo importante no es la solución si no todo el proceso que conlleva. Implica un razonamiento individual y colectivo, una observación y una puesta en común.
Proceso	Son los propios alumnos los que generarán el mapa del propio proceso de aprendizaje. Irán tomando decisiones y serán los encargados de elegir la más adecuada.
Rol del profesor	El maestro crea el reto inicial adaptándolo a sus alumnos. a partir de ese momento se convierte en guía y orientador del aprendizaje.

<b>Comunidad de aprendizaje</b>	
Definición	<i>“Es un proyecto de transformación social y cultural de un centro educativo y de su entorno para conseguir una Sociedad de la Información para todas las personas, basada en el aprendizaje dialógico, mediante una educación participativa de la comunidad, que se concentra en todos sus espacios incluida el aula”</i> García, A. C., & Hawrylak, M. F. (2010).
Aprendizaje	Se basa en la lectura y en el diálogo. Está relacionado con la prevención y resolución de conflictos.
Enfoque	Lo importante en este método está en los argumentos y en las tertulias que se establecen.
Producto	Una comunidad de aprendizaje promoverá interacciones para hacer posible el cambio en la vida de las personas.
Proceso	Se basa en un dialogo igualitario donde todos tienen la misma oportunidad de hablar y de ser escuchados.
Rol del profesor	El maestro se convierte en un integrante más dentro de la dinámica.

<b>Ambientes y rincones</b>	
Definición	<i>“Rincones de trabajo delimitados y concretos, ubicados en las aulas o en su entorno más próximo, donde alumnos y alumnas trabajan de forma simultánea y alrededor de un único proyecto o unidad de programación.”</i> Junta de Castilla y León.
Aprendizaje	El alumno desarrolla estrategias y habilidades relacionadas con las competencias en diferentes entornos, potenciando su autonomía y creatividad.
Enfoque	Los alumnos al mismo tiempo realizan las tareas dentro de un único proyecto. Proporciona flexibilidad en la metodología.
Producto	El resultado es un proyecto con variedad de contenidos.
Proceso	Los alumnos están encargados de explorar, investigar, experimentar, hacer y expresar.
Rol del profesor	El maestro deberá ayudar al equipo, dirigir su aprendizaje, organizar el trabajo.

<b>Aprendizaje colaborativo</b>	
Definición	<i>“Es la adquisición de destrezas y actitudes que ocurren como resultado de la interacción en grupo.”</i> Correa, L. M. Z. (2003).
Aprendizaje	Los alumnos conocen diferentes soluciones en un problema atendiendo a la diversidad y llegando a acuerdos comunes.
Enfoque	Se parte de la igualdad de los alumnos para distribuir tareas, responsabilidades e intercambio de funciones.
Producto	Serán todos los componentes del equipo quienes han de conseguir el objetivo propuesto.
Proceso	Conlleva un reparto de tareas, una relación recíproca para compartir experiencias y pensamientos y un intercambio de roles.
Rol del profesor	El maestro es el que ayuda, orienta, coordina y favorece estrategias para resolver conflictos, dirigir sus emociones y suministrar recursos nuevos.

<b>Portfolio</b>	
Definición	<i>“Colección de trabajos del estudiante que nos cuenta la historia de sus esfuerzos, su progreso y logros en un área determinado. Incluye la participación del estudiante en la selección del contenido del portfolio, los criterios para juzgar méritos y la prueba de su autorreflexión.” Klenowski, V. (2004).</i>
Aprendizaje	Reúne todas las muestras del alumno que impliquen el nivel alcanzado; deben reflejar su pensamiento, su modo de analizar y su modo de interactuar.
Enfoque	Permite realizar cambios debido a la interrelación del profesor con el alumno.
Producto	Realizar actividades que sirvan de evidencias del aprendizaje.
Proceso	Fijar los objetivos, recopilar los trabajos, valorar y publicar.
Rol del profesor	El maestro se convierte en un monitor del proceso de aprendizaje.

<b>Unidades Integradas</b>	
Definición	Según la Junta de Castilla y León, afirma que: <i>“selección y organización de actividades de enseñanza aprendizaje vinculadas entre sí y destinadas a una tarea final de creación para trabajar las competencias implicando a distintas áreas de conocimiento.” (p.1)</i>
Aprendizaje	Se fomenta un trabajo crítico de los alumnos junto con el desarrollo de habilidades sociales y valores educativos. Los alumnos se encargan de indagar, debatir, pensar y crear.
Enfoque	Las tareas propuestas unen contenidos y competencias que impliquen motivación y superación de retos.
Producto	Realizar una tarea que aúne las diferentes áreas del conocimiento desde el trabajo competencial.
Proceso	Al proponer actividades abiertas facilitan una evaluación formativa del proceso.
Rol del profesor	El maestro basándose en la evaluación inicial y partiendo de un problema propone a los alumnos la tarea.

<b>Metacognición</b>	
Definición	<i>“Hace referencia a que el sujeto conoce sus capacidades, limitaciones y procesos cognoscitivos que están involucrados en la consecución de un objetivo, realización de una tarea o solución de un problema.” García, J. G. (2003).</i>
Aprendizaje	Está relacionado con la competencia “aprender a aprender”. Ayuda a la autonomía del alumno y programa las diferentes habilidades y estrategias necesarias para conseguir el objetivo final.
Enfoque	Son los propios alumnos quienes se administran su propio proceso de aprendizaje.
Producto	Se realiza a través de mapas mentales, rutinas de pensamiento o destrezas de pensamiento.
Proceso	Emplear diferentes recursos para potenciar el espíritu crítico de los alumnos.
Rol del profesor	El maestro se convierte en guía y asesor de habilidades y estrategias imprescindibles para el aprendizaje.

<b>Gamificación</b>	
Definición	<i>“Se centra en aplicar elementos extraídos de los juegos e introducirlos en contextos diferentes para conseguir un objetivo.”</i> Hernandez Rojas, L. L. (2017).
Aprendizaje	Se produce en entornos no lúdicos a partir de dinámicas de juego.
Enfoque	La gamificación ofrece al alumno un feedback permanente que va guiando el camino a seguir.
Producto	Conseguir un alumno activo y motivado.
Proceso	Se aprovecha la estructura del juego y se obtiene actividades fáciles y atractivas para los alumnos.
Rol del profesor	Impulsar la concentración en la tarea y fortalecer los valores positivos del juego.

<b>Aprendizaje basado en investigación</b>	
Definición	Según la Junta de Castilla y León, afirma que: <i>“consiste en la aplicación de estrategias de enseñanza y aprendizaje que tienen como propósito conectar la investigación con la enseñanza, permitiendo la incorporación parcial o total del estudiante en una investigación basada en métodos científicos, bajo la supervisión del profesor.”</i> (p.1)
Aprendizaje	Los alumnos se convierten en protagonistas de su proceso enseñanza-aprendizaje.
Enfoque	Favorecer el desarrollo de estrategias y competencias relacionadas con la indagación, investigación y la exploración.
Producto	Elaborar un trabajo de investigación apoyándose en el método científico.
Proceso	Partiendo del método científico se relacionan las diferentes áreas y programas.
Rol del profesor	El profesor ayuda al alumno en su aprendizaje, brindándole motivación y revisión.

<b>Design thinking</b>	
Definición	<i>“Metodología innovadora que promueve la generación de ideas a partir de una problemática real, haciendo de la enseñanza un proceso mucho más rápido, dinámico y real.”</i> Castro Salazar, M. A. (2018)
Aprendizaje	Los alumnos desarrollan la creatividad y utilizan el diseño visual en la representación de conceptos e ideas. Solucionarán de forma creativa los diferentes problemas que surjan utilizando el pensamiento visual.
Enfoque	Los estímulos visuales se convierten en protagonistas.
Producto	Implica una exposición basada en el diseño visual y mejorada con distintos planteamientos.
Proceso	El estímulo visual llega rápidamente al cerebro, quien procesa la información facilitando un aprendizaje dinámico y eficiente.
Rol del profesor	El profesor es el responsable de plasmar nuevos contenidos a través de diseños gráficos.

<b>Visual Thinking</b>	
<b>Definición</b>	Según la Junta de Castilla y León, afirma que: “ <i>consiste en volcar y manipular ideas a través de dibujos simples y fácilmente reconocibles, creando conexiones entre sí por medio de mapas mentales, con el objetivo de entenderlas mejor, definir objetivos, identificar problemas, descubrir soluciones, simular procesos y generar nuevas ideas.</i> ” (p.1)
<b>Aprendizaje</b>	Emplea un lenguaje más visual que verbal. El uso de los mapas de pensamiento ayuda a los alumnos a entender y planificar mejor sus ideas.
<b>Enfoque</b>	Potenciar la creatividad y la habilidad de plasmar ideas empleando dibujos sencillos.
<b>Producto</b>	Las imágenes ayudan a comprender mejor los contenidos con una visión global de la situación. Asimismo, colabora con la representación mental de conceptos y circunstancias más difíciles de entender.
<b>Proceso</b>	Manejar y ofrecer ideas a través de dibujos asequibles, asignando lazos de relación entre ellos a través de mapas conceptuales.
<b>Rol del profesor</b>	El maestro potenciará el aprendizaje a través de mapas de pensamiento como un instrumento para entender y planificar las ideas relevantes de un texto.

<b>Aprendizaje basado en servicios</b>	
<b>Definición</b>	“ <i>Actividad compleja que integra el servicio a la comunidad con el aprendizaje escolar. Se trata de una propuesta innovadora, pero al mismo tiempo también es una propuesta que parte de elementos muy conocidos: el servicio voluntario a la comunidad</i> ” Puig, J. M., Batlle, R., Bosch, C., & Palos, J. (2007)
<b>Aprendizaje</b>	Los alumnos aprenden a trabajar las demandas del entorno y su propósito es mejorarlo. Se trata de interrelacionar el compromiso social y el aprendizaje de competencias, conductas y valores. Consiste en ser competentes siendo útiles a los demás.
<b>Enfoque</b>	Potencia el conocimiento práctico del aprendizaje y colabora con las demandas del entorno.
<b>Producto</b>	Conseguir un servicio solidario, ofrecer momentos de reflexión para fomentar su desarrollo crítico y crear buenos ciudadanos.
<b>Proceso</b>	Dentro del proceso, recalamos seis fases. Éstas son: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación</li> <li>- Contextualización del alumnado, centro o lugar.</li> <li>- Planificación.</li> <li>- Realización.</li> <li>- Reconocimiento.</li> <li>- Evaluación.</li> </ul>
<b>Rol del profesor</b>	El maestro concibe la relevancia de contenidos y les da funcionalidad a través de una propuesta educativa.

<b><i>Aprendizaje basado en proyectos</i></b>	
Definición	<i>“Conjunto de tareas de aprendizaje basada en la resolución de preguntas y/o problemas, que implica al alumno el diseño y planificación del aprendizaje, en la toma de decisiones y en procesos de investigación.”</i> Martín-Plaza, S. A.
Aprendizaje	El alumno es protagonista de su propio aprendizaje. Se adapta el Currículo teniendo en cuenta las demandas que hacen los alumnos. El aprendizaje debe resultar próximo a los contenidos que ya tienen los alumnos, práctico para su día a día y atrayente.
Enfoque	Favorecer la iniciativa y espíritu emprendedor de los alumnos y les hace partícipes de las tareas propuestas.
Producto	Los alumnos trabajan los proyectos a través de la investigación, tomando decisiones individuales. Dentro de esta metodología es importante tener en cuenta la autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación a nivel grupal e individual.
Proceso	Los alumnos en esta metodología trabajan en equipo. Cada miembro del grupo asume roles para que el trabajo salga adelante. Explorar y decidir son los verbos más importantes para trabajar por proyectos.
Rol del profesor	El maestro deberá dirigir su aprendizaje y ayudarles en la resolución de conflictos.

<b><i>Aprendizaje cooperativo</i></b>	
Definición	<i>“Es una forma de trabajo en grupo basado en la construcción colectiva del conocimiento y el desarrollo de habilidades mixtas, donde cada miembro del grupo es responsable tanto de su aprendizaje como del de los restantes miembros del grupo.”</i> Gil Montoya, C., Baños Navarro, R., Alías Sáez, A., & Gil Montoya, M. D. (2007).
Aprendizaje	El aprendizaje del alumno ante esta metodología tiene que ver con una participación más activa, tener un conocimiento de la responsabilidad más afianzado y potenciar la relación alumno-maestro.
Enfoque	Los alumnos construyen un lazo de cooperación entre ellos. Ayudar y motivar son los verbos necesarios para estimular el aprendizaje.
Producto	Responsabilidad particular, habilidades interpersonales, autoevaluación grupal y cumplir individualmente con el rol asignado en el grupo.
Proceso	El alumno deberá incrementar sus habilidades de trabajo en equipo, de comunicación e intelectuales.
Rol del profesor	El maestro deberá ayudar al equipo, dirigir su aprendizaje, organizar el trabajo y favorecer estrategias para resolver conflictos, dirigir sus emociones y suministrar recursos nuevos.

<i>Flipped Classroom</i>	
<b>Definición</b>	“Ambiente de aprendizaje dinámico e interactivo en el que el educador guía a los estudiantes a medida que se aplican los conceptos y puede participar creativamente en la materia” Martín-Plaza, S. A.
<b>Aprendizaje</b>	El alumno profundiza los contenidos a través de los materiales realizados por el maestro. Así mismo, en esta metodología, el tiempo de clase el alumno lo utiliza para resolver dudas, afianzar conocimientos y trabajar en equipo.
<b>Enfoque</b>	El alumno trabaja los contenidos nuevos en casa y luego en clase lo expone a los compañeros. Ahora es el alumno quien imparte la clase.
<b>Producto</b>	Para este tipo de metodologías es muy importante el uso de las TIC.
<b>Proceso</b>	El feedback que reciben los alumnos de su proceso de enseñanza-aprendizaje es el que reciben de sus propios compañeros, quienes darán su opinión sobre el trabajo expuesto.
<b>Rol del profesor</b>	Motivar, apoyar y ayudar la iniciativa personal que tiene el alumno e interesarse por la diversidad del aula.

## **2.6.Los métodos activos aplicadas a la evaluación.**

El concepto de evaluación también cambia con las metodologías activas. Se destierra el término calificación y se dejan de poner etiquetas a los alumnos. La evaluación sirve como instrumento para saber si verdaderamente han adquirido los contenidos y si saben aplicarlos a su realidad (Galeana, 2007). No debemos olvidar que es toda la comunidad educativa la que participa en este proceso de análisis del aprendizaje. De esta forma, los objetivos de la evaluación varían según el colectivo al que se dirija:

- *A los alumnos.* La evaluación permite evaluar y autoevaluarse. Los alumnos se preguntarán sobre su aprendizaje y la aplicación de éste (Vergara 2015). Las herramientas de evaluación utilizadas son entre otras: el portfolio, la rúbrica y el cuaderno de trabajo.
- *Al profesorado.* Galeana (2007) sostiene que ha de ser una evaluación sumativa y formativa al producirse una retroalimentación entre el alumno y el maestro. Se emplearán instrumentos de evaluación tales como: la observación, rúbricas, cuaderno del maestro e incluso las mismas actividades.
- *A las familias.* Toda la comunidad educativa puede participar en el proceso de evaluación para poder corregir errores, valorar los aciertos y tomar decisiones adecuadas.

Este proceso de evaluación continua aportará información constante al profesorado para mejorar no solo los resultados sino los procesos de enseñanza aprendizaje del alumnado. Así, la evaluación del aprendizaje del alumno permite constatar los progresos teniendo en cuenta la situación inicial y atendiendo a la diversidad. La evaluación significa conocer, enjuiciar y tomar decisiones, siempre para mejorar.

### **3. OTROS ASPECTOS IMPORTANTES DE LOS MÉTODOS ACTIVOS.**

#### **3.1.Las familias ante las metodologías activas.**

Las familias están implicadas en el proceso de enseñanza- aprendizaje de sus hijos, interviniendo tanto en la evolución como en su aprendizaje. Todo ello gracias al compromiso que adquieren. Llegado a este punto vamos a profundizar en dos aspectos fundamentales: por un lado, el concepto de enseñanza-aprendizaje; y por otro, las expectativas que tenemos sobre la colaboración de la familia en este proceso.

En primer lugar y centrándonos en el concepto de enseñanza-aprendizaje, nos encontramos con que el aprendizaje que construye el alumnado debe ser significativo. Debe concebirse como continuo en el tiempo. En esta línea de continuidad debemos contar con la ayuda de otras personas que forman parte de la comunidad educativa.

En cuanto a las expectativas de las familias, decir que su participación es fundamental para avanzar y desarrollar los aprendizajes del alumno. Su participación debe ir más allá de la información; deben formar parte del proceso junto con los maestros y los alumnos. Debemos coordinarnos todos: alumnos, familias, escuela y sociedad. Podemos afirmar que la familia es un agente fundamental del proceso educativo de los alumnos. Egido (2015, p.13) concibe dicha colaboración como “un medio para incrementar el logro de cada alumno, reducir el fracaso de los grupos desaventajados y mejorar los resultados del sistema educativo en su conjunto”

Pero en toda colaboración hay aspectos positivos y negativos que con ayuda de todos debemos cambiar. Algunos de los problemas con los que las familias se encuentran son:

- *Presión social.* Ante las metodologías activas, totalmente nuevas para algunos, las familias al no conocer estos nuevos métodos se quedan arraigados a la metodología tradicional. Ya no vale la memorización, sino el aprender y la experimentación.
- *La poca formación.* Hay muchos padres que debido a su escasa preparación, no pueden ayudar a sus hijos.
- *Disponibilidad.* El trabajo y los horarios son factores que muchas veces impiden este tipo de ayudas. Las familias deben compaginar y conciliar su trabajo con las responsabilidades como padres.
- *Falta de recursos.* Existen familias donde los recursos están muy limitados. Tal es el caso de familias que no disponen de acceso a la tecnología. Se trata de la brecha digital que tan en boca de todos está en la actualidad.

Hay que luchar entre todos ante estos problemas y buscar soluciones. Las familias han de ser conscientes de lo importante que es su colaboración en las metodologías activas. Juega a su favor la mejora en la relación familia-escuela así como en la detección de problemas y en logro de los objetivos.

### **3.2. Resistencia de los alumnos al aprendizaje activo.**

La innovación representa cambios. Introducir formas de enriquecimiento en el proceso de aprendizaje del cual se obtienen grandes oportunidades de desarrollo individual en los alumnos puede generar conflicto. Están viviendo una experiencia tradicional y este cambio construye en muchas ocasiones resistencia. Para aliviar esta resistencia habrá que explicar detalladamente las sesiones así como el proceso y la secuencia de aprendizaje. Con esta innovación, debemos buscar una educación integral efectiva. Es en este contexto en el que el uso de estas técnicas y modelos permiten un cambio.

Resistir a este cambio metodológico se explica por la carencia en la toma de responsabilidades en el aprendizaje; sin embargo, el entusiasmo de algunos maestros refuerza la calidad de la educación y hace que esta resistencia se vaya difuminando con el tiempo. Mediante un efectivo conocimiento de estas nuevas innovaciones educativas será como la resistencia desaparezca.

No debemos olvidar que las innovaciones educativas en las que incrementamos la independencia y la autonomía del alumno son las encargadas de reforzar el aprendizaje y el desarrollo de nuevas capacidades.

Algunas estrategias para facilitar la transición son:

- Mantener una actitud de diálogo aceptando sugerencias.
- Organizar discusiones y foros de la comunidad educativa.
- Conocer los beneficios del cambio metodológico.
- Cambio de actitudes y perspectivas de forma lenta y gradual.

No debemos olvidar que el éxito en la implementación de cualquier innovación educativa se debe a la responsabilidad individual de compartir y poder motivar y ayudarnos unos a otros.

Siguiendo a Vicente. S, & Andrés (2020), resistencia al cambio metodológico en el aula es una reacción negativa por parte de los alumnos ante el cambio en las condiciones didácticas, que ellos consideraban estables y están relacionadas con la metodología.

Stephen R. (1996) agrupa en dos categorías las fuentes principales de resistencia: individual y organizacional. En el caso de la resistencia individual de los alumnos, nos referimos a su carácter, hábitos de aprendizaje y estudio personal y cómo se enfrentan a sus evaluaciones. En cuanto a la resistencia organizacional Robbins (1996) habla de una inercia estructural referida a mecanismos preexistentes que favorezcan una eficiente continuidad del modelo actual.

### **3.3. Los métodos activos propician la igualdad de oportunidades para el éxito.**

Es urgente que aprendamos a gestionar la diversidad impresionante de este mundo globalizado (Eduardo Punset). En el proceso enseñanza-aprendizaje, los maestros se enfrentan a un contexto diverso en relación a las experiencias de sus alumnos como consecuencia del nivel socio-cultural de las familias.

Uno de los problemas a los que se enfrentan los maestros es no poder garantizar los mismos resultados para todos, puesto que el punto de partida no es el mismo. El nivel de conocimientos

previos es diferente. A partir de esto, necesitamos reflexionar sobre cómo la diversidad se convierte en una oportunidad de aprendizaje para todos. Si reconocemos las diferencias y valoramos la diversidad conseguiremos aunar aprendizajes y promover la inclusión.

El maestro al valorar la diversidad como un elemento enriquecedor dará a la educación un enfoque inclusivo. Se trata de dar respuestas individualizadas a las diferentes necesidades de los alumnos. En este sentido, cabe resaltar la importancia del aprendizaje cooperativo.

Siguiendo a Chiva (2016): “Si la educación fuera un viaje, el método pedagógico sería el medio de transporte con el que afrontarlo”. Aprovechando la idea si como maestros nos marcamos como meta la inclusión, el medio de transporte sería las metodologías activas en las que el alumno es el protagonista activo de su propio aprendizaje.

No debemos olvidar que la diversidad va implícita en la condición humana. Todos compartimos unos rasgos comunes y al mismo tiempo cada uno de nosotros es diferente al resto. A pesar de ser conscientes de esta diversidad, en el ámbito escolar sigue siendo una asignatura pendiente.

La diversidad hoy en día, es uno de los retos más importantes de nuestra labor docente. Gestionar el proceso de aprendizaje de diferentes alumnos en el mismo itinerario escolar implica la necesidad de proponer contextos educativos en los que sea posible dar a cada uno lo que necesita. Lo cierto es que el aprendizaje es un proceso de elaboración personal diferente en cada individuo.

Por tanto, es necesario entender el aprendizaje no como un acto individual sino como un acto compartido en el que todos trabajamos juntos para optimizar las oportunidades de aprendizaje.

Pero si los alumnos trabajan juntos con metas compartidas necesitamos darles oportunidades para conseguir el éxito. Para ello, debemos tener previstas las medidas curriculares, metodológicas y organizativas necesarias. Esto nos lleva a gestionar la diversidad apoyándonos en tres condiciones básicas:

1. *La diferenciación.* Se refiere a diversificar las situaciones de aprendizaje que deben adaptarse a las necesidades de los alumnos.
2. *La autonomía.* Se trata de desarrollar la capacidad del alumnado para aprender de forma autónoma; esto derivará en una mayor independencia con respecto al docente.
3. *La cooperación.* Está relacionada con las enormes ventajas que ofrece la interacción cooperativa para potenciar las oportunidades de aprender de todos los alumnos.

Al amparo de lo establecido en los artículos 9.1 y 9.6 del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, en la etapa de la Educación Primaria se pondrá especial énfasis en la atención a la diversidad del alumnado, en la atención personalizada, en la prevención de las dificultades de aprendizaje, así como en la puesta en práctica de mecanismos de refuerzo tan pronto como se detecten estas dificultades de aprendizaje.

Complementando estas concepciones, Zariquiey (2016) considera tener muy presentes los siguientes elementos que configuran una educación más inclusiva:

1. *La implantación en el aula de una red de aprendizaje.*
2. *La promoción de la autonomía de los alumnos.*
3. *La diferenciación de la intervención educativa.*

## 4. REFLEXIÓN CRÍTICA SOBRE LOS MÉTODOS ACTIVOS.

Para terminar esta primera parte, el marco teórico, creemos imprescindible echar una mirada crítica sobre los métodos activos. No es oro todo lo que reluce.

En primer lugar hemos de decir una obviedad: no existe la fórmula ideal a la hora de enseñar. El proceso enseñanza-aprendizaje depende de múltiples factores: los alumnos, las materias y los medios con los que cuenta el centro y el maestro. Sin embargo, encontramos métodos y estrategias que podemos adaptar y utilizar.

Las metodologías activas, son una de ellas. En este caso, los protagonistas del proceso son los alumnos. El maestro pasa a ser un coordinador, un guía que les orienta. Este tipo de metodología hace a los alumnos estar vinculados a la forma de aprender y les convierte en descubridores del conocimiento en vez de ser receptores de información. Dicho de otro modo, dejan de recibir conocimientos para aprender a aprenderlos.

En la actualidad nos encontramos con maestros que se decantan por una metodología pasiva, pero son cada vez más los maestros que apuestan por una metodología activa. Pero hay que tener cuidado porque cualquier metodología tiene sus inconvenientes.

Entre las prevenciones que se suelen aducir ante las metodologías activas podemos destacar:

- *La participación del alumnado en clase no es homogénea.* Con frecuencia participan siempre los mismos. Se busca un alumno participativo que pase de ser un sujeto pasivo a un sujeto activo y en muchas ocasiones puede llegar a incomodar a alumnos con dificultades para hablar en público y para interactuar con sus compañeros.
- *Clases imprevisibles.* El ritmo y el desarrollo de la clase resulta incontrolable para el maestro. Los alumnos experimentan y descubren y no se puede anticipar su reacción.
- *Dificultad respecto al uso del tiempo en su desarrollo.* Es necesario controlar muy bien el tiempo de las actividades porque si le dedicas más tiempo del debido te impedirá avanzar en la materia. Este tipo de metodologías acaparan y atraen más tiempo que la metodología tradicional.
- *Dificultad en la gestión de la información.* La búsqueda de información, seleccionarla, esquematizarla y exponerla a los compañeros se convierte en una carga para los alumnos. Con este tipo de metodologías activas se pretende desarrollar la competencia de gestionar la información.
- *Organización y planificación de las clases en el desarrollo de actividades.* Esta nueva metodología implica cambios en la organización de los trabajos de los alumnos, en la evaluación de los aprendizajes y en la coordinación de los maestros. El trabajo de diseño del proceso para el maestro se ve aumentado.
- *Escasa formación docente.* Hoy en día los maestros están en vías de un cambio metodológico. Por un lado, nos encontramos con la escasa formación de este tipo de

recursos y por otro lado está la acomodación a la metodología tradicional y no se ve la necesidad de un cambio metodológico, en algunos casos.

- *Es más fácil aprender de memoria.* Realizar actividades que impliquen habilidades como analizar, comparar, sintetizar e indagar es más difícil.
- *Importancia a la inmediatez de la respuesta.* La provisionalidad del producto y la rapidez están por encima de la sistematización del proceso y la calidad del resultado.
- *La evaluación para la nota final.* Es un aspecto que preocupa a los alumnos y que implica un cambio en la forma de evaluar y calificar por parte del maestro.

En el campo de la enseñanza lo importante es enseñar y aprender con ilusión y motivación. Son tantas las metodologías que queda en manos del maestro elegir y utilizar la que se considere más adecuada. Existen infinitas formas de enseñar.

Podemos decir que una metodología que conlleva una participación activa del alumno implica un proceso de enseñanza-aprendizaje significativo. Esto redundaría en la adquisición y mejora de las competencias del alumno. Bien es verdad que, el proceso didáctico se torna más lento e impredecible; el trabajo para el maestro aumenta y necesita ofrecer un feedback al alumno. Al hacerse más lento el proceso se deben seleccionar muy bien los contenidos. Cabe señalar que además requiere una formación y reflexión del maestro.

En cuanto a la implicación del alumno en estas metodologías, el alumno ha de dedicar más tiempo y de forma más activa a su aprendizaje. Esto le puede provocar descontento. Muchos alumnos buscan la ley del mínimo esfuerzo y suelen rechazar en un principio actividades que impliquen pensar, experimentar e interrelacionarse con sus compañeros.

No se debe valorar las metodologías como buenas o malas. Lo importante es la utilización que se haga de esa metodología; deberá atender a los objetivos a conseguir, contenidos, tiempo, número de alumnado y estilo docente. En la práctica, todas las metodologías se complementan. De esta forma, una estrategia cooperativa es compatible con una estrategia de gamificación.

El amplio abanico de estrategias metodológicas nos permite mayores recursos pero implica el dominio de estas estrategias por parte del maestro y hacer un uso adecuado de ellas en su práctica docente. Al mismo tiempo, necesita mantener una actitud crítica sobre su competencia profesional para evitar la rutina y superar el miedo al cambio metodológico.

# CAPÍTULO III

## PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

### 1. JUSTIFICACIÓN

La Educación Primaria implica asentar conceptos, aprender valores y habilidades para desenvolverse en la realidad, utilizar estrategias nuevas de aprendizaje y asumir hábitos de estudio. Es decir, formar a los alumnos para asumir roles y desempeñar tareas que deberán mantener toda la vida, con el objetivo de mejorarlas, pero nunca abandonarlas.

Las actividades programadas y organizadas se han pensado para sexto de primaria. Curso avanzado, con nuevos conceptos y valores a trabajar y a aprender. Pensar en una propuesta que les motivara y ayudara en el aprendizaje, a la vez que aprendieran valores como el compañerismo, el esfuerzo y el trabajo nos hizo valorar la importancia de las metodologías activas.

Alternativa motivadora, divertida y de trabajo en equipo; adjetivos muy necesarios en la enseñanza actual y que no debemos olvidar. Necesitaremos la ayuda del maestro, pequeños retos y su entusiasmo por aprender. No se trata de memorizar, sino de trabajar con creatividad, inteligencia y muchas ganas de compartir. Estas propuestas ayudarán a los alumnos a valorar la importancia del trabajo en equipo, a aprender por competencias y no por quién memoriza mejor y sobre todo a valorar el trabajo y el esfuerzo.

La búsqueda de la implementación de nuevas metodologías es uno de los objetivos que se pretende conseguir. Trabajar, esforzarse y no rendirse son claves para conseguir el ansiado aprendizaje que el maestro ofrece. Pero como en toda búsqueda de un aprendizaje, hay muchos baches, y tropiezos que entre todos los compañeros han de salvar.

Compañerismo va a ser la palabra que les ayude a comprobar que sin ayuda del resto nada es posible. Actitud que consideramos importante que trabajen para que además de aprender conceptos nuevos, fortalezcan valores que nunca han de olvidar.

Desde las metodologías activas queremos trabajar, además de contenidos conceptuales, los procedimentales y actitudinales. Contenidos que muchas veces se quedan en el olvido y solo se da la importancia a uno de ellos. Los tres son fundamentales para formar en un futuro buenos profesionales y personas.

El tema elegido para trabajar ha sido la alimentación y la dieta saludable. La elección de esta temática se debe a la relevancia que tiene en la sociedad actual. Con estas sesiones impartidas con metodologías activas, queremos conseguir que los alumnos adopten unos buenos hábitos saludables y que sean capaces de reflexionar y cambiar todo aquello que les lleve a padecer posibles trastornos alimenticios.

## **2. CONTEXTUALIZACIÓN**

La puesta en práctica lo realizaré en el Colegio Público de Educación Infantil y Primaria “Castilla”. Es un centro docente dependiente de la Junta de Castilla y León, que imparte los niveles de Educación Infantil, de los 3 a los 5 años, y Educación Primaria, hasta los 12 años.

Es un centro de doble línea, por lo que está formado por dos unidades de cada nivel siendo un total de 18 unidades. El Centro está ubicado en la Avd. El Ferial Nº4 en el centro de Aranda de Duero, localidad de 30.000 habitantes aproximadamente.

Al estar situado en el centro neurálgico de la villa tenemos la biblioteca municipal, el centro cultural, la casa de la Cultura... muy cerca del colegio facilitando su visita, así como la participación en eventos de la localidad organizados por distintas instituciones.

En cuanto al nivel formativo, predomina el de estudios elementales, aunque existen padres y madres con una preparación más amplia y diversa, desde la formación profesional hasta las titulaciones universitarias, tanto de grado medio como superior. Existe una Asociación de Padres y Madres de Alumnos a la que pertenecen dos terceras partes de los padres.

El aula donde he realizado esta práctica pertenece al curso de 6ºB de Educación Primaria. El aula está integrada por un grupo de 24 alumnos de los cuales 16 son niñas y 8 niños; entre ellos nos encontramos con un alumno de etnia gitana, dos alumnas de compensación educativa y un alumno con problemas de aprendizaje.

Todos los alumnos se conocen del colegio, aunque no todos han coincidido en la misma aula. Los alumnos, al finalizar el nivel se les mezclan de nuevo para hacer un grupo heterogéneo y salvar algunas dificultades. Por lo tanto, al inicio de cada curso el grupo es nuevo y la maestra-tutora también. Las edades de los niños oscilan entre los diez y once años.

La respuesta educativa del centro se integra dentro del diseño curricular en función, entre otros factores, de la naturaleza de la materia, las condiciones socioculturales del entorno, la disponibilidad de recursos y las características del alumnado, teniendo en cuenta las posibilidades que nos ofrecen las tecnologías de la información y comunicación en el aula.

## **3. OBJETIVOS.**

Los objetivos que pretendemos conseguir con la implementación de esta propuesta, se pueden dividir desde el punto de vista de las metodologías, desde el punto de vista del docente y desde el punto de vista del alumno. Diferenciar las tres posiciones de una comunidad educativa y conocer los objetivos que particularmente se pretende conseguir, es fundamental.

Desde el punto de vista de las metodologías:

- Conocer estrategias nuevas que potencien el aprendizaje de los alumnos.
- Conocer las ventajas e inconvenientes de las diferentes metodologías para hacer un buen uso de ellos.

Desde el punto de vista de los docentes:

- Garantizar un aprendizaje significativo basado en metodologías activas.
- Valorar la diversidad de los alumnos de forma positiva.
- Detectar las dificultades con las que se encuentran los maestros.

Desde el punto de vista de los alumnos:

- Seleccionar la información de forma crítica.
- Conseguir un aprendizaje funcional que les sirva en su día a día.

#### **4. PROPUESTAS DE CONCIENCIACIÓN E INTERVENCIÓN ALIMENTARIA SALUDABLE EN PREADOLESCENTES**

Esta etapa previa a la edad adulta será una buena oportunidad para aplicar normas de promoción de la salud. Con este proyecto de aprendizaje titulado “La alimentación saludable” se trabajará por un lado los beneficios de una alimentación sana, y por otro lado crear hábitos saludables en la alimentación de los alumnos. Las intervenciones deben ser concretas, con experiencias prácticas, breves y divertidas. Deben demostrar que la comida saludable es apetecible y posible.

Para poder plantear las actividades adaptadas a alumnos de estas edades, hemos considerado las características psicoevolutivas del grupo de edad al que van dirigidas, basándonos en Piaget.

Siguiendo la teoría psicoevolutiva de Piaget, los alumnos se encuentran en el final del estadio de operaciones concretas. Son alumnos que manifiestan curiosidad e inquietud; se hacen más críticos con ellos mismos y generalmente se comparan con sus compañeros. En ocasiones viven un estado general de emociones que les lleva a mostrar ira, temor, entre otros, ante cualquier acontecimiento poco relevante para el adulto. Se trata de una etapa complicada a nivel emocional por la actividad hormonal. Los amigos tienen un gran protagonismo; el grupo de compañeros ejerce una gran influencia. Asimismo, se desarrolla la capacidad de síntesis, y de abstracción. Su pensamiento es más sistemático y ordenado y, al tiempo más flexible.

Teniendo en cuenta estas características y la forma de aprender de los alumnos, hemos diseñado una serie de actividades agrupadas en cinco fases. Éstas responden a los diferentes pasos que el alumno debe realizar en la construcción de su propio aprendizaje.

Fase A: “*Planteamiento del problema*”. Consiste en expresar las ideas previas que los alumnos tienen respecto al tema propuesto.

- Actividad 1: Hábitos saludables
  - Método de aprendizaje activo implementado: Metacognición

Fase B: “*Obtención de nueva información*”. Se trata de provocar conflicto en el pensamiento de los alumnos para favorecer el aprendizaje significativo.

- Actividad 2: Pirámide de los alimentos.
  - Método de aprendizaje activo implementado: Aprendizaje Basado en Problemas y Retos (ABP)
- Actividad 3: Alergias alimentarias
  - Método de aprendizaje activo implementado: Ambientes y Rincones.

Fase C: “*Actividades de aplicación*”. Son actividades en las que se parte de la información obtenida y se generan nuevos interrogantes y se construyen hipótesis para contrastar.

- Actividad 4: Role Playing
  - Métodos de aprendizaje activo implementados: Gamificación
- Actividad 5: La entrevista
  - Métodos de aprendizaje activo implementados: Visual Thinking y aprendizaje cooperativo

Fase D: “*Actividades de recopilación y reformulación*”. Tienen como objetivo que los alumnos sean conscientes de los aprendizajes adquiridos.

- Actividad 6: El chef
  - Método de aprendizaje activo implementado: Aprendizaje cooperativo

Fase E: “*Evaluación de la intervención*”. Debemos evaluar el proyecto basándonos en el objetivo marcado, la concienciación de nuestros alumnos en cuanto a la alimentación.

Uno de los fundamentos del aprendizaje significativo es que los nuevos aprendizajes han de sustentarse sobre aprendizajes previos consolidados y otro, es contar con la existencia de un aprendiz activo, consciente de su responsabilidad e interesado en el aprendizaje.

Debemos conocer las ideas previas de nuestros alumnos respecto al tema propuesto, con el fin de adaptar la metodología y los contenidos si es necesario. Debemos tener en cuenta que el aprendizaje es individual, aunque se desarrolle a nivel grupal.

Partiremos pues, generalmente de una propuesta de problema o de una curiosidad del alumno. Ese problema puede provocarle un conflicto intelectual y al mismo tiempo lo que aprende debe ser aplicado a nuevas situaciones que le permitan preguntarse nuevas incógnitas. Por último, el alumno debe tener autoconciencia del cambio conceptual que se ha producido.

Se trata de un proyecto de aprendizaje compuesto por varias fases a lo largo del tiempo con dos características peculiares:

- *La multidisciplinariedad:* Debido al carácter transversal del tema propuesto y de la propuesta didáctica que planteamos, se trabajan aspectos de todas las áreas del conocimiento. Así, trabajamos el área del Lenguaje, Ciencias Sociales y Ciencias Naturales, entre otras.
  
- *Fuerte presencia de métodos activos:* Al mismo tiempo, implementaremos diferentes metodologías activas en estas actividades propuestas en las diferentes fases. A destacar la metacognición, gamificación, aprendizaje basado en problemas y retos, ambientes y rincones, aprendizaje cooperativo y visual thinking.

Todas las actividades seguirán el siguiente esquema:

1. Título de la actividad
2. Finalidad de la actividad
3. Objetivos de la actividad
4. Competencias básicas a las que contribuye dicha actividad
5. Métodos activos implementados
6. Desarrollo de la actividad
7. Agrupamientos
8. Temporalización
9. Recursos humanos y materiales
10. Evaluación

## 5. DESARROLLO DE LAS SESIONES

### Fase A: Planteamiento del problema.

#### Actividad 1: Los hábitos saludables.

##### FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD

Estas tareas parten de las ideas previas del alumnado y al mismo tiempo sirven de motivación. Proponer un problema principal que de sentido a esta secuencia didáctica favorece el interés y las ganas de aprender en el alumnado.

##### OBJETIVOS

- Desarrollar habilidades para trabajar en equipo.
- Adquirir nuevos hábitos saludables.
- Conocer nuevas estrategias para obtener información.

##### COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE CONTRIBUYE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.

##### MÉTODOS

En esta sesión trabajaremos la metacognición con ayuda de las siguientes técnicas:

- Rutina de “*Veo-Pienso-Me pregunto*”
- “*La Uve de Gowin*”
- Destreza “*compara y contrasta*”
- Los mapas conceptuales.

##### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Al comienzo de la sesión se les dará a cada alumno un cuestionario (*Ver Anexo VII*) para saber qué es lo que saben y los hábitos que tienen sobre la alimentación. Este mismo test se pasará al finalizar el proyecto de aprendizaje. Esto nos ayudará en la última fase: la evaluación, para contrastar lo que sabían y lo que han aprendido. Posteriormente, se les dará una hoja con la rutina “*VEO-PIENSO-ME PREGUNTO*”. Es una rutina de pensamiento que les ayudará a los alumnos a plantearse preguntas e interesarse sobre el alimento propuesto. Al conocer el alimento que les ha tocado, deberán responder

dichas preguntas. Una vez terminado pondremos en común lo que cada uno de ellos ha puesto.

A continuación, a través de la técnica de “*LA UVE DE GOWIN*” los alumnos deberán plasmar qué quieren saber y qué quieren hacer. Esta actividad servirá de guía al maestro en el proceso de enseñanza aprendizaje y poder orientarlo en la resolución de dudas que se puedan presentar.

Tras conocer lo que quieren saber y hacer nuestros alumnos, les dividiremos en grupos y les daremos a cada grupo una hoja con la destreza: “*Compara y Contrasta*”. Lo que se pretende conseguir con esta destreza es que el alumnado desarrolle capacidades nuevas para solucionar problemas. Para ello, deberán comparar y contrastar alimentos que contribuyen, y no contribuyen a una alimentación saludable.

Plantearemos preguntas que guíen al alumno en sus conclusiones finales. Algunas de éstas preguntas pueden ser:

- ¿En qué se parecen?
- ¿En qué se diferencian?
- ¿Qué nos aportan?
- ¿Qué conclusiones sacamos de ambos alimentos?

Para finalizar, trabajaremos con la técnica del “*MAPA CONCEPTUAL*”. Los alumnos deberán realizar un mapa conceptual con los ítems más importantes de un hábito saludable. Para ello, deberán seguir los siguientes pasos:

- Identificar los conceptos importantes: definición, alimentación equilibrada, hábitos perjudiciales, actividad física y el descanso.
- Relacionar los conceptos entre sí por medio de palabras de enlace o nexos.
- Buscar dentro de la estructura formada, enlaces transversales.
- Examinar la estructura final del mapa realizando los ajustes necesarios.

#### AGRUPAMIENTOS

El maestro realizará grupos heterogéneos.

#### TEMPORALIZACIÓN

La tarea durará dos sesiones.

#### RECURSOS

Humanos	Materiales	Espaciales
Maestro y alumnos.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Papel</li><li>- Bolígrafos</li><li>- Pinturas</li></ul>	El aula.

## EVALUACIÓN

Los ítems que se tendrán en cuenta para evaluar dichas actividades, serán los siguientes:

Ítem	Aspectos a evaluar	4	3	2	1
<i>Creatividad en el desarrollo de las actividades.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso del espacio, líneas, colores y textos.</li> <li>• Asociaciones de conceptos.</li> <li>• Claridad de los conceptos.</li> </ul>				
<i>Resolución de problemas.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensión del problema.</li> <li>• Estrategia efectiva.</li> <li>• Planteamiento razonado.</li> <li>• Solución del problema.</li> </ul>				
<i>Actitud ante el trabajo.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en clase.</li> <li>• Respeta turnos de palabra.</li> <li>• Compañerismo.</li> </ul>				

### **Fase B: Obtención de nueva información.**

#### **Actividad 2: Pirámide de los alimentos.**

#### FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD

En esta fase nueva de obtener información, el alumnado deberá ampliar sus conocimientos sobre el problema principal propuesto en la fase A. Los alumnos, a través de una indagación más profunda deberán completar poco a poco su aprendizaje y con ayuda del maestro presentar sus resultados y defenderlos.

Hay que provocar un conflicto de pensamiento en los alumnos. Se trata de confrontar las ideas previas con las que ahora tienen tras la búsqueda de información.

#### OBJETIVOS

- Conocer la importancia de una alimentación saludable para prevenir enfermedades.
- Conocer los grupos de alimentos que debemos incluir en una dieta equilibrada.
- Elegir los alimentos adecuados para una dieta equilibrada.
- Ser conscientes de la frecuencia de consumo de cada tipo de alimentos.

#### COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE CONTRIBUYE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.

#### MÉTODOS

## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

**Paso 1: Presentación del problema.** La sesión se iniciará con un reparto de diferentes sobres de colores. En ellos se encontrarán los diferentes alimentos de la pirámide. Posteriormente serán clasificados sobre la pirámide.

**Paso 2: Definición del problema.** Los alumnos, al descubrir el contenido de los sobres y relacionándolo con la pirámide de alimentación, deberán encontrar el problema ante la situación anterior. Deben clasificar los alimentos que tienen cada uno de ellos según el mayor o menor consumo que tenemos que hacer de ellos.

**Paso 3: Lluvia de ideas.** Tras las conclusiones obtenidas se les planteará dos tareas: ordenar los alimentos de mayor a menor consumo y clasificar los alimentos en el lugar adecuado de la pirámide.

**Paso 4: Planteamiento de respuestas.** Tras la lluvia de ideas de la fase anterior, se pasará a clasificar los alimentos. Con ayuda del maestro, se llegará a la elaboración de la pirámide y su importancia en una dieta saludable.

**Paso 5: Formulación de los objetivos.** Para seguir con los pasos de la metodología ABP, los alumnos en este apartado deberán plantearse una serie de objetivos que deberán cumplir tras la investigación.

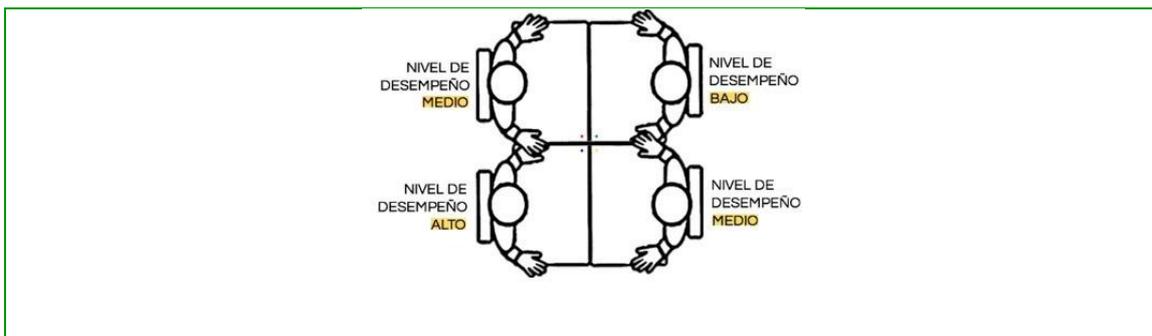
**Paso 6: Investigación.** Los alumnos por grupos de cuatro, deberán buscar información de aspectos diferentes relacionados con el valor de los alimentos. Se les propondrá varios temas y ellos deberán escoger uno de ellos. Los temas a investigar serán los siguientes:

- Clasificación de los alimentos.
- Nutrición VS alimentación.
- ¿Qué es una dieta equilibrada?
- La dieta mediterránea.
- Principales enfermedades alimentarias.

**Paso 7: Síntesis y presentación.** Tras la búsqueda de información de los diferentes temas propuestos, los alumnos deberán exponer su investigación al resto de los compañeros. El resto deberá tomar apuntes sobre las características más importantes que vayan explicando sus compañeros. Dichas presentaciones se expondrán con ayuda de una presentación que previamente deberán elaborar.

## AGRUPAMIENTOS

Los agrupamientos serán heterogéneos. El maestro deberá hacer grupos teniendo en cuenta este patrón:



### TEMPORALIZACIÓN

La tarea durará cuatro sesiones.

### RECURSOS

HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
Maestro y alumnos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ordenador</li> <li>- Tablets</li> <li>- Sobres</li> <li>- Fotos de alimentos</li> <li>- Pirámide de los alimentos.</li> </ul>	El aula.

### EVALUACIÓN

Dentro de la evaluación, los ítems que se tendrán que llevar a cabo para evaluar este tipo de actividad serán los siguientes:

Ítem	Aspectos a evaluar	4	3	2	1
<i>Extracción de conclusiones de la alimentación.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Busca, selecciona y organiza información.</li> <li>• Utiliza recursos a su alcance.</li> <li>• Manifiesta autonomía en la ejecución de tareas.</li> </ul>				
<i>Investiga y aporta información acorde con el tema propuesto.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensión del tema.</li> <li>• Información relevante.</li> <li>• Organización de los datos.</li> <li>• Expresión de la conclusión.</li> <li>• Presentación.</li> </ul>				
<i>Actitud ante el trabajo.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en clase.</li> <li>• Respeta turnos de palabra.</li> <li>• Compañerismo.</li> </ul>				

### **Actividad 3: Las alergias alimentarias.**

#### **FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD**

Se trata de ampliar aprendizajes relacionados con el tema de la alimentación que permita el conocimiento de enfermedades alimentarias, e indagar sobre ellas partiendo de los conocimientos previos.

A través de los diferentes rincones con diferentes tipos de alergias y trabajando en equipo, aprenderán la sintomatología de las reacciones, así como la forma de actuar ante ellas.

#### **OBJETIVOS**

- Desarrollar la creatividad, la planificación y organizar sus propias acciones sin depender de un adulto.
- Adquisición de nuevas capacidades para tomar decisiones.
- Fomentar los valores y las actitudes relacionadas con la responsabilidad.
- Atender a la diversidad y a los ritmos individuales de cada alumno.

#### **COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE CONTRIBUYE**

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.

#### **MÉTODOS**

Ambientes y Rincones.

#### **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Dividiremos a los alumnos en cuatro grupos, para ello, se le dará una credencial donde se les adjudicará un gomet, cada vez que terminen de forma correcta una actividad. Así mismo, empezaremos a desarrollar cada rincón o estación de forma más individualizada. Estas son las siguientes.

##### **Rincón 1: Alergia al marisco**

##### **Situación:**

*Hola, me llamo Jaime y en mi día a día tengo que tener cuidado con mi alimentación. Un día fuimos de vacaciones a Galicia a celebrar el cumpleaños de mi madre. Fuimos a comer a un restaurante y pedimos marisco, entre otras cosas. Yo comí de todo, pero me hinché a cigalas y langostas. Pronto comencé a sentir un dolor abdominal que me empezaron a producir náuseas y mareos. me sentía fatal. Al volver del aseo, el chillido de mi asustó. Tenía todo el cuerpo lleno de ronchones y los labios hinchados. Inmediatamente me llevaron al hospital y me*

*diagnosticaron alergia al marisco.*

*A partir de ese momento, tengo que tener cuidado con lo que como, pero me gusta tanto el pescado que no sé qué tipo de pescados puedo comer y cual no, ¿me podéis ayudar a hacer la lista diferenciando lo que puedo comer y lo que no (marisco)?*

**Desarrollo:**

A continuación, se les proporcionará unos recortables de productos de revista de los diferentes tipos de pescados que existen. Se les facilitará una cartulina en la que deberán hacer dos columnas, reflejando con un tic y con una X lo que puede comer o no Jaime (*Ver Anexo III*). Los alumnos deberán ir pegando estos recortables en la columna que vayan considerando.

**Rincón 2: Alergia a la leche de vaca:**

**Situación:**

*Buenos días, me llamo Tomás y soy el director de empresa "PASCUAL". Nos hemos dado cuenta de la cantidad de personas que poco a poco van descubriendo su alergia a la leche de vaca. Ante esta situación, llevamos varios años realizando numerosos tipos de leche diferentes. ¿Me podéis ayudar a diseñar un nuevo tipo de envase de leche?*

**Desarrollo:**

Antes de empezar con la actividad, los alumnos deberán visualizar un video, que el profesor previamente les ha facilitado en el rincón. Se trata de un video resumen de los tipos de leche y sus beneficios. Tras haber visualizado éste, cada grupo deberá realizar un dibujo con el cartón de leche que ellos consideren (*Ver anexo III*). Después en la asamblea se trabajará dicho diseño, así como la defensa del colectivo al que va dirigido y por qué.

**Rincón 3: Alergia a los frutos secos:**

**Situación:**

*Hola me llamo Paula y soy dependienta en una tienda de chuches de mi pueblo. Aunque no lo creáis, mi trabajo implica un cuidado muy riguroso. Tengo que tener cuidado a la hora de clasificar los alimentos así como evitar el contacto entre ellos.*

*¿Os imagináis que un alérgico a los frutos secos se contaminara con alguna chuche que haya estado en contacto con ellos?*

*¿Qué síntomas creéis que pueden tener esta persona?*

*¿Qué soluciones deben tomar antes esta situación?*

**Desarrollo:**

Cada grupo deberá responder las preguntas propuestas por Paula, justificando sus respuestas para posteriormente argumentarlas en la asamblea.

#### **Rincón 4: Alergias a la fruta:**

##### **Situación:**

*Mi nombre es Julia y tengo 84 años. A lo largo de mi vida he podido comer todo tipo de frutas, sin privarme de ninguna. Hace 10 años, tuve una reacción alérgica y tardaron mucho tiempo en diagnosticarme la causa. Cuando me dijeron que era alérgica a la fruta, me llevé un gran disgusto. Nunca pensé que algo tan “natural”, podría afectarme al organismo.*

*¿A qué edad me diagnosticaron esta alergia?*

*¿Por qué creéis que el número de alérgicos a la fruta ha aumentado tanto?*

*¿Creéis que guarda algún tipo de relación con la contaminación y los alimentos de creación artificial?*

##### **Desarrollo:**

Cada grupo deberá responder las preguntas propuestas por Julia, justificando sus respuestas para posteriormente argumentarlas en la asamblea.

#### **AGRUPAMIENTOS**

Los agrupamientos serán al azar. Como ya hemos aclarado anteriormente se repartirá a cada alumno una credencial con un posit de un color diferente. El grupo se formará con los colores de las credenciales.

#### **TEMPORALIZACIÓN**

Doce minutos en cada rincón.

#### **RECURSOS**

<b>HUMANOS</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>ESPACIALES</b>
Maestro y alumnos.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Papel</li><li>- Bolígrafos</li><li>- Pinturas</li><li>- Láminas</li><li>- Revistas</li></ul>	El aula.

#### **EVALUACIÓN**

Los ítems que tendremos en cuenta para valorar las actividades son:

<b>Ítem</b>	<b>Aspectos a evaluar</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<i>Resolución de conflictos a través de prácticas restaurativas.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mantiene el orden.</li><li>• Mantiene un comportamiento de respeto.</li></ul>				
<i>Valorar la organización y la creatividad tanto individual como colectiva.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Control de eficacia del grupo.</li><li>• Calidad de trabajo.</li><li>• Aportaciones.</li></ul>				

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad resolutive.</li> </ul>					
Actitud ante el trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en clase.</li> <li>• Respeta turnos de palabra.</li> <li>• Compañerismo.</li> </ul>					

### **Fase C: Actividades de aplicación.**

#### **Actividad 4: Role Playing**

##### FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD

Al mismo tiempo que los alumnos aprenden a elaborar una dieta saludable, aplicarán este conocimiento a la vida diaria con esta actividad de simulación.

##### OBJETIVOS

- Aumentar la motivación y el interés por parte del alumno.
- Fomentar el aprendizaje activo, facilitando la comprensión y adaptándose a problemas concretos.
- Integrar teoría y práctica, permitiendo vivir situaciones reales.
- Mejorar la comunicación interpersonal.

##### COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE CONTRIBUYEN

- Competencia en comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.

##### MÉTODO

Gamificación.

##### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Preparación previa del supuesto y contexto. El maestro deberá definir el qué, el dónde y el cuándo, adaptándolo a las circunstancias que rodean el problema y los objetivos a lograr.

Preparación de roles. El maestro deberá repartir los papeles de los personajes a los que tienen que representar, definiendo el contexto y el problema de cada uno. Uno de ellos será el nutricionista, quien se encargará de recomendar hábitos saludables a un grupo de tenistas.

Ejecución de la simulación. Los alumnos realizan la simulación de forma libre y autónoma. Es muy importante no interrumpir el proceso de simulación.

Reflexión entre las partes. El maestro junto con el equipo de alumnos realizará un análisis final haciendo

preguntas a los implicados uno por uno y por separado. Las preguntas que deberemos hacer como maestros es conocer cómo se siente el participante después de la simulación y lo que piensa del personaje que ha representado.

### AGRUPAMIENTOS

El agrupamiento se realizará de forma heterogénea. Al realizar una simulación en grupo, se facilita la intervención de los alumnos con mayores dificultades ya que contarán con la ayuda de otro compañero para desempeñar su rol en la simulación.

### TEMPORALIZACIÓN

Una sesión de una hora.

### RECURSOS

HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
El maestro y los alumnos.	- Alguna vestimenta.	El aula.

### EVALUACIÓN

Los ítems que tendremos en cuenta para valorar este tipo de simulación serán las siguientes:

Ítem	Aspectos a evaluar	4	3	2	1
<i>La expresión oral.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocabulario utilizado.</li> <li>Orden y coherencia en la información.</li> <li>Calidad del discurso.</li> <li>Velocidad, tono, postura, gesto y mirada.</li> </ul>				
<i>La creatividad y resolución de problemas.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participación e integración.</li> <li>Cumplimiento de normas.</li> <li>Responsabilidad.</li> <li>Tolerancia y frustración.</li> <li>Calidad de trabajo.</li> <li>Capacidad resolutive.</li> </ul>				
<i>Actitud ante el trabajo.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa en clase.</li> <li>Respeto turnos de palabra.</li> <li>Compañerismo.</li> </ul>				

## **Actividad 5: La entrevista**

### **FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD**

Al mismo tiempo que los alumnos son conscientes de la importancia de una dieta saludable, llevamos a cabo una actividad de aplicación que permite valorar el conocimiento que los alumnos tienen de las enfermedades relacionadas con la alimentación. Para que resulte dinámica y valiosa será ejecutada a través del aprendizaje cooperativo.

### **OBJETIVOS**

- Reconocer enfermedades asociadas a la alimentación.
- Valorar el conocimiento de otros compañeros.
- Desarrollar habilidades para trabajar en equipo.

### **COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE CONTRIBUYEN**

- Competencia en comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.

### **MÉTODO**

Para llevar a cabo este tipo de actividades, utilizaremos el aprendizaje cooperativo, con la técnica de “la entrevista simultánea” de Kagan citado por Zariquey (2016) y el visual Thinking, que nos ayudará a explicar a los alumnos las partes de la entrevista, las funciones del entrevistador y el entrevistado y el tipo de preguntas para poder realizar la actividad.

### **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Antes de comenzar la actividad, explicaremos las partes de la entrevista, las funciones de cada uno de los protagonistas y el tipo de preguntas a través de un Visual Thinking (*Ver anexo IV*). A continuación, se llevará a cabo “la entrevista simultánea” de Kagan citado por Zariquey (2016)

El maestro agrupa a los alumnos por parejas heterogéneas. Y plantea una pregunta: “¿Conoces alguna enfermedad que produce una mala alimentación? ¿Cuáles? Explícalo.

Una vez divididos por parejas, el alumno A entrevista al alumno B y cuando finalicen, se cambian los roles. Los entrevistadores deberán escribir en un cuarto de folio la respuesta del otro. Para finalizar, el maestro deberá recoger el folio y realizar una puesta en común en la que todos los alumnos deben comunicar al resto de compañeros la respuesta u opinión del entrevistado.

## AGRUPAMIENTOS

Los agrupamientos los hará el docente de forma heterogénea.



## TEMPORALIZACIÓN

Una sesión de una hora.

## RECURSOS

HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
Maestro y alumnos.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Papel.</li><li>- Bolígrafo</li></ul>	El aula.

## EVALUACIÓN

Para evaluar esta actividad tendremos en cuenta una serie de ítems propios de la expresión oral. Algunos de ellos son: claridad y fluidez articulatoria, corrección lingüística, fuerza expresiva, contenido de la expresión y normas de comunicación.

En cuanto a la evaluación de la correcta utilización de los roles y las partes de la entrevista explicadas al alumnado antes de comenzar la actividad a través del Visual Thinking, los ítems a tener en cuenta serán:

- Comprender la función de los diferentes roles presentes en la entrevista (emisor y receptor), y saber qué funciones cumple cada uno.
- Comprender y utilizar de forma adecuada las diferentes partes de la entrevista personal: título, introducción, cuerpo y cierre.
- Conocer las estrategias y normas para el intercambio comunicativo (turnos de palabra o respeto a las opiniones)

## **Fase D: Actividades de recapitulación y reformulación de problemas.**

### **Actividad 6: El chef**

#### **FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD**

El interés de esta actividad se basa en trabajar la técnica de “lápices al centro” característica del aprendizaje cooperativo junto a la necesidad de hacer un menú saludable. Esta actividad nos dará idea del grado de consecución de los objetivos propuestos.

#### **OBJETIVOS**

- Desarrollar habilidades para trabajar en equipo que garanticen el aprendizaje.
- Saber comunicar la información y respetar el turno de palabra.
- Valorar la importancia de la organización del equipo.
- Comprender la necesidad de mantener una dieta equilibrada.
- Representar gráficamente los datos obtenidos.

#### **COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE CONTRIBUYE**

- Competencia en comunicación lingüística.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.

#### **MÉTODO**

Aprendizaje cooperativo. Técnica “*Lápices al centro*” de Aguiar y Tailón citado por Zariquiey (2016)

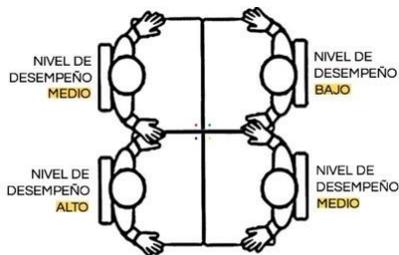
#### **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

En esta actividad, la propuesta que se les va a hacer a los alumnos es elaborar un menú de comedor respetando los hábitos saludables y la pirámide de alimentos con la técnica de “*Lápices al centro*”. Es el maestro el encargado de hacer grupos heterogéneos y nombrar a uno de ellos moderador.

En esta técnica los lápices de cada alumno permanecen en el centro de la mesa para indicar que solo se puede hablar pero no escribir. Los alumnos tratan de consensuar la forma en la que se debe realizar el menú. El moderador se asegurará de que todos participan en la puesta en común y comprenden la forma de ejecutarlo. Después, cada alumno coge su lápiz y complementará el menú. (*Ver anexo V*)

## AGRUPAMIENTOS

Los agrupamientos serán establecidos por el maestro de forma heterogénea y siguiendo este patrón:



## RECURSOS

HUMANOS	MATERIALES	ESPACIALES
Maestro y alumnos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papel.</li> <li>- Lápices o bolígrafos.</li> </ul>	El aula.

## EVALUACIÓN

Se valorará si el alumno:

Ítem	Aspectos a evaluar	4	3	2	1
<i>Organiza y plasma buenas ideas teniendo en cuenta lo aprendido.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atención e interés.</li> <li>• Hábitos de trabajo.</li> <li>• Estrategias ante la tarea.</li> <li>• Organización personal.</li> </ul>				
<i>Actitud ante el trabajo.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en clase.</li> <li>• Respeta turnos de palabra.</li> <li>• Compañerismo.</li> </ul>				

### Fase E: Evaluación de la intervención.

La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado en este proyecto de aprendizaje será continua y global. Continua en cuanto a que estará inmersa en el proceso de enseñanza- aprendizaje del alumnado, con la finalidad de detectar las dificultades en el momento en que se producen, analizar las causas y, de esta manera, adoptar las medidas necesarias que permitan al alumnado mejorar su proceso de aprendizaje.

Asimismo será global en cuanto a las competencias clave y los objetivos de la etapa y área. Los referentes serán los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables establecidos.

El objetivo que perseguimos con la implementación de este proyecto de aprendizaje es concienciar a los alumnos de la importancia que tiene la alimentación en sus vidas. Este modelo de evaluación se basa sobre todo en:

- Enriquecer el proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos/as.
- Desarrollar nuevas técnicas docentes.
- Impulsar el proceso de enseñanza aprendizaje.

Con el fin de comprobar el grado de adquisición de conocimientos relacionados con este proyecto, nos plantearemos los siguientes ítems.

	<b>Excelente</b>	<b>Bien</b>	<b>Adecuado</b>	<b>Regular</b>
Consigue los objetivos propuestos.				
Valora los comportamientos que afectan la salud.				
Aprecia los efectos beneficiosos de la adquisición de hábitos alimentarios.				
Conoce los riesgos de una mala alimentación.				
Es capaz de elaborar una dieta saludable.				
Participa activamente en el trabajo en grupo.				
Usa los recursos materiales adecuados.				
Se adapta al cambio metodológico.				

De manera general vamos a emplear varias herramientas o estrategias que se pueden aplicar para evaluar este proyecto de aprendizaje. Algunas de estas son (*Ver anexo VI*):

- Elaboración de kahoots, forms y cuestionarios de preguntas cerradas/abiertas.
- “Rúbrica de Seguimiento Individual”
- “Rúbrica de Seguimiento Grupal”
- “Rúbrica de competencia Aprender a Aprender”
- “Rúbrica de Autoevaluación para el Profesorado Individual”
- Exposición oral.

En los alumnos con necesidades educativas especiales la evaluación se basará en su propia adaptación curricular significativa, mientras que en los alumnos con adaptaciones curriculares no significativas los criterios de evaluación serán los mínimos establecidos. En este caso, las adaptaciones van encaminadas sobre todo a metodología y contenidos pero sin modificar criterios de evaluación.

Para conocer la situación actual del grupo y poder establecer pautas en la adquisición de hábitos de vida saludable pasaremos un pre-test. Esto nos ayudará a adaptar las actividades, a partir de lo que los alumnos ya saben para ampliar y consolidar nuevos conceptos relacionados con el tema

Asimismo, tras finalizar el proyecto de aprendizaje realizaremos un post-test. Este cuestionario reflejará el grado de adquisición de los contenidos trabajados.

Por otro lado, se pretende promover la reflexión docente y la autoevaluación de la realización y el desarrollo del proyecto. Para ello, al finalizar se puede proponer una secuencia de preguntas que permitan al maestro evaluar el funcionamiento de lo programado en el aula y establecer estrategias de mejora. (*Ver Anexo VI*)

## CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES

Nos queda concluir este TFG aludiendo al concepto científico de “Buena práctica”. Apelamos para ello a la UNESCO en el marco de su programa Management of Social Transformations (Most 2009), quien específica, en términos generales, que una “buena práctica” debe ser innovadora, efectiva, replicable y sostenible.

Explicaremos de qué manera hemos atendido estos criterios. Por una parte, consideramos que este TFG es innovador por tratarse de implementación de las metodologías activas, tan en boga en la actualidad. Teniendo en cuenta el *primer objetivo planteado* en el TFG hemos reflexionado sobre las prácticas del aula. Tal y como hemos explicado en el marco teórico, se demuestra cómo esta revolución metodológica conlleva el nacimiento de la educación por competencias, donde el alumno se convierte en el protagonista de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje.

El carácter innovador de nuestro TFG se completa con su efectividad plenamente relacionada con el *segundo objetivo*. En ese apartado se muestran tablas de las diferentes metodologías activas que aportan información y les ayuda a los docentes a valorar e implementar la metodología que mejor se adecue a sus necesidades.

Incidimos así en el concepto replicable, al tratarse de un proceso en el que todos aprenden, dialogan, empatizan y resuelven los problemas que van surgiendo con el fin de propiciar nuevas actuaciones educativas. Así, para conseguir el *tercer objetivo*, hemos realizado una detallada recopilación de los aspectos menos gratificantes sobre las metodologías activas, que nos ha llevado a reflexionar sobre su parte más ardua y las dificultades que nos podemos encontrar al trabajar con ellas.

El concepto de sostenibilidad ofrece un paraguas bajo el cual se relacionan un gran abanico de acciones, en este caso metodologías activas, dándoles un valor añadido y consiguiendo una efectividad. Es lo que hemos intentado plasmar al trabajar el *cuarto objetivo*; hemos ofrecido una propuesta didáctica con la implementación de diferentes métodos activos. Se ha conseguido con éxito, debido a la secuencia de actividades que se han propuesto, cumpliendo todos los requisitos y haciendo protagonista al alumno con las metodologías activas.

Actualmente, es necesaria una labor educativa activa y motivadora, a parte de la académica para propiciar y promover el cambio metodológico en las prácticas pedagógicas de los alumnos. Basándonos en Murillo Estepa, P. (2007), afirma que: “Hacer frente a la democratización, así como a la heterogeneidad y diversidad en nuestras instituciones educativas, requiere diseñar una práctica pedagógica pensando en las actividades y tareas que nuestros alumnos van a realizar”.

Las teorías de aprendizaje centradas en el alumno han promovido el uso de las metodologías activas. Estas metodologías ponen al alumno en el centro del proceso y aportan a los maestros valiosas herramientas para transformar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En este TFG hemos abordado las metodologías como estrategias nuevas que pueden emplear los docentes en la nueva enseñanza. De esta forma le permitirá al maestro elegir la metodología que mejor se adecue a sus necesidades y a las de su aula.

El aprendizaje cooperativo, la metacognición, la gamificación o el aprendizaje basado en problemas y retos, entre otros, han sido los diferentes métodos activos que hemos utilizado en nuestra

propuesta de intervención. Estas estrategias nos han ayudado a comprobar el grado de utilidad para los alumnos en su aprendizaje de conceptos nuevos y el grado de ayuda para adoptar un papel más activo en su proceso de enseñanza aprendizaje.

Asimismo, tenemos a nuestro alcance datos que nos permitan comprobar las virtualidades didácticas de los métodos señalados. Esto hace que los maestros puedan comprobar el grado de fiabilidad de este tipo de estrategias. No obstante, al ser llevadas a la práctica, se puede constatar aspectos menos positivos y que no habíamos tenido en cuenta. Sin embargo, con una buena ejecución de la tarea estas dificultades pueden ser salvadas.

Conseguir una práctica educativa de calidad, necesita un cambio tanto personal como profesional en los maestros. Así, este tipo de metodologías han de adaptarse tanto a los objetivos como a los recursos y espacios.

Al mismo tiempo, hemos analizado la postura del maestro ante la implementación de las nuevas metodologías activas en el aula. Este cambio metodológico no solo implica un cambio de roles por parte del maestro, sino que deben velar por el cumplimiento, respeto y valoración de las metodologías. Para utilizar de forma adecuada las metodologías activas es necesario mantenerse activo y participativo en las tareas. Además, se debe velar por el aprendizaje y la detección precoz de los problemas que puedan surgir.

El diseño de la práctica docente es una de las tareas más importantes para el maestro. Atendiendo a Murillo Estepa, P. (2007) afirma que:

*“La figura del profesor es prioritaria en la tan cacareada, y no por menos deseada, mejora educativa. El docente es el responsable de lo que acontece en su aula, y uno de sus retos pasa por convertirse en diseñador de ambientes adecuados de aprendizaje, así como en convencerse de la necesidad que tiene de aprender de otros y con otros a lo largo de toda su vida”.*



El eje de este cambio metodológico va a estar centrado en el aprendizaje del alumnado haciendo uso de sus competencias, y no tanto en la enseñanza. A lo largo de la propuesta de intervención hemos podido comprobar cómo la selección de la información y el aprendizaje funcional para su día a día eran los dos aspectos clave en esta puesta en práctica.

A modo de síntesis, decir que todo cambio implica un proceso de adaptación. Nos debemos adaptar tanto los alumnos, como los maestros, como las familias. Todos juntos debemos aprender y evolucionar hacia la nueva escuela. Será un proceso muy costoso pero con la ayuda de la motivación y del esfuerzo facilitaremos el aprendizaje de los alumnos.

Para finalizar, nos gustaría hacer una pequeña alusión al árbol del futuro. Ese árbol que gracias a las metodologías activas ayudan a crecer a los alumnos, a comprender mejor los contenidos y a poner en práctica lo aprendido. Para poder ver florecer este árbol y recoger sus frutos todos debemos regarlo con el sudor del aprender, mejorar e innovar.

“Y ahí deberíamos fijar nuestra atención, aunque tomando conciencia de que no todo está en nuestras manos, ni depende directa mente de nosotros. Pero con el entusiasmo necesario como para no caer en el derrotismo o en posiciones menos optimistas que consideran que poco se puede hacer. Siempre hay alguna puerta que abrir o algún proyecto a desarrollar. El fomento de la actividad y de la cooperación en nuestras aulas es una de esas puertas o proyectos, cuya responsabilidad no deberíamos obviar en tiempos como los que corren” Murillo Estepa, P. (2007).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba, C. (2012) Aportaciones del Diseño Universal para el Aprendizaje y de los materiales digitales en el logro de una enseñanza accesible. Recuperado de: <https://diversidad.murciaeduca.es/publicaciones/dea2012/docs/calba.pdf>
- Alfonso López Cepero, S. (2016). Implicar a las familias en el proceso de enseñanza-aprendizaje: estudio de una experiencia exitosa de aprendizaje basado en proyectos en Educación Primaria. Recuperado de: <https://idus.us.es/handle/11441/45050?>
- Castilla, J. León (2016). DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. *Boletín Oficial de Castilla y León*.
- Castro Salazar, M. A. (2018). Enfoque design thinking para mejorar los talleres de la guía de valores que promueve la ONG Solimaz, Lima, 2017.
- Chiva, Ó. (2016). Introducción. En Chiva, Ó. y Martí, M. (coords.), *Métodos pedagógicos activos y globalizadores. Conceptualización y propuestas de aplicación* (pp. 5-9). Barcelona: Graó.
- COCEMFE. *Metodologías y enfoques inclusivos en la educación*. Guía para el conocimiento de nuevas metodologías de enseñanza y aprendizaje.
- Correa, L. M. Z. (2003). Aprendizaje colaborativo: una nueva forma de Diálogo Interpersonal y en Red. *Contexto Educativo*, 28, 1-citation\_lastpage.
- De La Cruz, M<sup>a</sup> A. (2005): Taller sobre el proceso de aprendizaje-enseñanza de competencias. Zaragoza: Instituto de Ciencias de la Educación. Universidad de Zaragoza
- De Miguel, M (2005) (Coord.): Modalidades de Enseñanza centradas en el desarrollo de Competencias: orientaciones para promover el cambio metodológico en el Espacio Europeo de Educación Superior. Proyecto EA2005-0118.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Informe a la Unesco de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI. Madrid: Santillana. Recuperado de [http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS\\_S.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF)

- Desconocido. (s.f.). *Noticario del INS La Pineda*. Obtenido de Qué es una entrevista, qué partes tiene y cuáles son sus papeles temáticos: <https://sites.google.com/site/noticiariodelinslapineda/home/la-entrevista/que-es-una-entrevista-que-partes-tiene-y-cuales-son-sus-papeles-tematicos>
- Domenech, A. R. (s.f.). *Puça*. Obtenido de La entrevista: [http://www.materialesdelengua.org/EXPERIENCIAS/PRENSA/f\\_entrevista\\_web.pdf](http://www.materialesdelengua.org/EXPERIENCIAS/PRENSA/f_entrevista_web.pdf)
- Egido Gálvez, I. (2015). Las relaciones entre familia y escuela. Una visión general. *Participación Educativa Revista del Consejo Escolar del Estado*, 11-17.
- Ferrière, A. (1926). *La educación autónoma*. Madrid: P. Beltrán
- Galeana de la O, L. (2007). Aprendizaje Basado en Proyectos. *Revista Digital*, 1-17.
- García, A. C., & Hawrylak, M. F. (2010). Proceso de transformación de un centro educativo en Comunidad de Aprendizaje: el Colegio " Apóstol San Pablo" de Burgos (España). *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 24(1), 57-73.
- García García, E. (2018). Metodologías activas inclusivas. Recuperado de: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/32353>
- García, J. G. (2003). Metacognición: Definición y enfoques teóricos que la explican. *Revista electronica de psicología Iztacala*, 6(2).
- Gil Montoya, C., Baños Navarro, R., Alías Sáez, A., & Gil Montoya, M. D. (2007). Aprendizaje cooperativo y desarrollo de competencias. *VII Jornada sobre Aprendizaje Cooperativo, JAC07 (Valladolid, Julio de 2007)*.
- Hernández, F. (2002). Los proyectos de trabajo. Mapa para navegantes en mares de incertidumbre. *Cuadernos de pedagogía*, 310, 78-82
- Hernandez Rojas, L. L. (2017). *Implementación de la gamificación en el proceso de enseñanza/aprendizaje en el uso de la tecnología a los estudiantes del colegio fray José María Arévalo del municipio de la playa de Belén* (Doctoral dissertation).
- Jerez, O. (2008). *Comprendiendo el Enfoque de Competencias*. Ed. Carmen Paya. Santiago: Corporación Sofofa.
- Jerez Yáñez, O. (2015). Aprendizaje activo, Diversidad e inclusión. Enfoque, Metodologías y recomendaciones para su implementación. Recuperado de: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/136742/Aprendizaje-activo-diversidad-e-inclusion.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Klenowski, V. (2004). *Desarrollo del portafolios para el aprendizaje y la evaluación: procesos y principios* (Vol. 98). Narcea Ediciones.

- Lasnier, R. (2000). Réussir la formation par compétences. Montréal: Guérin
- Learreta, B et all (2009). *Percepción del alumnado ante el uso de metodologías activas de enseñanza como respuesta a las demandas del espacio europeo de educación superior: un estudio de caso*. Apunts.
- López García, J.C (2014). *La taxonomía de Bloom y sus actualizaciones*. Recuperado de: <http://eduteka.icesi.edu.co/articulos/TaxonomiaBloomCuadro>
- Luelmo del Castillo, M. J. (2018). *Origen y desarrollo de las metodologías activas dentro del sistema educativo español*. Revista del departamento de Filología Moderna.
- March, A. F. (2006). Metodologías activas para la formación de competencias. *Educatio siglo XXI*, 24, 35-56. Recuperado de: <https://revistas.um.es/educatio/article/view/152>
- Martín Plaza, S.A. (2008) Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) con Flipped Classroom (FC) para adquisición de competencias en la asignatura Tecnología, Programación y Robótica.
- Mendieta Alatorre (1973). El método científico. Recuperado de: <https://www.coursehero.com/file/p779rnf3/Por-otra-parte-para-Mendieta-Alatorre-1973-p-31-M%C3%A9todo-es-el-camino-o-medio/>
- Murillo Estepa, P. (2007). Nuevas formas de trabajar en la clase: metodologías activas y colaborativas. *El desarrollo de competencias docentes en la formación del profesorado*.
- Puig, J. M., Batlle, R., Bosch, C., & Palos, J. (2007). Aprendizaje servicio. *Educación para la ciudadanía*. Barcelona: Octaedro.
- Real Academia de la Lengua Española (RAE)
- Ribes, A. (Coord.) (2008). *Metodologías activas*. Recuperado de: [http://www.upv.es/diaal/publicaciones/Andreu-Labrador12008\\_Libro%20Metodologias\\_Activas.pdf](http://www.upv.es/diaal/publicaciones/Andreu-Labrador12008_Libro%20Metodologias_Activas.pdf)
- Ruiz, M.C. y Mérida, R. (2016). Promover la inclusión de las familias a través del desarrollo de Proyectos de Trabajo. Un estudio de caso. *Revista Complutense de Educación*, 27 (3), 943-946.
- Sánchez, J. (2013). Qué dicen los estudios sobre el Aprendizaje Basado en Proyectos. *Actualidad pedagógica*.
- Selmes, I. (1988). Los materiales para aprender a aprender. *La mejora de las habilidades para el estudio*. Barcelona, Ediciones Paidós.
- Stephen, Robins. "Comportamiento Organizacional", Editorial Prentice Hall, México 1996, pp. 775.

Vergara Ramírez, J. J. (2015). *Aprendo porque quiero. El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), paso a paso*. Madrid: Ediciones SM.

Vicente. S, & Andrés (2020) A. *Resistencia de los alumnos al aprendizaje activo*. Universidad de Zaragoza. Recuperado de:  
[http://www.unizar.es/eees/innovacion06/COMUNIC\\_PUBLI/BLOQUE\\_IV/CAP\\_IV\\_21.pdf](http://www.unizar.es/eees/innovacion06/COMUNIC_PUBLI/BLOQUE_IV/CAP_IV_21.pdf)

Zariquiey. F, (2016). *Cooperar para aprender. Transformar el aula en una red de aprendizaje cooperativo*. SM.

# **ANEXOS**

Anexo I

**Del enseñar al aprender (Jerez, 2011)**

<b>CENTRADO EN LA ENSEÑANZA.</b>	<b>CATEGORÍA</b>	<b>CENTRADO EN EL APRENDIZAJE.</b>
Desde la lógica disciplinar se definen los contenidos a ser presentados a los alumnos	<b>¿Desde dónde se establecen los objetivos y contenidos de la formación?</b>	Desde los aprendizajes, que deben reflejar lo que el estudiante es capaz de demostrar por medio de evidencias al final del proceso.
Reproducir un repertorio de respuestas o un conjunto de conocimientos relevantes organizados en función de la lógica disciplinar con fidelidad.	<b>¿Cuál es el propósito de la formación?</b>	Desarrollar competencias en los estudiantes, que le permitan movilizar conocimientos y habilidades adquiridas para dar respuestas a desafíos de su entorno personal, social y profesional.
El profesor.	<b>¿Quién es el principal actor del proceso?</b>	Los alumnos.
De forma pasiva: escuchando y tomando notas, reproduciendo y ejecutando tareas acotadas.	<b>¿Cómo aprende el estudiante?</b>	En forma activa: adquiriendo, organizando y aplicando significativamente conocimientos, e involucrándose en actividades de aprendizaje que promueven la (re)elaboración de conocimientos y representaciones mentales personales, a partir de la interacción con los contenidos de aprendizaje desde sus conocimientos previos.
Experticia en contenido, uso de variadas estrategias en la presentación de información que el alumno debe adquirir y asegurando las condiciones para una buena reproducción	<b>¿Cuál es el rol docente?</b>	Guía y facilita el proceso de aprendizaje para el logro de competencias, utilizando estrategias que promueven procesos cognitivos involucrados en la construcción de calidad de los aprendices. Enseñar a aprender.
La evaluación es sumativa y estática. No considera la dimensión diagnóstica en el proceso o estado de aprendizaje del estudiante.	<b>¿Qué características tiene la evaluación?</b>	Evaluación flexible y variada en función de alcanzar un estándar preestablecido, por medio de la toma de decisiones y ajustes sobre el proceso de aprendizaje.
Más bien de manera individualista, sin responsabilidad ni conocimiento del resto de la formación	<b>¿Cómo se relaciona el docente en su entorno educativo?</b>	Equipo docente co-responsable para el logro del perfil de egreso y las variabilidades del proceso formativo

Anexo II:

Actividad 1: “Los hábitos saludables”.

- Rutina Veo-Pienso –Me pregunto

		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> 

		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> 

		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> 

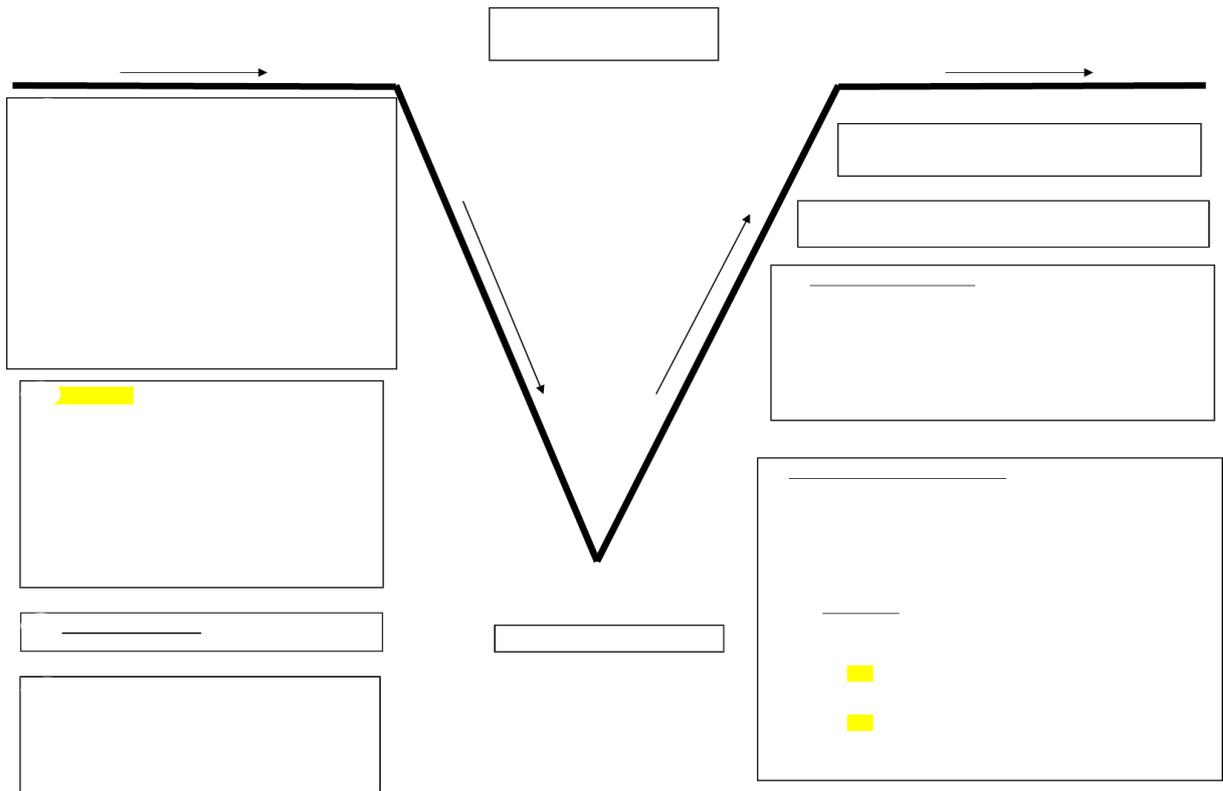
		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> 

		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> ??

		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> ??

		
<b>VEO</b> 	<b>PIENSO</b> 	<b>ME PREGUNTO</b> ??

- La Uve de Gowin



- Destreza “compara y contrasta”

Nombre: \_\_\_\_\_

**COMPARA Y CONTRASTA**

¿EN QUE SE PARECEN?

•

•

**¿EN QUE SE DIFERENCIAN?**

En cuanto a...

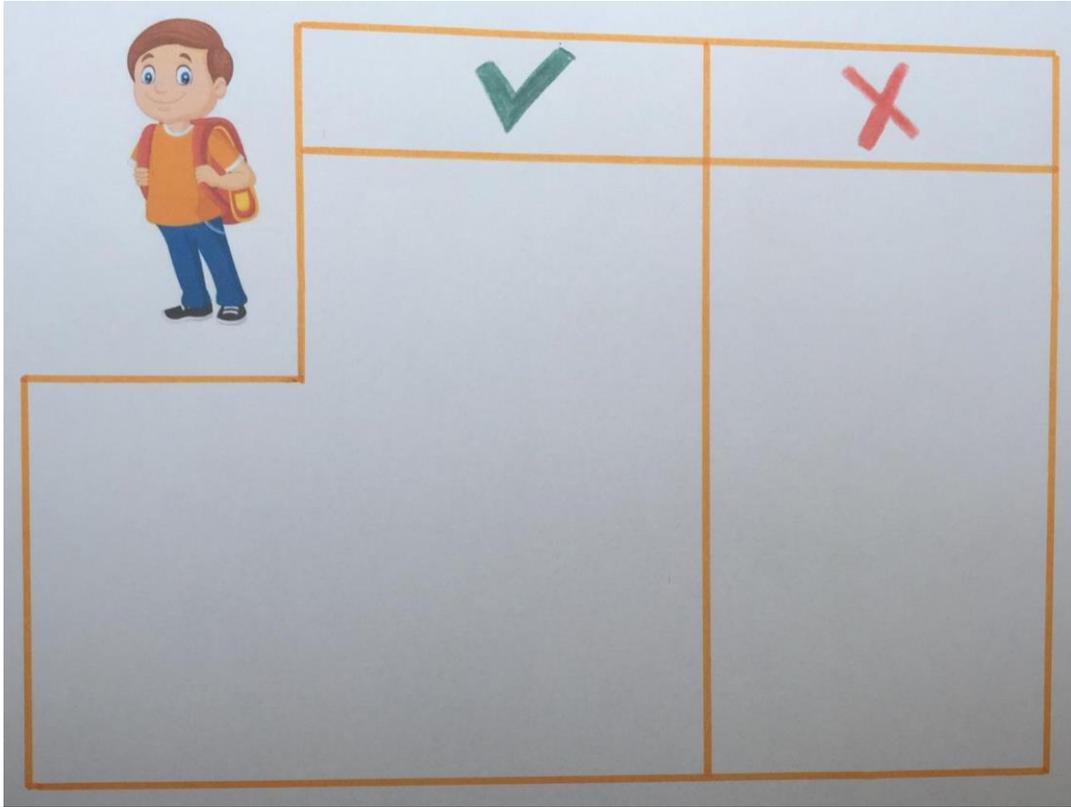
•	→	•
•	→	•
•	→	•
•	→	•
•	→	•
•	→	•

Fuente: elaboración propia.

## Anexo III

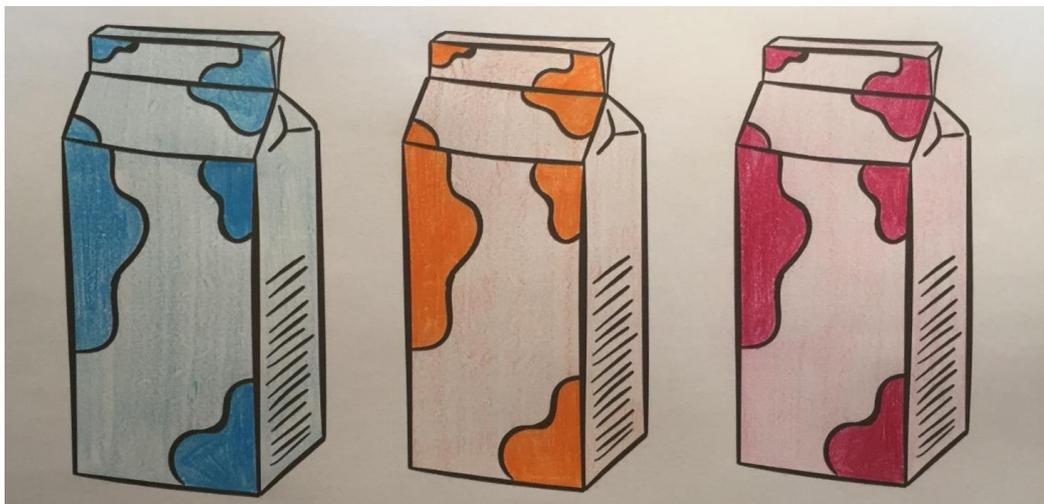
### Actividad 3: Alergias alimentarias

- **Rincón 1: Alergia al marisco**



*Fuente: elaboración propia.*

- **Rincón 2: Alergia a la leche de vaca:**



*Fuente: elaboración propia.*

## Anexo IV:

### Actividad 5: La entrevista

A continuación, se les introducirá brevemente el concepto de entrevista, quienes participan y cuáles son sus partes. De acuerdo con el Noticiario del Ins la Pineda y De acuerdo con Romeo, A., & Domenech, L. (2003) establecen lo siguiente:

<b>Papeles temáticos</b>	<b>Entrevistador</b>	Es la persona que realiza la entrevista. Al finalizar, realiza una pequeña conclusión de lo acontecido. Las preguntas deben ser concisas. Ha de estar informado sobre la persona a la que entrevistará.
	<b>Entrevistado</b>	Es la persona que contesta a las preguntas del entrevistador. Tiene interés en responder sobre un tema en concreto. Previamente, debe prepararse un discurso para las posibles preguntas que puedan realizarle.
<b>Partes de una entrevista</b>	<b>Título</b>	Se trata de una parte significativa para llamar la atención. Suele ser una de las frases más relevantes del cuerpo.
	<b>Introducción</b>	En este apartado se encuentran los motivos por los que se realiza la entrevista, y una presentación del entrevistado para captar la atención del público.
	<b>Cuerpo</b>	Se refiere a todas las preguntas y respuestas que forman la mayor parte de la entrevista.
	<b>Cierre</b>	Se trata de la parte donde se recogen las ideas principales de la entrevista. Además finaliza la misma.
<b>Preguntas</b>	<b>Preguntas Abiertas</b>	Son las que permiten al entrevistado de una respuesta amplia. Estas preguntas son: ¿Qué? ¿Cuál? ¿Cuáles? ¿Cómo? ¿Dónde? ¿Cuándo? ¿Con quién?
	<b>Preguntas Cerradas</b>	Las preguntas cerradas son las que sólo permiten contestar con sí o un no. Ejemplo: ¿Te gustan los gatos? ¿Te gusta hacer tarea?

## Anexo V

### Actividad 6: El chef

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1º PLATO	Crema de calabacín 	Potaje de garbanzos 	Macarrones con pesto 	Lentejas estofadas (calabaza, patata, pimiento y tomate)	Ensalada de tomate, huevo duro y zanahoria
2º PLATO	Salchicha de cerdo al horno.	Tortilla francesa de atún con ensalada de tomate 	Merluza encebollada 	Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria 	Paella de carne.
POSTRE	Fruta de temporada 	Fruta de temporada 	Yogur de frutas	Fruta de temporada 	Yogur de frutas

Fuente: elaboración propia.

## Anexo VI: Rúbricas de evaluación

**Tabla 1: “Rúbrica de Seguimiento Individual” (FSI)**

NOMBRES	Implicación en el aprendizaje			Respeto las normas			Respeto a los demás			Cuida el material		
	Activa	Media	Pasiva	Si	A veces	Nunca	Si	A veces	Nunca	Si	A veces	Nunca

**Tabla 2: “Rúbrica de Seguimiento Grupal” (FSG)**

NOMBRES	Está activo en el aprendizaje			Respeto las normas			Se interesa por el contenido			Resuelve problemas		
	Activa	Media	Pasiva	Si	A veces	Nunca	Si	A veces	Nunca	Si	A veces	Nunca

**Tabla 3: Rúbrica de competencia Aprender a Aprender**

RÚBRICA DE APRENDER A APRENDER												TOTAL			FINAL	
ALUMNOS	Atención e interés			Hábitos de trabajo			Estrategias ante una tarea			Organización personal			A	B	C	
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C				

	Atención e interés	Hábitos de trabajo	Estrategias ante una tarea	Organización personal
1	No atiende ni muestra interés hacia las actividades propuestas	No mantiene una rutina de trabajo y esfuerzo diarios	Muestra dificultades y se rinde frente a la solución de una tarea, sea o no compleja.	Tiene dificultades para organizarse y establecer un patrón de trabajo frente a una tarea.
2	Muestra interés pero le cuesta mantener la atención.	Trabaja y se esfuerza de forma discontinua y selectiva	Le cuesta esforzarse por resolver tareas, sean o no complejas.	Necesita ayuda externa para organizarse y trabajar frente a una tarea propuesta
3	Presta atención pero no muestra interés por las actividades propuestas	Mantiene una rutina de trabajo y esfuerzo diarios, pero puede mejorar el resultado.		Prioriza las actividades según importancia pero no administra el esfuerzo y el tiempo.
4	Muestra interés y atención por las actividades propuestas.	Realiza las tareas de forma completa, en el tiempo y bien realizadas.	Selecciona las estrategias adecuadas para obtener un buen resultado.	Utiliza agenda y horario para organizar sus actividades.

**Tabla 4: “Rúbrica de Autoevaluación para el Profesorado Individual” (FAP)**

<b>Autoevaluación</b>	<b>SÍ</b>	<b>A VECES</b>	<b>NO</b>	<b>Observaciones</b>
Explica adecuadamente los contenidos				
Realiza todas las actividades previstas				
Están las actividades organizadas				
La relación entre el maestro-alumno es adecuada				
<b>Proceso</b>				
El alumno está motivado				
El alumno demuestra el aprendizaje				
La maestra ha realizado adaptaciones				
La maestra utiliza refuerzos				

**Tabla 5: Rúbrica de expresión oral.**

<b>RÚBRICA DE EXPRESIÓN ORAL</b>				
<b>VOLUMEN</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
El volumen utilizado es adecuado	2			
El tono de voz a veces no es adecuado	1			
El tono de voz es inadecuado	0			
<b>CONTACTO VISUAL- NATURALIDAD</b>				
El q habla se dirige a todos con naturalidad	2			
Se centra en algunos y usa muletillas	1			
No mira al público y se corta la exposición	0			
<b>VELOCIDAD Y VOCALIZACIÓN</b>				
Habla con normalidad y ritmo adecuado	2			
A veces habla rápido y no vocaliza	1			
No se entiende lo que dice	0			
<b>COHERENCIA</b>				
Todo tiene sentido	2			
Algunas ideas están desordenadas	1			
Es difícil su comprensión por el desorden	0			
<b>VOCABULARIO</b>				
Utiliza un vocabulario amplio y variado	2			
Utiliza vocabulario variado pero básico	1			
Utiliza un vocabulario muy reducido	0			

**Tabla 6: Autoevaluación de la práctica docente.**

<b>ASPECTOS A EVALUAR</b>	<b>A DESTACAR...</b>	<b>A MEJORAR...</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA PERSONAL</b>
Temporalización del proyecto.			
Desarrollo de los objetivos curriculares			
Manejo de los contenidos.			
Indicadores de logro.			
Realización de tareas.			
Estrategias metodológicas seleccionadas.			
Recursos.			
Claridad en los criterios de evaluación.			
Uso de diversas herramientas de evaluación.			
Atención a la diversidad			

## **Anexo VII**

### **Cuestionarios**

- 1. ¿Crees que tienes una alimentación saludable?**
  - a. Sí.
  - b. No.
- 2. ¿Comes entre horas?**
  - a. Sí.
  - b. No.
- 3. ¿Comes despacio y sentado?**
  - a. Sí.
  - b. No.
- 4. ¿Cuántos vasos de agua bebes al día?**

- a. 1-2 vasos.
  - b. 2-3 vasos.
  - c. 3-4 vasos.
  - d. Más de 5 vasos.
- 5. ¿Cuántas comidas haces al día?**
- a. Una.
  - b. Dos.
  - c. Tres.
  - d. Cuatro.
  - e. Cinco.
- 6. ¿Has cocinado alguna vez?**
- a. Sí, yo solo.
  - b. Sí, con ayuda de un adulto.
  - c. Alguna vez.
  - d. No. Nunca.
- 7. ¿Qué desayunas por las mañanas?**
- a. Nada.
  - b. Fruta o zumo de fruta.
  - c. Bollería industrial.
  - d. Cereales.
  - e. Tostadas.
  - f. Leche.
  - g. Huevos y tortilla.
  - h. Yogurt.
- 8. Marca las verduras que te gustan.**
- a. Tomate.
  - b. Patatas.
  - c. Pimientos.
  - d. Zanahoria.
  - e. Espinacas.
  - f. Judías.
  - g. Lechuga.
  - h. Pepino.
- 9. ¿Cuántos días comes verdura a la semana?**
- a. Todos los días.
  - b. 1 a 3 días a la semana.
  - c. 1 día a la semana.
  - d. Nuca.
- 10. Marca las frutas que te gustan.**
- a. Naranjas.
  - b. Manzanas.
  - c. Cerezas.
  - d. Plátanos.
  - e. Pera.
  - f. Mandarina.
  - g. Fresas.
- 11. ¿Cuántos días comes fruta a la semana?**

- a. Todos los días.
- b. 1 a 3 días a la semana.
- c. 1 día a la semana.
- d. Nunca.

**12. Marca el tipo de carne que te gusta.**

- a. Pollo.
- b. Ternera.
- c. Sardinias,
- d. Conejo.
- e. Cerdo.
- f. Lenguado.

**13. ¿Cuántos días comes carne a la semana?**

- a. Todos los días.
- b. 1 a 3 días a la semana.
- c. 1 día a la semana.
- d. Nunca.

**14. Marca las pastas y las legumbres que te gustan.**

- a. Macarrones.
- b. Lentejas.
- c. Espaguetis.
- d. Arroz.
- e. Garbanzos.

**15. ¿Cuántos días comes pasta/ legumbres a la semana?**

- a. Todos los días.
- b. 1 a 3 días a la semana.
- c. 1 día a la semana.
- d. Nunca.

## **Anexo VIII**