



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

TRABAJO FIN DE GRADO

*El empleo de metodologías activas en el
ámbito de la Educación Física*



Autor: JORGE NOGALES GILA

Tutor académico: MARÍA VICTORIA

VEGA AGAPITO

RESUMEN

A raíz de mi experiencia, primero como alumno y luego como docente en prácticas, he podido comprobar que la forma de enseñar e impartir las clases de Educación Física se ha quedado un poco anticuada, obsoleta. Eso me llevó a escoger la temática para este proyecto, cuyo objetivo fue el de diseñar sesiones en las que se emplearan metodologías activas para impartir las clases. Estas se llevan a cabo en una temática relacionada con el atletismo. Para comenzar se introducen dichas metodologías para tener una idea previa sobre ellas, posteriormente se presenta la Unidad Didáctica, la cual no ha podido ser llevada a cabo. Debido a esto no se puede hacer un análisis de los resultados, pero se muestra la forma en la que se habría realizado en el caso de haber podido ponerla en práctica.

ABSTRACT

As a result of my experience, first as a student and then as a trainee teacher, I have been able to see that the way of teaching and teaching Physical Education classes has become a bit outdated, obsolete. That led me to choose the theme for this project, whose objective was to design sessions in which active methodologies were used to teach the classes. These are carried out in a subject related to athletics. To begin with, these methodologies are introduced in order to have a previous idea about them, then the Didactic Unit is presented, which could not be carried out. Due to this, an analysis of the results cannot be made, but the way in which it would have been carried out in the case of having been able to put it into practice is shown.

PALABRAS CLAVE

Metodologías Activas, Educación Física, Atletismo

KEYWORDS

Physical Education, Active Methodologies, Athletics

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVOS	2
3. JUSTIFICACIÓN.....	2
4. MARCO TEÓRICO	6
4.1 LA EDUCACIÓN FÍSICA ¿QUÉ ES?.....	6
4.2 EVOLUCIÓN HISTÓRICA	7
4.3 CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA	9
4.4 METODOLOGÍAS ACTIVAS, ¿QUÉ SON?.....	12
4.4.1 RUTINA DE PENSAMIENTO.....	13
4.4.2 DESCUBRIMIENTO GUIADO	14
4.4.3 APRENDIZAJE SERVICIO.....	15
4.4.4 APRENDIZAJE COOPERATIVO.....	16
4.4.5 BITS DE INTELIGENCIA	17
4.4.6 TRABAJO POR RINCONES	17
4.4.7 GAMIFICACIÓN.....	19
4.4.8 APRENDIZAJE BASADO EN PROYECTOS	20
4.5 INTELIGENCIAS MÚLTIPLES.....	21
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	22
5.1 JUSTIFICACIÓN	22
5.2 LEGISLACIÓN EDUCATIVA	22
5.3 COMPETENCIAS	22
5.4 OBJETIVOS	23
5.5 INTERDISCIPLINARIDAD CON TEMAS TRANSVERSALES	23
5.6 CONTENIDOS DE APRENDIZAJE QUE SE TRABAJAN	23
5.7 METODOLOGÍA.....	24

5.8 RECURSOS: MATERIALES, TEMPORALES, HUMANOS Y ESPACIALES.....	24
5.9 CONTEXTO DEL AULA.....	24
5.10 ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.....	25
5.11 CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES, MODELO DE EVALUACIÓN Y TÉCNICAS DE EVALUACIÓN.	25
5.12 EVALUACIÓN.....	26
5.13 DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.....	27
6. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	50
7. CONCLUSIONES.....	51
8. LIMITACIONES Y LÍNEAS DE MEJORA.....	52
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	53
10. ANEXOS.....	57
Anexo 1: evaluaciones de los alumnos en la sesión 1.....	57
Anexo 2: autoevaluación del profesor en la sesión 1.....	58
Anexo 3: evaluaciones de los alumnos en la primera actividad de la segunda sesión.....	58
Anexo 4: autoevaluación del profesor en la primera actividad de la segunda sesión.....	59
Anexo 5: evaluaciones de los alumnos en la segunda actividad de la segunda sesión.....	60
Anexo 6: autoevaluación del profesor en la segunda actividad de la segunda sesión.....	61
Anexo 7: evaluaciones de los alumnos en la primera actividad de la tercera sesión.....	61
Anexo 8: autoevaluación del profesor en la primera actividad de la tercera sesión.....	62
Anexo 9: evaluaciones de los alumnos en la segunda actividad de la tercera sesión.....	63
Anexo 10: autoevaluación del profesor en la segunda actividad de la tercera sesión.....	64
Anexo 11: evaluaciones de los alumnos en la cuarta sesión.....	64
Anexo 12: autoevaluación del profesor en la cuarta sesión.....	65
Anexo 13: evaluaciones de los alumnos en la quinta sesión.....	66
Anexo 14: autoevaluación del profesor en la quinta sesión.....	67
Anexo 15: evaluaciones de los alumnos en la sexta sesión.....	67

Anexo 16: autoevaluación del profesor en la sexta sesión68

1. INTRODUCCIÓN

La Educación Física es una asignatura que podemos encontrar en el bloque de las específicas dentro del currículo de Educación Primaria. Debido a esto, y por los contenidos que se trabajan en la asignatura, mayoritariamente centrados en la realización de juegos, deporte... es decir, de actividad física, se tiende a pensar que es una asignatura poco relevante en la educación de los niños y niñas, algo para nada cierto. Para Contreras (1996), García Ruso (1994) o Bores et (1994) al. (citado en Sáenz-López., Manzano., Sicilia., Varela., Cañadas., Gutiérrez. y Delgado, 2004.) “el rol marginal que esta asignatura tiene en la escuela es debido a la falta de especialistas, de material o de instalaciones”.

Hargreaves (1977, citado en Sáenz-López. et al, 2004) afirma que las asignaturas encargadas de desarrollar el intelecto del niño, están consideradas como superiores a otras asignaturas prácticas como la Educación Física, la cual para muchas personas ocupa el último lugar en la jerarquía de las asignaturas”.

Sin embargo, a esto se le suma un hecho que he podido comprobar en base a mi experiencia tanto como alumno como de docente en prácticas, la metodología tradicional, y a la vez algo anticuada que se emplea para impartir los distintos conocimientos que se imparten en la asignatura. Esto, en mi opinión, hace que esta visión externa que se tiene sea complicada de cambiar.

Por ello, me he decidido a crear una propuesta de intervención en la cual se realice actividad física, lo propio de esta asignatura, en concreto el atletismo, pero de una manera diferente, empleando una serie de metodologías activas novedosas en este ámbito. Esto, permitirá a los alumnos trabajar mucho más que su cuerpo, sino también su mente y distintas competencias propias de otras materias a la vez que aprenden divirtiéndose, algo fundamental a mi modo de ver la educación. Y es que, aunque divertirse no sea totalmente necesario para aprender, considero que es muy importante que se produzca durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que, en base a mi experiencia, se generará mayor interés y motivación en los alumnos cuando esto ocurre, provocando un mejor proceso de aprendizaje. De esta manera, creo que será más sencillo que se pueda comenzar a cambiar esta opinión, a mi modo de pensar, errónea que se tiene sobre esta asignatura.

En el presente trabajo, primero encontraremos un marco teórico en el cual se hablará sobre la Educación Física, su evolución histórica, su presencia en el currículo actual y posteriormente se hablará sobre las distintas metodologías activas que se van a emplear en la propuesta de intervención. Tras esto, se dará paso a dicha propuesta, la cual por desgracia no se ha podido llevar a cabo en el aula por motivos del Covid19. La propuesta, estaba creada para una clase de

sexto de primaria. Se podrán observar las distintas actividades, las maneras de evaluarlas y un método de análisis alternativo que se podría emplear para comprobar si los objetivos se cumplen en el caso de llevar dichas propuestas a la práctica.

2. OBJETIVOS

Los objetivos específicos que el presente trabajo busca conseguir son:

- Conocer algunas de las principales metodologías activas.
- Exponer nuevas maneras de trabajar la Educación Física que permitan cambiar la concepción de la asignatura.
- Indicar la importancia de innovar dentro de la propia enseñanza.
- Diseñar una propuesta centrada en las metodologías activas aplicadas al atletismo para una clase de sexto de Educación Primaria.
- Plantear actividades que trabajen las inteligencias múltiples.

3. JUSTIFICACIÓN

He decidido realizar mi TFG sobre este tema porque creo que es fundamental intentar cambiar la metodología que se emplea tradicionalmente en la asignatura de Educación Física y la idea que se tiene sobre esta materia entre docentes pertenecientes a otras áreas. Quiero intentar hacer ver como desde una “simple” actividad física se pueden aprender y desarrollar muchas cosas, no solo el cuerpo. Como se mencionó anteriormente, “Hargreaves (1977, citado en Sáenz-López et al, 2004) afirma que las asignaturas encargadas de desarrollar el intelecto del niño, están consideradas como superiores a otras asignaturas prácticas como la Educación Física, la cual para muchas personas ocupa el último lugar en la jerarquía de las asignaturas”. Debido a esto, es necesario cambiar esta forma de enseñar, para poder hacer ver a otros docentes que esta asignatura es igual de importante que el resto de las materias que se imparten en un colegio.

Para ello, lo que he hecho ha sido escoger trabajar sobre la temática de las metodologías activas, algo cada vez más presente dentro del aula, pero en otras materias, no en Educación Física. De primeras, puede parecer algo complicado de concebir ya que no es algo muy común, pero con empeño e imaginación se pueden preparar propuestas de intervenciones novedosas, interactivas y sobre todo útiles para el desarrollo de los niños mezclando el deporte con las metodologías activas. Pienso, que, si se consigue esto, la gente se empezará a tomar más en serio esta asignatura

y se le dará la relevancia y la importancia que tiene, pudiendo quizás incluso lograr que se amplíe el número de horas lectivas que se imparten en el aula, dentro de la legislación actual.

Las actividades que se crean para esta propuesta son dinámicas, variadas y lúdicas, algo fundamental en la enseñanza ya que propiciará una mayor motivación e involucración por parte de los alumnos.

En cuanto a la justificación curricular, la propuesta de intervención se ha creado para un curso de 6º de primaria y se ha tenido como referencia el Decreto 26/2016 para escoger los contenidos a trabajar. Al tratarse de una propuesta relacionada con el atletismo el bloque principal que se trabaja es el 4, juegos y actividades deportivas. Sin embargo, también se trabajan contenidos del bloque 1, contenidos comunes, del bloque 2, conocimiento corporal y del bloque 6, actividad física y salud.

En lo referente a la relación con las competencias del título, según la adaptación del Proyecto/Guía 2020-2021 docente de la asignatura TFG en Nueva Normalidad (p. 2) podemos encontrar 5 las cuales se citará y explicará la manera en la que este trabajo se relaciona con ellas. Podemos encontrar 5:

1. Adquirir conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de:
 - a. Aspectos principales de terminología educativa.
 - b. Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.
 - c. Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículum de Educación Primaria.
 - d. Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.
 - e. Principales técnicas de enseñanza-aprendizaje.
 - f. Fundamentos de las principales disciplinas que estructuran el currículum de Primaria.
 - g. Rasgos estructurales de los sistemas educativos.

Esta competencia se desarrolla mediante el estudio de términos, contenidos y mediante la realización del marco teórico y la propuesta de intervención ya que en la realización de ambas cosas se lleva a cabo un proceso en el cual se adquieren múltiples conocimientos.

2. Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:
 - a. Ser capaz de reconocer, planificar llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.
 - b. Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos

- c. Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.

La segunda competencia se obtiene de nuevo mediante la creación de la propuesta de intervención. Esto además se habría visto ampliado de haber podido llevarla a cabo en un centro escolar ya que se podría haber implementado y posteriormente analizado de manera crítica.

3. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.

En este caso la competencia se desarrolla mediante la serie de razonamientos, ideas y reflexiones que se llevan a cabo durante la creación de este trabajo.

4. Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:
 - a. La capacidad para iniciarse en actividades de investigación.
 - b. El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.

La cuarta competencia se completa simplemente con el hecho de realizar este trabajo ya que te adentras en actividades de investigación y en este caso concreto también de innovación.

5. Desarrollar la capacidad de analizar críticamente y reflexionar sobre la necesidad de eliminar toda forma de discriminación, directa o indirecta, en particular la discriminación contra la mujer, la derivada de la orientación sexual o la causada por una discapacidad.

La quinta y última, como futuro docente creo que se debe desarrollar no solo en este trabajo o ámbito sino en todos, ya que la discriminación hay que dejarla siempre de lado fomentando la igualdad.

En cuanto a las competencias propias de la mención de Educación Física, la cual me compete en este caso con la realización de este trabajo se llevan a cabo las siguientes:

- Conocer los contenidos específicos de la especialidad referidos al desarrollo psicomotor del niño de 6 a 12 años.
- Desarrollar en los alumnos las capacidades y habilidades motoras, seleccionando, construyendo y adaptando los espacios y materiales a sus necesidades y garantizando la seguridad en el desarrollo de las actividades.
- Saber utilizar el juego motor como recurso educativo y como contenido de enseñanza en Educación Física, al igual que los saberes sobre las actividades de recreación y ocio para la utilización del tiempo libre.
- Demostrar que se dominan los conocimientos básicos para realizar una programación, en el área de Educación Física.

- Programar intervenciones educativas que tengan en cuenta el desarrollo de la condición física del alumnado de Primaria, su adaptación al ejercicio físico y las rutinas adecuadas en la realización de ejercicio físico y deporte (calentamiento, estiramiento, hidratación, etc.).
- Adquirir y poner en práctica conocimientos referidos a la expresión corporal, las actividades físicas en el medio natural, la utilización del tiempo libre y el trabajo de la imagen corporal.
- Detectar dificultades de aprendizaje y saber atender la diversidad del alumnado dentro de las clases de Educación Física.
- Orientar y supervisar las actividades extraescolares que se realizan en el centro, tratando de plantearlas con un estilo marcadamente educativo.
- Aplicar las Tecnologías de la Información y Comunicación al área de la Educación Física.

En este proyecto uniendo la fundamentación teórica, con la puesta en práctica de la propuesta didáctica se habrían llevado a cabo todas las competencias relacionadas con la mención de Educación Física salvo 1, la referente a supervisar las actividades extraescolares.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 LA EDUCACIÓN FÍSICA ¿QUÉ ES?

Dentro del ámbito de la educación todos hemos oído hablar de la Educación Física, esa asignatura que los alumnos adoran generalmente, pero que muchas veces se menosprecia desde otras áreas debido a que desde fuera lo ven como un simple juego o pasatiempo comparado con los contenidos que se imparten en otras asignaturas. Sáenz-López et al (2004) afirman que autores como Proctoc y Kirk consideran la asignatura de Educación Física como amorfa, quitando así relevancia a esta asignatura.

Sin embargo, quienes piensan esto se equivocan ya que la Educación Física es mucho más que eso, es una asignatura en la que se trabajan aspectos como el desarrollo corporal de los niños, la psicomotricidad, las relaciones interpersonales, la salud... entre otras muchas cosas

Para comenzar a hablar sobre este tema primero es necesario saber lo que es la Educación Física. Vamos a definir en primer lugar, el término Educación y en segundo lugar pasaremos a integrarlo con el término que le da su significado concreto, la palabra “Físico”.

Basándome en Baena (2012) etimológicamente “educación”, puede proceder de dos ramas, del verbo latino educare, cuyo significado es “criar, nutrir o alimentar, proteger, enseñar” o del verbo “educere”, cuyo significado es “dirección hacia fuera”.

En cuanto a el término Educación Física, tiene distintos significados dependiendo de los enfoques que se le den, las funciones que se le asignen y los objetivos que busque, pasamos a analizarlo según diversas fuentes.

Para Cagigal (1968, citado por Baena, s.f., p.1) “es el proceso o sistema de ayudar al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades personales y de relación social con especial atención a sus capacidades físicas de movimiento y expresión.”.

Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua la Educación Física es “un conjunto de disciplinas y ejercicios encaminados a lograr el desarrollo y perfección corporales”. Esta definición es muy teórica y no entra a analizar más en detalle lo que la asignatura de Educación Física de verdad abarca.

Según el BOCyL “la Educación Física tiene como finalidad desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos vinculados a la conducta motora.”

González afirma que “la E.F. es la ciencia y el arte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional de sus facultades de movimiento, y con ellas el del resto de sus facultades personales” (citado por Baena, s.f., p.1)

Según Baena (2012) podemos encontrar varias corrientes que hablan sobre la concepción de la Educación Física, sin embargo, 3 son las más destacadas: el Pragmatismo, el Idealismo y el Realismo.

El Pragmatismo viene a afirmar que los alumnos deben resolver los problemas que les surjan a partir de la práctica y la experiencia y se intentará realizar gran cantidad de actividades para que puedan ir mejorando. El papel principal en esta función le tiene el alumno y el profesor únicamente será un apoyo dentro de la resolución de problemas.

Por su parte, el Idealismo proviene de la época del filósofo griego Platón y la finalidad principal de la Educación Física según esta corriente es la de que se alcancen los objetivos establecidos. En esta función el profesor tiene un papel más importante ya que es el modelo a seguir para los alumnos.

En el caso del Realismo, su objetivo es ayudar a los alumnos a desenvolverse dentro del mundo real. Esto se conseguirá proporcionando a los alumnos la formación necesaria para que cumplan con sus necesidades. En este caso el profesor únicamente será un transmisor de conocimientos.

Como podemos ver, cada una de estas corrientes tiene objetivos muy diferentes y su manera de alcanzarlos son también muy distintas. Sin embargo, esto no significa que una sea más adecuada que otra. Desde mi punto de vista, de cada una de ellas se puede extraer algo para formar una corriente mejor. Creo que el alumno debe ser el factor principal ya que es quién está tratando de aprender, pero hay que formarle en todos los ámbitos para que pueda aplicarlos fuera del ambiente escolar y así poder cumplir los objetivos que se proponga conseguir.

4.2 EVOLUCIÓN HISTÓRICA

Sainz (1992) afirma que “las actividades físicas son manifestaciones que acompañan al hombre desde su aparición sobre la tierra. Este, en su evolución y civilización, constantemente las desarrolló, pero han estado orientadas hacia diversos objetivos” (p. 31). Sin embargo, el término “Educación Física” que conocemos actualmente no comenzó a utilizarse hasta que se introduce la actividad física dentro del ámbito escolar, convirtiéndolo en una asignatura más. A partir de ahí ya se comienza a utilizar y en él se van incluyendo más factores. Esto, nos permite ver que la

Educación Física no es un término que haya existido siempre, sino que ha tenido un proceso y una evolución hasta llegar a su punto actual.

El origen de la Educación Física, no como concepto sino como actividad, se data de la prehistoria, donde los hombres primitivos tenían que realizar ejercicios físicos cada día, tales como cazar, luchar... para poder subsistir. Estos ejercicios estaban principalmente enfocados a la fuerza y la agilidad, aunque también influían otros factores como afirman Alimen y Steve (1978) “la supervivencia del grupo dependía de que sus miembros poseyeran agilidad, fuerza, velocidad y energía” (p. 46).

Tras esto, pasamos al Extremo Oriente donde en lugares como China e India se realizaban ejercicios físicos ligados a ritos mágicos, religiosos, terapéuticos... Pero sobre todo se empleaba en el ámbito de la guerra.

Baena (2012) afirma que pasada la prehistoria nos adentramos en la Edad Antigua, donde podemos encontrar varios períodos. En el preclásico, las culturas mesopotámicas y egipcias seguían viendo la actividad física como una manera de sobrevivir. Sin embargo, los hititas en el año 1360 A.C. crearon el primer manual de entrenamiento hípico, dando así por primera vez una dimensión educativa a esta actividad física.

En el período clásico nos encontramos ya con Grecia donde ya se le comienza a dar una gran relevancia a la actividad física ya que se le tenía un culto al cuerpo buscando la silueta perfecta, algo que corrobora Galbis (2013 citado por Santos, 2020.) “el deporte y la educación física fue muy importante en la antigua Grecia, tanto para mantener una salud corporal como espiritual” (p. 18). Además, en esta etapa ocurrió un evento muy importante que aún perdura en nuestros tiempos, se crearon los Juegos Olímpicos, evento en el cual el ejercicio físico era lo más importante.

Tras esto llegó la época de los romanos donde la actividad física estaba vista como una manera de ocio. Esto provocó que varios emperadores lo vieran como algo nefasto ya que lo veían como algo ridículo y poco bello, lo que provocó que Constantino arrasara alguno de los circos romanos y que Teodosio aboliera los Juegos Olímpicos como afirma Baena (2012).

Durante el Renacimiento, Baena (2012) habla de cómo se volvió a dar importancia a la actividad física para la formación de las personas en un intento de regresar a las costumbres de la Antigua Grecia. Entrados en los siglos XIX y XX se da mucha importancia a la educación del cuerpo y por lo tanto a la actividad física. A raíz de esto surgen varias escuelas. La escuela alemana, la cual busca una educación total teniendo la gimnasia un papel fundamental. La escuela francesa busca una gimnasia pedagógica, pero con esencia militar, por ella desarrolla la fuerza, la resistencia...

entre otros ámbitos. También nos encontramos con la escuela sueca la cual busca desarrollar el cuerpo humano mediante ejercicios racionales. Para terminar, tenemos la escuela inglesa, la cual incluye el deporte en las escuelas como un elemento más de la educación.

Entrando ya en España, no fue hasta la Segunda República en el siglo XX cuando se incluye la Educación Física dentro del sistema educativo contribuyendo así a una mejor formación de los niños. Según Martínez (2000), “la Segunda República, bajo la influencia de los institucionalistas, haría un esfuerzo por integrar la Educación Física en la escuela, cambiando el corte militarista que había adquirido en la Dictadura de Primo de Rivera” (p. 96).

Durante el Régimen Franquista la Educación Física pasa a ser obligatoria en los colegios. En 1970 con la Ley General, se crearon las bases sobre las cuales se debía trabajar para instaurar la Educación Física en todos los niveles educativos. Esto continuó con la Constitución de 1978 donde se decretó que se debía promocionar el deporte. Tras esto llegó la LOGSE, la cual continuó impulsando la Educación Física y la llevó a un nivel nuevo con la inclusión de una carrera universitaria para formar profesores. En la actualidad, la Educación Física es regulada por la actual ley educativa, la LOMCE, la cual divide la asignatura en 6 bloques.

4.3 CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA

La asignatura de Educación Física se rige en Castilla y León por el BOCYL. Según el 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 (p. 34640-34647) podemos encontrar 6 bloques temáticos dentro de la asignatura, cada bloque con sus correspondientes contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. Sin embargo, al tratarse el trabajo de una Unidad Didáctica destinada a sexto de primaria, solo mostraré los correspondientes a dicho curso.

Comenzaré con el bloque 1, llamado “contenidos comunes” y el cual es igual para todos los cursos en cuanto a los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

Bloque 1: Contenidos comunes.

- Contenidos: técnicas para trabajar tanto individualmente como en grupo, maneras de resolver conflictos, el correcto uso de los materiales, trabajo relacionado con textos relacionados con el área, empleo, tanto de manera oral como escrita, de vocabulario relacionado con la asignatura, realizar trabajos bien organizados, utilizar las TIC para tratar la información que se necesite.

- Criterios de evaluación: tener una opinión coherente, aunque de manera crítica sobre los distintos conflictos que pueda surgir durante el desarrollo de las actividades, ya sea como participantes o como observadores, trabajar contenidos relacionados con la asignatura mediante el empleo de las TIC.
- Estándares de aprendizaje: tener una actitud crítica ante los modelos publicitarios relacionados con la imagen corporal, ser capaz de explicar el funcionamiento de un juego o actividad realizado en la clase, tener actitud positiva ante la resolución de conflictos, identificar las conductas antideportivas, utilizar las TIC para la búsqueda de información, presentar los trabajos solicitados de manera adecuada, expresar las ideas de manera educada y coherente a la vez que se respetan las opiniones ajenas.

Bloque 2: Conocimiento corporal.

- Contenidos: conocer y controlar tu cuerpo, conocer la influencia de hacer actividad física en el correcto funcionamiento de los distintos aparatos de tu cuerpo, realización de distintos movimientos que cada vez supongan una mayor dificultad, desarrollar la percepción selectiva, adaptar tu cuerpo a las distintas situaciones, controlar los cambios y movimientos que puedan surgir a raíz de desplazamientos, adaptarse a los espacios disponibles, ajustar los distintos movimientos al tiempo o situación que les corresponde, coordinar los movimientos propios a los movimientos de otras personas, adaptar la respiración a los distintos niveles de esfuerzo y valorar y respetar los distintos cambios que surjan en los cuerpos, tanto propios como de los compañeros.
- Criterios de evaluación: valorar y respetar los cuerpos, tanto propios como ajenos, resolver distintas situaciones motrices combinando y adaptando las distintas habilidades motrices de las cuales disponemos y relacionar conceptos propios del área de Educación Física con la realización de actividad física.
- Estándares de aprendizaje: adapta los distintos desplazamientos, saltos y giros a los espacios y objetivos que se piden, adapta el empleo de objetos a las situaciones en las que se le pide, se adapta a la realización de actividades en espacio poco habituales, comprende las explicaciones y utiliza términos relacionados con el aparato locomotor y respeta los distintos cuerpos y niveles de desarrollos motrices.

Bloque 3: Habilidades motrices.

- Contenidos: utilizar las habilidades motrices adquiridas en situaciones de complejidad con eficacia, trabajar y mejorar los distintos aspectos físicos (flexibilidad, resistencia, fuerza y velocidad), identificar las distintas capacidades que intervienen en una actividad,

resolver situaciones mediante el empleo de una o varias capacidades, asimilar habilidades motrices en situaciones de dificultad creciente, desarrollar la capacidad de toma de decisiones relacionadas con el empleo de las habilidades motrices y mostrar predisposición a participar en distintas actividades con distintos niveles de habilidad.

- Criterios de evaluación: resolver situaciones motrices empleando y adaptando las habilidades motrices de la manera necesaria, resolver los distintos retos y problemas que surjan en el juego mediante el empleo de normas, relacionar los conceptos que se utilicen mediante el desarrollo de las actividades y mejorar las capacidades físicas teniendo en cuenta las distintas capacidades, habilidades y esfuerzos.
- Estándares de aprendizaje: adaptar las distintas habilidades motrices a las distintas situaciones que se requieren, realizar movimientos empleando tanto los lados dominantes como los no dominantes, realizar correctamente recepciones, lanzamientos, tener una correcta orientación motriz, mantener el equilibrio en distintas situaciones, emplear los recursos necesarios para resolver distintas situaciones motrices, combinar distintas habilidades adaptándolas al objetivo a conseguir, reconocer la capacidad física principal que se emplea en los distintos ejercicios, entender las distintas actividades y posteriormente explicarlas con términos relacionados con el área, mejorar las capacidades físicas empleadas, encontrar las pulsaciones, adaptar los esfuerzos a las actividades.

Bloque 4: Juegos y actividades deportivas.

- Contenidos: tener conocimientos sobre los eventos deportivos, reconocer el juego y el deporte como un elemento social y practicar alguno de los relacionados con Castilla y León, iniciación al deporte adaptado, emplear el medio natural, utilizar el espacio y saber posicionarse en él, trabajar la cooperación y la oposición, aceptar y respetar las ,apreciar el juego y el deporte como una manera de relacionarse y disfrutar, realizar actividades relacionadas con la seguridad vial en el deporte y valorar el esfuerzo que se realiza en el deporte.
- Criterios de evaluación: resolver distintas situaciones motrices combinando y adaptando las distintas habilidades a las condiciones y situaciones que se requieren, resolver retos y situaciones propiciadas por el juego, conocer y valorar los distintos tipos de actividades que se pueden encontrar, ser capaz de adaptarse y respetar el entorno y tener valores positivos y respetar tanto a los demás como a las normas.
- Estándares de aprendizaje: adapta los desplazamientos, saltos, giros y la manipulación de objetos a los distintos tipos de entornos y actividades físicas, realiza actividades en entornos variados, emplea recursos, estrategias y combinaciones motrices variadas para resolver las distintas situaciones, diferencia los distintos tipos de juegos y deportes y

valora su riqueza cultural, recoge los residuos generados durante el transcurso de las actividades, respeta los espacios naturales que se emplean y las normas de dichos sitios, tiene autonomía, respeto, interés y buena capacidad de adaptación.

Bloque 5: Actividades físicas artístico-expresivas.

- **Contenidos:** elaborar bailes y coreografías mediante estímulos musicales, coordinarse para realizar coreografías, reconocer los bailes populares, expresarse a través del cuerpo y del movimiento, realizar situaciones en las que te comuniques empleando el cuerpo y emplear objetos y materiales para crear situaciones y escenarios.
- **Criterios de evaluación:** utilizar el cuerpo para expresarse de manera creativa y estética y valorar y respetar los cuerpos de las diferentes personas.
- **Estándares de aprendizaje:** representar distintos personajes y situaciones empleando el cuerpo, realizar movimientos mediante el empleo de estímulos rítmicos o musicales, conocer y realizar danzas de distintos orígenes y culturas, respetar los distintos tipos de cuerpos y las exigencias que conlleva aprender nuevas habilidades.

Bloque 6: Actividad física y salud.

- **Contenidos:** los hábitos corporales, la alimentación saludable y la higiene corporal, los beneficios de la actividad física, mejora de las capacidades físicas, control corporal y prevención de lesiones, valorar la actividad física y conocimientos básicos sobre primeros auxilios.
- **Criterios de evaluación:** reconocer los efectos que causan la higiene, una correcta alimentación, los hábitos posturales y el ejercicio físico en la salud propia, saberse la importancia de la seguridad y la prevención de riesgos en la realización de la actividad física
- **Estándares de aprendizaje:** mostrar interés por la mejora de la condición física propia, planificar una dieta adecuada, identificar los beneficios del ejercicio físico en la salud y los efectos negativos de una mala dieta y el sedentarismo, saber realizar un calentamiento previo a la actividad y conocer la importancia de él y reconocer las lesiones y enfermedades deportivas más comunes.
-

4.4 METODOLOGÍAS ACTIVAS, ¿QUÉ SON?

El término metodología se podría definir como la manera, el proceso o la forma mediante la cual se va a realizar una acción con el objetivo de cumplir un objetivo o de llevar a cabo una determinada situación, es decir, el cómo, cuándo y el dónde según Estela. (2021)

En este caso al tratarse del ámbito educativo nos referiríamos al proceso de aprendizaje. Sabiendo esto, (De Miguel, 2005) afirma que una metodología es el conjunto de decisiones que se toman respecto a los métodos y recursos a emplear en distintas situaciones con el fin de lograr un objetivo dentro del ámbito educativo.

Hay muchos tipos de metodologías siendo el profesor debe ser el encargado de escoger cual es la más adecuada para impartir los conocimientos. Sin embargo, estos métodos deberían estar orientados hacia los alumnos, es decir, que ellos sean la parte fundamental del proceso de enseñanza. Este tipo de métodos son la referencia sobre lo cual las metodologías activas se basan, a las que según Labrador y Andreu (2008) definiríamos como aquellos métodos, técnicas y estrategias llevadas a cabo por el profesor, para que el proceso de enseñanza se base en actividades en las que se promueva el aprendizaje significativo y la participación activa del estudiante.

Por lo tanto, podríamos hablar de las metodologías activas como procesos pedagógicos interactivos que refuerza los conocimientos y las competencias de los estudiantes de manera distinta a la tradicional. Las características principales o las claves de este tipo de metodologías son: el alumno es el elemento principal y su aprendizaje se va construyendo y las actividades realizadas deben de estar relacionadas con el mundo real para que así estos aprendizajes les sean útiles. Podemos encontrar muchos tipos de metodologías activas, cada una muy distinta del resto, por lo tanto, este tipo de metodologías son muy útiles para generar un aprendizaje variado, interactivo y sobre todo efectivo.

Pasamos a estudiar ahora diversas metodologías activas en profundidad.

4.4.1 RUTINA DE PENSAMIENTO

Las rutinas de pensamiento son una serie de sencillos procesos en los cuales a través de un reducido número de pasos se intenta que las personas que las trabajan desarrollen su pensamiento y el concepto que tienen sobre una determinada idea. El objetivo que se persigue con este tipo de metodología es motivar a los alumnos de cara al proceso de aprendizaje para que no sea el típico proceso de aprendizaje clásico basado en memorizar conceptos, sino que se trabaje sobre los contenidos.

Según Ramírez & Beilock (2011), las rutinas de pensamiento permiten a los alumnos crear unos conceptos mentales en los cuales estructuran y reflexionan sobre los procesos que se llevan a cabo a la hora de pensar.

Mediante el empleo de estas rutinas permitimos a los alumnos trabajar de una manera menos monótona y más novedosa, ya que existen distintos tipos de rutinas. Asimismo, al indagar sobre los procesos que se llevan durante el propio aprendizaje permitimos que los alumnos afiancen los contenidos ya que se trabajan más a fondo.

Richhart (2014), afirma que, aunque las rutinas tengan inicialmente unos pasos marcados a seguir con la práctica se les puede modificar puesto que se puede mostrar cierta flexibilidad durante el proceso.

En base a lo que este autor afirma opino que es algo muy bueno que exista dicha flexibilidad, debido a que como bien es sabido no todos los alumnos tienen las mismas necesidades ni tampoco las mismas capacidades, por ello, el hecho de que se puedan modificar los procesos o las maneras en las que se lleva a cabo la actividad es algo muy útil. Además, esto permite tener margen para poder introducir posibles variantes o modificaciones y, sobre todo para poder trabajar distintos contenidos muy variados con estos procesos.

También, es importante recalcar el hecho de que con las rutinas de pensamiento se quiere mostrar que el aprendizaje se produce mediante un proceso basado en ideas propias del alumnado y no absorbiendo contenidos.

En este caso concreto, la rutina de pensamiento que se utiliza es el “‘Veo, pienso y me pregunto”’, la cual consiste en la visualización de un video sobre el contenido a trabajar. Este vídeo corresponde a la parte de ver. Mientras se visualiza el vídeo, nuestras mentes empiezan a trabajar y nos planteamos ideas, dudas, teorías... sobre lo que estamos observando, esto corresponde a la parte de pienso. Para finalizar, se debe escribir en un papel las dudas que tenemos, las preguntas que nos han surgido tras la visualización del contenido y después de meditar y analizar los conceptos que se nos muestran.

4.4.2 DESCUBRIMIENTO GUIADO

El descubrimiento guiado es una metodología cuyo objetivo es el de que los alumnos lleguen a conseguir una tarea u objetivo siguiendo los pasos o indicaciones que el maestro les ha indicado, pero sin saber el resultado final, es decir, basándose en esas ayudas conseguirlo por ellos mismos. Según Martínez y Zea (2004), el contenido que deben adquirir no se les muestra en la forma en la que lo deben obtener, sino que lo deben descubrir ellos mismos siendo parte activa de su aprendizaje. Dentro de esta metodología se puede llegar al resultado final de dos maneras, con la citada anteriormente en la que se recibe una ayuda del profesor o mediante un descubrimiento

“puro”, “íntegro” en el cual el alumno realiza el descubrimiento de forma autónoma y llega al resultado final él solo.

Esta metodología surgió en 1967 cuando Bruner (1967) afirmó que los alumnos recordarían mejor los contenidos cuanto más complejo fuera el proceso de obtenerlos.

En el proceso habitual, el profesor debe mostrar al alumno una información inicial, debe tener clara la meta u objetivo y debe reconducir a los alumnos en el caso de que se alejen del objetivo propuesto a través de nueva información. Sin embargo, es necesario que haya un equilibrio entre la información que el profesor da y la autonomía del alumno.

En la actividad en la que se encontrarán esta metodología, los alumnos recibirán una información del profesor sobre lo que deben hacer, practicar las salidas en carrera y posteriormente recorrer una distancia. Tras saber lo que tienen que hacer serán ellos los que vayan practicando y probando hasta conseguir realizar de la mejor forma posible lo que el profesor les ha propuesto.

4.4.3 APRENDIZAJE SERVICIO

Según Furco (1996) “el aprendizaje servicio pretende comprometer a los individuos en actividades que combinan servicio a la comunidad y aprendizaje académico”.

Según Puig, Batlle, Bosch y Palos:

“El aprendizaje servicio es una propuesta educativa que combina procesos de aprendizaje y de servicio a la comunidad en un único proyecto bien articulado en el que los participantes aprenden a la vez que trabajan en necesidades reales del entorno con la finalidad de mejorarlo” (2007, p. 20)

A raíz de estas definiciones se podría afirmar que el objetivo que se tiene con esta metodología es la de resolver una situación social mediante un nuevo tipo de respuesta educativa. Y es que esta metodología se retroalimenta del aprendizaje, ya que uno beneficia a lo otro y viceversa.

Por lo tanto, se podría hablar del aprendizaje servicio como una metodología activa que aporta la prestación de servicios a la comunidad mientras se obtiene un aprendizaje de contenidos académicos. Teniendo esta idea clara podríamos decir entonces que el protagonista de esta metodología es el alumno ya que le permite influir tanto en su aprendizaje como en el de los demás. Esta, debe basarse en la experiencia y en las vivencias que ellos tienen, en sus conocimientos y en la realidad sobre la que actúan.

Además, es también muy importante dentro de ella que se profundicen dos aspectos, el valor de las acciones y la reflexión sobre lo que se hace. Con esto, se conseguirá que los alumnos mejoren como personas y que trabajen una serie de valores necesarios para su desarrollo social ya que tomarán conciencia de sus actos y de las consecuencias de estos.

Esta metodología se podrá encontrar en la propuesta de una manera bastante curiosa ya que los alumnos, realizarán una carrera de relevos en la cual el objeto a transportar será un alimento que hayan traído previamente de casa para posteriormente donarlo y de esta manera realizar un acto por la comunidad.

4.4.4 APRENDIZAJE COOPERATIVO

Dentro de una clase vamos a poder encontrar a personas con distintas capacidades y con distintos ritmos de aprendizaje. Esto puede propiciar que haya alumnos que se queden atrás en el aprendizaje o lo contrario, alumnos que frenen su proceso de adquirir conocimientos porque el profesor deba bajar el ritmo de enseñanza. Para que esto no ocurra y todos los alumnos puedan aprender por igual y estar en las mismas condiciones es importante que la clase coopere, es decir, que todos se ayuden y colaboren entre ellos para alcanzar el objetivo. A raíz de esto, (Johnson, Johnson y Holubec, 1999) definen el aprendizaje cooperativo como una metodología educativa que se basa en el empleo didáctico de grupos reducidos de alumnos, generalmente heterogéneos, los cuales trabajan juntos e interaccionan entre sí para mejorar su aprendizaje y el de los demás.

En este proceso, el profesor tiene un papel importante ya que debe ser quien organice y estructure los grupos para hacerlos equitativos. Este aprendizaje facilita el desarrollo de otras competencias distintas a las que se tratan de aprender, tales como la comunicación, el desempeño social de los alumnos, la empatía y la solidaridad...

Este tipo de metodología es muy importante a la vez que útil, ya que los alumnos entre ellos se ven como iguales, por ello ayudarse entre ellos les hace ver que es importante cooperar y a la vez permite trabajar la inclusión ya que son ellos mismos los que se ayudan para no dejar a nadie atrás en el proceso de enseñanza. Sin embargo, para poder trabajar esto, es importante que primero se les concientice a los alumnos en valores de respeto, igualdad y cooperación.

Esta metodología estará asociada a la propuesta de intervención en una actividad en la que todos juntos deberán crear un circuito con los materiales que se les ofrecerán. Para ello deberán respetarse y ayudarse unos a otros para cumplir el objetivo.

4.4.5 BITS DE INTELIGENCIA

El origen de este término procede del inglés, de la palabra “binary digit” cuya traducción es dígito binario. Según Estalayo y Vega (2001) los Bits de Inteligencia son un método didáctico dirigido a niños de entre 0-6 años que mejoran la atención, facilitan la concentración y desarrollan y estimulan el cerebro, la memoria y el aprendizaje. Sin embargo, pese a que estos autores delimiten el rango de edad en el cual se puede emplear son también útiles con niños más mayores.

Como afirma Orejuela (2016) con los bits de inteligencia se pretende dar información a los niños sobre distintos temas para ayudarles a ordenar y entender las ideas. Los bits sirven para entrenar la memoria y fortalecer la mente ya que al mostrarles una imagen visual de lo que se quiere que aprendan o memoricen se hace un refuerzo sobre ello que les beneficia en el proceso. Los bits de inteligencia deben ser atractivos para que se fijen en ellos y les llame la atención, novedosos para que no se aburran, simples para que les puedan entender de manera sencilla y precisos para que muestre únicamente lo que se quiere enseñar. Estos pueden aparecer de maneras diferentes, ya sea en papel, en cartulinas, de manera digital en una pantalla... Además, de esta manera se ayuda a mejorar su desarrollo visual.

A la hora de emplearles hay que tener en cuenta la complejidad de lo que se quiere mostrar para escoger un tipo de bit de inteligencia u otro ya que en edades más tempranas es mejor emplear recursos que puedan tocar, manipular... para involucrarse mejor en el aprendizaje.

Para trabajar los bits de inteligencia lo que se hará será mostrarles a los alumnos una serie de imágenes en las que puedan apreciar lo que se les pide que hagan. Mediante esto, obtendrán un refuerzo visual que hará que les sea más sencillo que si solo recibieran la explicación oral.

4.4.6 TRABAJO POR RINCONES

El trabajo por rincones es una práctica educativa que se fundamenta en el constructivismo social, cuyo punto de partida es el aprendizaje en interacción, la importancia que tiene el contexto cultural para el desarrollo humano. Partimos de que los niños y niñas aprenden a través de su propia actividad, no sólo manual, sino también, y a la vez, mental; pero aprenden mucho mejor, más y más profundamente en contextos ricos y diversos de interacción; es decir, junto con otros y, por supuesto, aprenden si aquello que se les ofrece es interesante, relevante y tiene sentido para ellos. (Ganaza, 2001, p.6)

A raíz de esta definición se puede ver en que consiste esta metodología, se divide la clase en varios grupos o rincones y en cada uno de ellos se realizará una actividad diferente. Con esta

metodología conseguimos que los alumnos tengan más autonomía y se les permite tener iniciativa a la vez que trabajan sus relaciones sociales.

Partiendo de esto, Moll y Pujol (1988) afirman que los rincones permiten que los niños orienten lo que quieren hacer hacia lo lúdico permitiéndoles a su vez una mayor integración dentro de la clase, a la vez que se permite que su imaginación y su creatividad fluyan.

Según Fernández (2009) mediante el empleo de esta metodología se está fomentando la motivación intrínseca por su aprendizaje. Además, como el trabajo por rincones se suele realizar mediante juegos, podremos observar como los alumnos serán más felices y tendrán un mayor interés por participar en el desarrollo de las actividades. A la vez, se les permitirá socializar, influyendo esto en su desarrollo de las cualidades sociales y de la cooperación.

A la hora de llevar a cabo una actividad con esta metodología hay que tener en cuenta diversos factores como son la organización espacial, la temporal, la organización de la clase y la de los materiales.

Como afirman Laguía y Vidal (1987) la organización del espacio dependerá del tamaño y de las características del aula. El aula, habrá que agruparle por rincones o áreas diferenciados en los cuales se realicen actividades diferentes. Cada rincón debe estar preparado para recibir a niños que vayan rotando. La organización temporal variará en función del criterio del maestro, quien tendrá en cuenta las capacidades y necesidades de sus alumnos. Sin embargo, dentro de una misma sesión, la duración de cada rincón debe ser la misma, para permitir las rotaciones, por ello, es necesario que haya una similitud de dificultad entre los distintos rincones. A la hora de agrupar a los alumnos, hay que intentar que se realicen grupos homogéneos, aunque también se puede permitir que sean los propios alumnos los que se organicen en grupos en función de sus preferencias para así permitir. En cuanto a los materiales, debe haber los necesarios para poder realizar la tarea que se les pide y debe estar al alcance de todo el alumnado.

Es importante recalcar que en esta metodología se debe rotar por todos los rincones y no terminará hasta que todos los alumnos lo hayan realizado. El papel del profesor será el de guía, al comienzo de la sesión explicará en que consiste cada uno de los rincones y posteriormente ya se dará paso al comienzo de la actividad. Mientras esta se está llevando a cabo podrá resolver alguna duda, pero intentando no participar mucho para darles autonomía.

Para llevar a cabo esta metodología lo que se realizará es dividir a la clase en tres rincones y se les indicará a los alumnos lo que se realiza en cada uno de ellos. Con este modo de trabajo se consigue que todos los alumnos puedan participar y a la vez les permite actuar con autonomía ya que son ellos los que escogen el rincón en el que quieren empezar. Además, al trabajar aspectos

diferentes en cada uno permites romper con la posible monotonía que se podría encontrar si se realizara todo el rato lo mismo.

4.4.7 GAMIFICACIÓN

Dentro de la etapa del colegio, tanto en Educación Infantil como en Educación Primaria podemos observar como el juego es muy importante, ya que tiene una gran relevancia en el desarrollo de los niños, tanto en lo social, como en lo personal como en lo cognitivo. Por ello, es muy importante utilizar el juego dentro del proceso de enseñanza como afirma Espinosa. (2014).

El término gamificación tiene su raíz en la palabra inglesa *game*, que significa juego, por lo tanto, podemos ver solo con su raíz con qué va a estar relacionada esta metodología.

Según Marín (2015) la gamificación educativa es una estrategia de aprendizaje basada en el empleo del juego en situaciones no lúdicas, con el fin de desarrollar procesos de enseñanza-aprendizaje que resulten efectivos, motivando e involucrando así al alumnado, enriqueciendo la relación entre el maestro y los alumnos y favoreciendo el clima del aula.

Sabiendo esta definición podríamos decir que dicha metodología consiste en aplicar características o técnicas de un juego a situaciones reales. Esto se debe a que los alumnos, ante los juegos, prestan más atención y muestran más interés que ante situaciones de aprendizaje tradicionales en las cuales se enfocan en una pizarra, un cuaderno y un libro. Además, el juego es un gran recurso de aprendizaje ya que al ser repetitivo permite a los alumnos interiorizar los conceptos ya que los ponen a la práctica. Es importante también el feedback que se recibe mientras se juega, ya que al observar a otras personas realizar lo mismo que nosotros podemos comprobar aspectos en los que podemos mejorar. Además, durante la realización de actividades empleando esta metodología los alumnos tendrán una actitud más activa y se generará un ambiente más distendido y óptimo para el aprendizaje.

Sin embargo, para poder llevar a cabo la gamificación en el aula Kapp (2012) afirma que hay que tener en cuenta los siguientes elementos del juego: la base, la mecánica, la estética, la idea, la participación, la motivación, las personas, promover el aprendizaje y resolver los problemas que surjan.

En este caso, la gamificación se llevará a cabo mediante una competición que realizarán los alumnos formando equipos. De esta manera, estarán jugando y participando a la vez que aprenden, consiguiendo así en ellos un mayor grado de implicación.

4.4.8 APRENDIZAJE BASADO EN PROYECTOS

Una posible definición del Aprendizaje Basado en Proyectos sería: “es un modelo de aprendizaje en el que los estudiantes planean, implementan y evalúan proyectos que tienen aplicación en el mundo real más allá del aula de clase” (Blank, 1997; Dickinson, et al, 1998; Harwell, 1997, citados en Galeana 2006, p. 1). En otras palabras, los alumnos realizan proyectos en los que mientras resuelven situaciones relacionadas con el mundo real adquieren conocimientos y competencias claves. En este proceso el alumno es la parte central y le ayuda a comprender la información que necesitan para llevar a cabo dicha actividad.

Desde el punto de vista del profesor, llevar a cabo esta metodología es trabajar de manera distinta a la habitual, saliéndose de lo que se suele realizar en el aula ya que les relaciona con su día a día y con situaciones que pueden encontrarse fuera de la escuela.

Según Pozuelos (2007) este tipo de metodología tiene una serie de elementos característicos: es una propuesta de carácter global, giran en torno a una temática, se emplea para favorecer las interacciones entre los alumnos, se trabaja la atención a la diversidad y se evalúa de manera formativa.

Sin embargo, la metodología del aprendizaje basado por proyectos es más compleja de lo que parece, no en su realización, pero si en su preparación. Según Vergara (2016) podemos encontrar 8 fases en ella:

-Fase 1, el planteamiento e identificación de los intereses del alumnado.

-Fase 2, la concreción del proyecto.

-Fase 3, la elaboración del diagrama de contenidos.

-Fase 4, la proyección comunitaria de la acción del proyecto.

-Fase 5, las actividades y los desempeños de comprensión.

-Fase 6, la sistematización del proyecto de aprendizaje.

-Fase 7, la arquitectura.

-Fase 8, la evaluación.

A pesar de que pueda parecer un proceso complejo debido a estas 8 fases, es una metodología muy recomendada para utilizarla ya que tiene múltiples ventajas o factores beneficiosos para los alumnos como que se fomenta el trabajo en equipo, se desarrollan competencias y habilidades, motiva al alumnado y a la vez se pueden trabajar distintas asignaturas.

Para concluir con las distintas metodologías que los alumnos podrán encontrar, trabajarán con el método del aprendizaje basado en proyectos en la cual los alumnos tratarán de crear actividades de temáticas diferentes intentando fomentar así su autonomía, cooperación y dejando que desarrollen su imaginación.

4.5 INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Gardner (1995) afirma en base a su teoría de las inteligencias múltiples que las personas pueden desarrollar diferentes procesos mentales y a su vez pueden emplearlos de distinta manera en función de la situación en la que se encuentren. Las afirmaciones de este autor han servido de punto de partida para las posteriores investigaciones relacionadas con las inteligencias múltiples. Podemos encontrar ocho, Emst-Slavit (2001) afirma que son las siguientes:

-Inteligencia lingüística: es la capacidad de leer, escribir y comunicarse mediante el uso de palabras.

-Inteligencia lógico-matemática: es la habilidad de razonar, calcular... tener la capacidad para organizar objetos.

-Inteligencia espacial: es la habilidad de comprender y expresar las imágenes que vemos, ya sean visuales o espaciales.

-Inteligencia musical: es la habilidad para desenvolverse bien en el ámbito musical, ya sea componiendo, cantando, teniendo ritmo...

-Inteligencia física-cinestética: es la habilidad para usar el cuerpo para distintas acciones tales como resolver problemas, transmitir mensajes...

-Inteligencia interpersonal: es la habilidad para congeniar con otras personas, para poder conectar con ellas.

-Inteligencia intrapersonal: es la habilidad para analizarse y conocerse a uno mismo.

-Inteligencia naturalista: es la habilidad para reconocer la flora y fauna y de entender el mundo natural que nos rodea.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1 JUSTIFICACIÓN

En esta Unidad Didáctica voy a trabajar el área de Educación Física, lo cual no ha sido un problema ya que es el área al que me quiero dedicar. Esto, sumado al hecho de que como futuro docente me gustaría ayudar a mejorar la imagen que se tiene de esta asignatura y mejorarla sacando sus maneras de impartir las clases de las metodologías tradicionales a la vez que se incluyen otras nuevas. Trabajaremos principalmente la carrera y sus modalidades y los distintos tipos de saltos y lanzamientos.

He decidido trabajar este tema ya que me parece en base a mi experiencia, que es un tema bastante olvidado en el currículo, salvo la parte de correr, y que nos permite trabajar muchos contenidos del currículo, que no se trabajan habitualmente.

Además, dentro de este tema, se pueden realizar una gran cantidad de juegos y actividades, lo que permite poder trabajar de manera amplia sobre él.

5.2 LEGISLACIÓN EDUCATIVA

Para la realización de esta he utilizado los recursos convenientes a esta como: El 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; la Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE), publicada en el Boletín Oficial del Estado el 10 de diciembre de 2013; y el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.

5.3 COMPETENCIAS

Según la LOMCE, podemos encontrar siete clases de competencias. En mi Unidad Didáctica, ya sea en unas actividades o en otras, se han utilizado todas (en cada una de las actividades se indica las competencias trabajadas). Estas serían:

- Competencias sociales y cívicas.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- Comunicación lingüística.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.
- Aprender a aprender.
- Competencia digital.
- Conciencia y expresiones culturales.

5.4 OBJETIVOS

El objetivo principal que se busca alcanzar con esta propuesta es el de usar metodologías activas en las clases de Educación Física para ayudar al aprendizaje del alumno.

Los objetivos específicos que se podrían encontrar en esta propuesta son:

- Mediante el empleo de las metodologías activas adquirir también aprendizajes propios de otras áreas.
- Conocer y practicar algunas de las modalidades del atletismo.
- Aprender las normas básicas de diversas disciplinas del atletismo.
- Trabajar contenidos de otras áreas a la vez que aprenden atletismo.
- Mejorar su capacidad para realizar los distintos movimientos que se trabajarán relacionados con el atletismo, como pueden ser los giros, saltos, desplazamientos...
- Aprender a trabajar en grupo y de forma cooperativa fomentando las relaciones sociales.

5.5 INTERDISCIPLINARIDAD CON TEMAS TRANSVERSALES

A lo largo de la UD se trabajarán de manera interdisciplinar las asignaturas de Lengua, mediante el empleo de la lengua oral y escrita, Matemáticas mediante la suma de cantidades y mediante la medida de distancias, Ciencias Sociales a través de la actividad en la que los alumnos trabajarán sobre la historia de su ciudad, Segovia. Además, según la LOMCE se establecen 6 elementos transversales, de los cuales trabajaré la expresión oral mediante las distintas interacciones que se realizarán a lo largo de las actividades, la comunicación audiovisual a través del uso de las TIC y la educación cívica y constitucional, la cual deberá estar presente en todo momento dado que el respeto debe ser un valor fundamental.

5.6 CONTENIDOS DE APRENDIZAJE QUE SE TRABAJAN

- Los relevos,
- Las salidas.
- La carrera.
- El salto de vallas.
- El lanzamiento de peso.

- El lanzamiento de jabalina.
- El lanzamiento de disco.
- El salto de longitud.
- El triple salto

5.7 METODOLOGÍA

La metodología que se llevará a cabo en esta Unidad Didáctica es muy variada, ya que he intentado utilizar estrategias diferentes para cada actividad, aunque en todos los casos nos decantamos hacia las metodologías activas. En ella, podremos encontrar las siguientes, que ya han sido desarrolladas en la fundamentación teórica.

- Rutina de pensamiento.
- Descubrimiento guiado.
- Aprendizaje interdisciplinar, la historia de tu ciudad.
- Aprendizaje y servicio.
- Aprendizaje cooperativo.
- Bits de inteligencia.
- Trabajo por rincones.
- Gamificación.
- Aprendizaje basado en proyectos

5.8 RECURSOS: MATERIALES, TEMPORALES, HUMANOS Y ESPACIALES

Los recursos que se necesitarán para llevar a cabo esta Unidad Didáctica serán conos, picas, ladrillos, balones medicinales, frisbees, una pista de fútbol sala, un arenero, un ordenador con proyector y alimentos que llevarán ellos de casa.

5.9 CONTEXTO DEL AULA

La propuesta de intervención fue creada para una clase de sexto de primaria del CEIP San José. Esta clase estaba constituida por 15 alumnos, 8 chicas y 7 chicos. En las clases de Educación Física todos solían mostrar predisposición a realizar la práctica deportiva correspondiente.

5.10 ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO

En la clase en la que se iba a llevar a cabo no había ningún alumno con necesidades específicas de apoyo educativo en lo que respecta a los contenidos de la Unidad Didáctica, por lo tanto, no será necesaria ninguna adaptación.

5.11 CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES, MODELO DE EVALUACIÓN Y TÉCNICAS DE EVALUACIÓN.

Los criterios de evaluación de los dos bloques en los que he encuadrado esta unidad didáctica son:

- Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
- Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.
- Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.
- Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.
- Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
- Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.
- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.
- Manifestar capacidad de adaptación y respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.

- Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.

En cuanto a los estándares de aprendizaje evaluables son aquellos que he puesto en las tablas de actividades.

El modelo de evaluación será por observación y se llevará a cabo mediante tablas de autoevaluación, coevaluación y de evaluación por parte del maestro. Dichas tablas se pueden encontrar en los anexos.

5.12 EVALUACIÓN

Cano (2005) afirma la palabra evaluación designa el conjunto de actividades que sirven para dar un juicio, hacer una valoración, medir “algo” (objeto, situación, proceso) de acuerdo con determinados criterios de valor con que se emite dicho juicio. Por lo tanto, podríamos decir que una evaluación consiste en valorar una determinada cosa.

Para Colomer (1979, citado por Cano, 2005, p.5) “la evaluación es un proceso crítico referido a acciones pasadas con la finalidad de constatar, en términos de aprobación o desaprobación, los progresos alcanzados en el plan propuesto y hacer en consecuencia las modificaciones necesarias de las actividades futuras.”

Cano (2005) nos habla de que podemos encontrar distintos tipos de evaluación en función de cuatro criterios: el momento en que se evalúa, las funciones que cumple, la procedencia de los evaluadores y el objeto de evaluación.

- Según el momento en que se evalúa podemos encontrar tres:
 - Ex ante: se realiza al principio para tener una información inicial.
 - Durante: recoge los datos durante el proceso.
 - Final: recoge datos de los resultados obtenidos tras todo el proceso.
- Según las funciones que cumple encontramos 3:
 - Formativa: aporta información a lo largo del proceso.
 - Sumativa: busca ver si al final del proceso se han cumplido los objetivos marcados.
 - De impacto: busca valorar la repercusión de un suceso sobre la persona o el terreno afectado.
- Según la procedencia:
 - Externa: la realiza una persona que no tienen relación o conocimiento alguno sobre la persona evaluada.

- Interna: la evaluación la realiza alguien relacionada con el hecho que se quiere evaluar.
- Mixta: es una coevaluación entre las dos anteriores.
- Autoevaluación: se evalúa a sí mismo la persona que ha realizado la situación que se debe valorar.
- Según el objeto de evaluación:
 - Las necesidades o contexto: es una evaluación previa, se evalúa como es la realidad sobre la que se quiere intervenir.
 - El diseño o planificación: se evalúa la viabilidad del diseño del programa a trabajar.
 - El proceso y el desarrollo del programa: sirve para guiar el proceso ya que se mejora mediante esta evaluación.
 - Los resultados: juzga los resultados de una intervención en base a los objetivos planteados.

A la hora de evaluar he decidido escoger la autoevaluación del alumno, la evaluación del maestro y la coevaluación del alumno. La autoevaluación del alumno la he escogido porque considero que es importante saber la opinión del alumno sobre su propio aprendizaje. La evaluación del profesor la he escogido porque como docente este método de evaluar debe ser el principal ya que el maestro es el experto en la temática. Además, he añadido la coevaluación entre alumnos para poder saber la opinión que tienen entre ellos a la hora de evaluarse objetivamente.

Además, he decidido añadir una autoevaluación por parte del profesor porque considero importante que el profesor conozca los aspectos en los que debe mejorar de cara a impartir futuras clases, por ello de manera crítica y objetiva debe calificarse para poder mejorar su labor.

5.13 DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

Todas las sesiones, excepto la primera, estarán divididas en tres partes:

- Parte inicial: durará diez minutos y consistirá en un calentamiento articular, igual para todas las sesiones, y en un juego relacionado con la temática de la sesión.
- Parte principal: estará formada por las distintas actividades, en las que se trabajará la temática que se quiere llevar a cabo en la sesión. Durará 35 minutos.
- Parte final: todas las sesiones terminarán con una asamblea, en la que se comentará la sesión. Durará cinco minutos.

Sesión 1:

NOMBRE	Adentrándonos en el atletismo
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Comunicación lingüística, competencia digital y aprender a aprender.
TEMPORALIZACIÓN	50 minutos
DESCRIPCIÓN	
<p>Los alumnos realizarán una rutina de pensamiento “Veo, pienso y me pregunto”.</p> <p>1º Visualizarán el video previamente escogido por el profesor.</p> <p>2º Escribirán en una hoja lo que han observado en el video.</p> <p>3º Tras esto, escribirán lo que han pensado al ver el vídeo.</p> <p>4º Posteriormente escribirán lo que se preguntan.</p> <p>5º Pondrán en común las cosas que han apuntado y las posibles dudas e ideas que les hayan surgido. Tras esto, hablaremos sobre este tema, a modo de introducción para las posteriores sesiones.</p> <p>6º Para finalizar rellenarán las fichas de autoevaluación.</p>	
OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)	
<p>Generales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.• Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.• Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.	

- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- Iniciarse en la utilización, para el aprendizaje, de las Tecnologías de la Información y la Comunicación desarrollando un espíritu crítico ante los mensajes que reciben y elaboran.

Específicos:

- Visualizar con atención el video.
- Obtener una idea general de lo que han visualizado.
- Entender lo que han visto.
- Explicar a sus compañeros las ideas que han sacado de los videos.
- Respetar a los compañeros.

CONTENIDOS

Conceptuales:

- Conceptos básicos sobre el atletismo.
- Distintos tipos de prueba que hay dentro de esta modalidad deportiva.

Procedimentales:

- Mediante la escucha y visualización de un video.
- Comentando con los compañeros y con el profesor lo observado.

Actitudinales:

- Respetando el turno de palabra y las opiniones de los compañeros.
- Escuchando en silencio el vídeo.

Multidisciplinares:

- Trabajo de la lengua oral y escrita.

METODOLOGÍA	Rutina de pensamiento (<i>veo, pienso, me pregunto</i>)
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia lingüística, inteligencia visual-espacial, inteligencia interpersonal.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad

RECURSOS	Un ordenador, un proyector, un lapicero y una hoja para escribir. https://youtu.be/zMmX1jwMdWU
ADAPTACIONES	No se hará ninguna adaptación para esta actividad.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (LEY)	
<ul style="list-style-type: none"> • Transmite las ideas con claridad, coherencia y corrección. • Escucha atentamente las intervenciones de los compañeros y sigue las estrategias y normas para el intercambio comunicativo mostrando respeto y consideración por las ideas, sentimientos y emociones de los demás. • Aplica las normas socio-comunicativas: escucha activa, espera de turnos, participación respetuosa, adecuación a la intervención del interlocutor y ciertas normas de cortesía. • Muestra una actitud de escucha activa. • Utiliza la información recogida para llevar a cabo diversas actividades en situaciones de aprendizaje individual o colectivo 	
EVALUACIÓN	Mirar tabla en el anexo 1
AUTOEVALUACIÓN	Mirar tabla en el anexo 2

Sesión 2:

NOMBRE	¡Tres, dos, uno, ya!
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender y competencias sociales y cívicas
TEMPORALIZACIÓN	20 minutos
DESCRIPCIÓN	

1° Se les explicará a los alumnos lo que deben realizar en esta actividad.

2° Los alumnos pasarán a practicar las salidas de carrera llegando.

3° Una vez hayan encontrado la forma adecuada de salir pasarán a acompañar la salida de una carrera, en la que recorrerán todo el largo de la pista de fútbol sala.

4° Tras encontrar un ritmo adecuado en este punto anterior, realizarán el mismo proceso pero recorriendo los cuatro laterales de la pista de fútbol sala.

5° Rellenarán la ficha de autoevaluación.

OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)

Generales:

- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

Específicos:

- Mejorar la técnica de las salidas.
- Encontrar un ritmo adecuado en la carrera.
- Gestionar la respiración.

CONTENIDOS

Conceptuales:

- Una técnica correcta en las salidas.

<ul style="list-style-type: none"> • Un ritmo constante. • Ser capaces de controlar su respiración. • Adaptarse a un ritmo que puedan mantener. <p>Procedimentales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Practicando las salidas. • Practicando la carrera. <p>Actitudinales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetan las normas iniciales planteadas. 	
METODOLOGÍA	Descubrimiento guiado
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia interpersonal, inteligencia intrapersonal, inteligencia corporal-kinestésica
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.
RECURSOS	Una pista de fútbol sala
ADAPTACIONES	Podrán realizar salidas como las que realizan los profesionales del atletismo (desde el suelo) si terminan todo lo establecido en la actividad. Además, si no se encuentran cansados podrán realizar el recorrido alrededor de la pista de fútbol sala varias veces.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	
<ul style="list-style-type: none"> • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. • Adapta las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir. 	

<ul style="list-style-type: none"> • Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. • Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo. • Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad. 	
EVALUACIÓN	Mirar tablas en anexo 3
AUTOEVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 4

NOMBRE	Viajando en el tiempo: “la cultura dominante”
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender, conciencia y expresiones culturales y competencias sociales y cívicas
TEMPORALIZACIÓN	15 minutos

<p>DESCRIPCIÓN</p> <p>Como nos encontramos en Segovia, vamos a jugar un poco con la herencia de nuestra ciudad. En Segovia, han habitado entre otros los romanos, los judíos, los musulmanes... y a partir de esto vamos a trabajar.</p> <p>Basándonos en lo observado en la actividad anterior, haremos lo siguiente: 1º Dividiremos a la clase en dos grupos, los cuales trataremos que sean equilibrados. Un grupo serán los romanos y otro grupo serán los musulmanes. Cada grupo se situará en uno de los lados de la pista de fútbol sala.</p> <p>2º Les explicaremos en qué consiste el juego: cada equipo debe colocarse en línea al fondo de su respectivo lado de la cancha de fútbol sala con la el brazo estirado y la palma abierta. Una persona de uno de los dos equipos deberá salir e ir corriendo hasta el otro lado donde está el equipo rival, deberá dar una palmada en la mano de una persona de su elección y tras esto deberá volver corriendo con su equipo. La persona a la que chocó la mano deberá perseguir a quién se la chocó. Si consigue pillarla esta cambiara de equipo, sino se mantendrán igual. Tras terminar el turno saldrá una persona del equipo que no había salido el turno anterior. Esto se realizará hasta que solo quede un equipo, declarándose ganador o a los romanos o a los musulmanes o pasados 15 minutos.</p>	
--	--

3º Realizarán la actividad.

La evaluación se realizará durante la asamblea

OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)

Generales:

- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

Específicos:

- Practicar lo realizado en la actividad anterior.
- Realizar salidas correctas.
- Ser capaces de pillar a los compañeros

CONTENIDOS

Conceptuales:

- Las salidas.
- Los desplazamientos.
- La carrera.
- Sprint.
- La cultura segoviana.

Procedimentales:

- Mediante el juego anterior.

<p>Actitudinales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetando las normas establecidas. • Mostrando interés. • Esforzándose. <p>Multidisciplinares:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias Sociales. 	
METODOLOGÍA	La historia de tu ciudad o pueblo.
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia interpersonal, inteligencia intrapersonal, inteligencia corporal-kinestésica.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.
RECURSOS	Una pista de fútbol sala.
ADAPTACIONES	<p>Podría realizarse la misma actividad cambiando a romanos o musulmanes por los judíos.</p> <p>También, se podría hacer que si no consigues pillar a quien te chocó la mano, pasas a formar parte de su equipo.</p>
<p>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adapta las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir. • Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad. • Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices. • Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. 	

<ul style="list-style-type: none"> Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte. 	
EVALUACIÓN	Ver tablas en anexo 5
AUTOEVALUACIÓN	Ver tabla en anexo 6

Sesión 3:

NOMBRE	“Corre compañero, tenemos que ayudar”
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender, comunicación lingüística, competencias sociales y cívicas y sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.
TEMPORALIZACIÓN	12 minutos
DESCRIPCIÓN	
<p>La actividad consistirá en una carrera de relevos, pero con una variante, se trabajará la estrategia activa de aprendizaje servicio, en la cual se hará una recogida de alimentos, para su posterior donación a un banco de alimentos.</p> <p>1º Los alumnos deberán colocar en un punto del patio que se les dirá, los alimentos que hayan traído de casa tras ser avisados con anterioridad.</p> <p>2º Basándonos en lo observado en la sesión anterior, haremos equipos equilibrados. Tras esto, se les explicará en qué consiste la actividad.</p> <p>3º Deberán organizarse en el orden que quieran salir.</p> <p>4º El recorrido que harán será bordear la pista de fútbol sala y cada uno deberá recoger de la portería, punto donde situarán los alimentos, lo que hayan traído para llevarlo a la salida y meterlo en la bolsa de su equipo.</p> <p>5º En cuanto hayan colocado el alimento en la bolsa, el siguiente alumno podrá salir a realizar el mismo proceso, así, hasta que todos lo realicen.</p>	
OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)	

Generales:

- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

Específicos:

- Trabajar su conciencia social.
- Trabajar los relevos.
- Fomentar la comunicación entre compañeros.

CONTENIDOS

Conceptuales:

- Una buena estrategia.
- La solidaridad.
- Los relevos.
- La carrera.

Procedimentales:

- Mediante una carrera de relevos con la variante de carácter social.

Actitudinales:

- Respetan las normas.
- Colaboran trayendo los alimentos.

<ul style="list-style-type: none"> • Se respetan entre ellos. 	
METODOLOGÍA	Aprendizaje servicio
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia lingüística, inteligencia espacial, inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal y la inteligencia corporal-kinestésica.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.
RECURSOS	Una pista de fútbol sala, los alimentos que traerán de casa y bolsas para guardar los alimentos.
ADAPTACIONES	Para esta actividad no se llevará a cabo ninguna adaptación
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES <ul style="list-style-type: none"> • Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. • Adaptar los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adaptar las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir. • Realizar combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. • Identificar su frecuencia cardíaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo. • Adaptar la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad. 	
EVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 7
AUTOEVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 8

NOMBRE	¡Salta! ¡Salta sin parar!
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender, comunicación lingüística, competencias sociales y cívicas y sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.
TEMPORALIZACIÓN	23 minutos
DESCRIPCIÓN	
<p>En esta actividad se va a trabajar mediante la estrategia activa del aprendizaje cooperativo.</p> <p>1º Se les explicará a los alumnos lo que deben hacer en la actividad. Esta, consistirá en crear un circuito en el que deberán poner diferentes objetos, de distintos tamaños, que deberán saltar. Con esto, se quiere conseguir trabajar algo parecido al salto de vayas. Posteriormente deberán realizar dicho circuito.</p> <p>2º Tendrán 10 minutos para pensar cómo quieren hacer el circuito, para coger los materiales que necesiten y para preparar el circuito.</p> <p>3º Una vez tengan realizado el circuito deberán recorrerle todos los alumnos varias veces.</p> <p>Las evaluaciones se llevarán a cabo en la asamblea final.</p>	
OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)	
<p>Generales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social. • Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas. • Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor. 	

- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

Específicos:

- Crear un circuito acorde a lo que se quiere hacer.
- Trabajar los saltos
- Fomentar la comunicación y la cooperación

CONTENIDOS

Conceptuales:

- La cooperación.
- El trabajo en equipo.
- Los saltos.

Procedimentales:

- Mediante la creación de un circuito con obstáculos.
- Saltando los obstáculos creados en el circuito.

Actitudinales:

- Respetando las normas.
- Respetando a los compañeros.
- Esforzándose y teniendo buena actitud.

METODOLOGÍA	Aprendizaje cooperativo.
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia lingüística, inteligencia espacial, inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal y la inteligencia corporal-kinestésica.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.
RECURSOS	El patio del colegio, conos, picas, ladrillos.

ADAPTACIONES	Una vez se haya recorrido el circuito se podrán hacer modificaciones en los obstáculos (tamaño, lugar).
<p>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adapta las habilidades motrices básicas de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artísticas expresivas, ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural. • Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. • Adapta las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir. • Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies. • Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. 	
EVALUACIÓN	Mirar tablas en anexo 9
AUTOEVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 10

Sesión 4:

NOMBRE	¡Salta conmigo!
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender, competencia matemática y competencias sociales y cívicas
TEMPORALIZACIÓN	35 minutos
DESCRIPCIÓN En esta actividad se trabajarán los bits de inteligencia. Para ello, llevaré preparadas una serie de imágenes, en las cuales se les explicará a los alumnos en qué consiste lo que vamos a trabajar. 1º Les mostraré una serie de imágenes, en ellas podrán ver distintos saltos y sus procesos. 2º Nos centraremos primero en el salto de longitud, del cual les explicaré las imágenes y podrán ir observando la manera en que hay que realizarlo y todo el proceso. 3º Pasarán a practicar lo observado en las imágenes en el arenero del colegio. 4º Transcurridos 16 minutos, volveremos a observar las imágenes, pero esta vez nos centraremos en el triple salto. Repetiremos el mismo proceso que en el salto de longitud, explicaremos el salto y el proceso y posteriormente pasarán a practicarlo. 5º Tras llevar 16 minutos pasarán a realizar una autoevaluación sobre esta actividad. En ambos saltos se utilizará una cinta métrica para que los alumnos puedan medir la distancia que han saltado.	
OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS) Generales: <ul style="list-style-type: none">• Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.• Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.	

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

Específicos:

- Realizar con éxito el salto de longitud.
- Realizar con éxito el triple salto.
- Aprender de manera básica la manera en que se deben realizar estos saltos.

CONTENIDOS

Conceptuales:

- El salto de longitud.
- El triple salto.
- La medida de distancias con una cinta métrica.

Procedimentales:

- Practicando ambos tipos de saltos.
- Midiendo las distancias saltadas.

Actitudinales:

- Respetan las normas.
- Respetan a los compañeros.
- Realizan lo que se les pide de manera segura.

METODOLOGÍA

Se emplearán bits de inteligencia.

INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Inteligencia lingüística, inteligencia espacial, inteligencia intrapersonal, inteligencia

	interpersonal y la inteligencia corporal-kinestésica.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.
RECURSOS	Imágenes explicativas, un arenero, cinta métrica.
ADAPTACIONES	Se podrá cambiar el orden de realización de la actividad. También, se les podrá plantear un objetivo que deban conseguir para superar la actividad con éxito.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	
<ul style="list-style-type: none"> • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adapta las habilidades motrices básicas de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artísticas expresivas, ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural. • Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. • Adapta las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir. • Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies. • Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. 	
EVALUACIÓN	Mirar tablas en anexo 11.

AUTOEVALUACIÓN	Mirar tablas en anexo 12.
-----------------------	---------------------------

Sesión 5:

NOMBRE	¡A lanzar, que tenemos que ganar!
EDAD O CURSO	6° de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender, comunicación lingüística, competencias sociales y cívicas y competencia matemática.
TEMPORALIZACIÓN	35 minutos.

<p>DESCRIPCIÓN</p> <p>En esta actividad se trabajará por rincones y además se empleará la gamificación.</p> <p>1° Se les explicará a los alumnos en qué va a consistir, la manera de puntuar y el premio final. Para ello, iremos pasando todos juntos por los tres rincones que habrá y les explicaré lo que se hace en cada uno y la manera en que deben hacerlo. En los rincones se trabajarán el lanzamiento de peso (lanzarán un balón medicinal), el lanzamiento de jabalina (lanzarán una pica) y el lanzamiento de disco (lanzarán un frisbee).</p> <p>2° Una vez se les haya explicado cada rincón pasaremos a dividir la clase en tres grupos.</p> <p>3° Cada grupo irá a un rincón en el que estarán siete minutos. Cuando estos concluyan rotarán al rincón situado a su derecha. Una vez hayan pasado por todos los rincones nos reuniremos todos para ver las puntuaciones de cada grupo. Estas puntuaciones se obtendrán sumando la distancia recorrida por el mejor lanzamiento de cada alumno del grupo en cada rincón. El equipo que haya recorrido mayor distancia será el ganador y no tendrá que recoger el material.</p>	
<p>OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)</p> <p>Generales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social. • Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas. 	

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

Específicos:

- Realizar de manera adecuada los lanzamientos en cada una de las modalidades.
- Sumar de manera correcta las distancias recorridas.

CONTENIDOS

Conceptuales:

- La manera en que se lanza cada uno de los objetos con los que vamos a trabajar.
- La suma de distancias.

Procedimentales:

- Mediante el lanzamiento y la posterior medida de las distancias.

Actitudinales:

- Siendo honestos en las cantidades que dicen.
- Respetando las normas y a los compañeros.

METODOLOGÍA	Trabajo por rincones y gamificación.
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia lingüística, inteligencia espacial, inteligencia intrapersonal, inteligencia lógico-matemática, inteligencia interpersonal y la inteligencia corporal-kinestésica.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.

RECURSOS	Varias cintas métricas, frisbees, picas, balones medicinales y el patio del colegio.
ADAPTACIONES	Se podrán cambiar las maneras de puntuar y el premio al equipo ganador.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	
<ul style="list-style-type: none"> • Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes. • Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. • Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. • Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad. • Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices. • Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases. • Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad. 	
EVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 13
AUTOEVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 14

Sesión 6:

NOMBRE	¡Te toca, a crear!
EDAD O CURSO	6º de Primaria
COMPETENCIAS CLAVE	Aprender a aprender, comunicación lingüística, competencias sociales y cívicas y sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.

TEMPORALIZACIÓN	35 minutos
<p>DESCRIPCIÓN</p> <p>En esta actividad, vamos a trabajar mediante la estrategia del aprendizaje basado en proyectos.</p> <p>1º Dividiré a la clase en tres grupos. A cada grupo se le asignará una temática (carrera, salto o lanzamiento) de las trabajadas en las sesiones anteriores.</p> <p>2º Cuando los grupos estén hechos, tendrán 10 minutos para crear una actividad relacionada con el tema que les tocó.</p> <p>3º Pasado el tiempo, los grupos se reunirán y pasarán todos a realizar las actividades creadas por cada grupo. El grupo que ha creado la actividad se la deberá explicar a sus compañeros antes de llevarla a cabo. Se deberán realizar las tres actividades.</p>	
<p>OBJETIVOS (GENERALES Y ESPECÍFICOS)</p> <p>Generales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social. • Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas. • Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor. • Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática. <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Repasar los contenidos trabajados en las sesiones previas. • Crear actividades o juegos originales. 	
<p>CONTENIDOS</p> <p>Conceptuales:</p>	

<ul style="list-style-type: none"> • Práctica a modo repaso de los contenidos de las sesiones anteriores. <p>Procedimentales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mediante la creación de actividades. • Trabajando las actividades creadas por sus compañeros. <p>Actitudinales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetando a los compañeros. • Respetando las actividades creadas por los demás. • Poniendo ganas y entusiasmo. 	
METODOLOGÍA	Aprendizaje basado en proyectos
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	Inteligencia interpersonal, inteligencia intrapersonal, inteligencia espacial, inteligencia corporal-kinestésica. Sin embargo podrían darse también la inteligencia lógico-matemática.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	No hay ningún alumno que necesite atención a la diversidad.
RECURSOS	Dependerá de las actividades que creen, pero dispondrán de todo el material utilizado en las sesiones previas
ADAPTACIONES	Al no saber qué actividades van a crear, no se pueden plantear adaptaciones.
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES	
<ul style="list-style-type: none"> • Adapta las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir. • Aplica correctamente los gestos técnicos en los lanzamientos, recepciones, golpeos, conducciones, etc. • Se orienta en las acciones motrices en relación con los demás, a otros objetos y a los fines de la actividad. • Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad. 	

<ul style="list-style-type: none"> • Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. • Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes. • Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales. 	
EVALUACIÓN	Mirar tablas en anexos 15
AUTOEVALUACIÓN	Mirar tabla en anexo 16

6. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Para comenzar, he de dejar claro que por motivos relacionados con el Covid19 no he podido implementar esta Unidad Didáctica. Sin embargo, pese a que no haya sido llevada a cabo sí que podría exponer un método de análisis mediante el cual podría comprobarse si se consiguen los resultados que se habían propuesto al comienzo de cada actividad.

Como se puede comprobar en los anexos, cada actividad dispone de una rúbrica en forma de tabla de autoevaluación o coevaluación de los alumnos y de otra rúbrica, también en forma de tabla, de evaluación del profesor hacia los alumnos. En todas las actividades cada alumno realizará su propia evaluación al igual que el profesor hará una evaluación de cada uno de ellos. A la hora de analizar las rúbricas en cada una de las actividades haremos lo siguiente: los ítems con un sí recibirán 2 puntos, los ítems con un a veces recibirán 1 punto y los ítems con un no recibirán 0 puntos. Tras otorgarles la puntuación sumaremos el número de ítems que había y las puntuaciones que han salido. Tras esto dividiremos la puntuación entre 2 y si el número que sale es igual o mayor que la cantidad de ítems que había ese alumno habrá superado la actividad.

Ejemplo: rubrica con 5 ítems con una puntuación de 7 → Actividad superada con éxito.

Rúbrica con 5 ítems con una puntuación de 4 → Actividad no superada.

De esta manera, podremos comprobar la percepción que ha tenido el alumno sobre la actividad y sobre su desempeño en ella y la percepción que ha tenido el maestro sobre ese mismo aspecto. En base a esto pasaríamos a hacer una comparativa entre ambas rúbricas con sus respectivas

puntuaciones para así poder comprobar si el criterio y la opinión ha sido distinta o si se han asemejado.

7. CONCLUSIONES

En este Trabajo de Fin de Grado se encuentra una propuesta de intervención que fue creada para comprobar la viabilidad de la temática a trabajar en dicho trabajo, el uso de metodologías activas en la enseñanza de la asignatura de Educación Física. La idea parecía factible de llevar a cabo, aunque tuviera una cierta complejidad al tratarse de unas técnicas de enseñar ajenas a esta asignatura, sin embargo, eso no hizo que la motivación decayera con este trabajo, sino todo lo contrario, dio más fuerza para poder llevarlo a cabo.

Sin embargo, eso no pudo ser posible por algo que lleva muy presente en la vida de todos desde hace más de un año, el Covid-19, que trajo de su mano la suspensión de las clases presenciales y el confinamiento de toda la población, impidiendo así la posible puesta en práctica y dejando esta propuesta de intervención en eso mismo, una simple propuesta.

A pesar de esto, creo que el objetivo personal que tenía de auto instruirme en este tema, de informarme sobre él y adquirir nuevos conocimientos que me sirvan para mi futuro como docente le he logrado ya que, aunque no se haya podido llevar a cabo el proceso de creación y búsqueda de información ha sido realizado igualmente.

Pese a las dificultades que en un principio me supuso trabajar sobre una temática en la cual era novato y sobre la que yo creía difícil actuar, llegando a pensar que estas metodologías no se podían aplicar en Educación Física, he de decir que me he sentido muy a gusto realizando este proyecto y creo que es algo que se debería trabajar, para poder innovar y renovar en el ámbito de la Educación Física para así poder mejorar la imagen que se tiene sobre dicha asignatura.

En lo que se refiere a los objetivos marcados para el trabajo, paso a analizar si se han cumplido o no:

- Conocer algunas de las principales metodologías activas: este objetivo se ha cumplido ya que con la búsqueda de información para realizar la parte teórica del trabajo y con la creación de una serie de actividades en las que se empleaban dichas metodologías he podido conocer y aprender sobre ellas.
- Exponer nuevas maneras de trabajar la Educación Física que permitan cambiar la concepción de la asignatura: considero que este objetivo no se ha cumplido del todo porque pese a que en este trabajo se expongan estas nuevas formas de llevar a cabo la asignatura, al no haberlas podido poner en práctica no se puede comprobar su eficacia.

- Indicar la importancia de innovar dentro de la escuela: en este objetivo ocurre lo mismo que en el previo, aunque en el trabajo se trate de mostrar la importancia de innovar, al no poder poner en práctica la propuesta no se ha podido corroborar su necesidad.
- Diseñar una propuesta centrada en las metodologías activas aplicadas al atletismo para una clase de sexto de Educación Primaria: este objetivo se ha cumplido dado que la propuesta ha sido creada con éxito pese a no ponerla en práctica.
- Trabajar las inteligencias múltiples: considero que este objetivo no se ha cumplido porque pese a que se haya buscado información sobre dicho tema al no poner en práctica la propuesta no se han podido trabajar.

8. LIMITACIONES Y LÍNEAS DE MEJORA

A la hora de hablar de limitaciones y líneas de mejora tengo muy claras cual sería la principal en cada uno de los casos. La principal limitación ha sido no poder implementar en un aula la Unidad Didáctica y la principal línea de mejora sería poder llevarla a cabo en un colegio.

Dejando eso de lado, introduciría como limitación la complejidad que ha supuesto el intentar incluir un elemento como es el de las metodologías activas, propias de otras áreas, dentro del ámbito de la educación física y el atletismo, sin embargo, con esfuerzo e imaginación ha sido posible llevarlo a cabo.

Como aspectos de mejora incluiría el intentar aplicar estas metodologías en otros ámbitos de la educación física y trabajar más de manera teórica lo que es cada metodología para que posteriormente los alumnos puedan implementarlas por su cuenta en otras situaciones.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alimen, M.H. & Steve, M.J. (1978): Prehistoria. Madrid: Siglo XXI
- <https://es.scribd.com/document/413412653/Alimen-Marie-Henriette-Y-Steve-Marie-Joseph-Historia-Universal-Siglo-XXI-1-La-Prehistoria>
- Baena, A. (2012). Análisis del concepto de Educación Física escolar en primaria y secundaria [material del aula].
- Bruner, J.S. (1967). *On Knowing: Essays for the left hand*. Harvard University Press.
- Buena Jorge, A (2016). *APRENDIZAJE BASADO EN EL PENSAMIENTO. LAS RUTINAS DEL PENSAMIENTO EN EDUCACIÓN INFANTIL* (Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid). Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26815/TFG-G%202564.pdf?sequence=1>
- Cagigal, J.M.; (1968): “La Educación Física, ¿ciencia?” citado en Baena, A. (2011). Análisis del concepto de Educación Física escolar en primaria y secundaria [material del aula].
- Cano, A (2005). Tema 5: aspectos para una definición de evaluación. [material del aula].
- <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22051/1/1.%20Concepto%20EF.pdf>
- 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 (p. 34640-34647).
- De Miguel, M. (Coord.) (2005). 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.
- https://www2.ulpgc.es/hege/almacen/download/42/42376/modalidades_ensenanza_competencias_mario_miguel2_documento.pdf
- Emst-Slavit, G. (2001). La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner. *Revista de Psicología de la PUCP*. (2).325-326 recuperado de <file:///C:/Users/pc/Downloads/Dialnet-EducacionParaTodos-4531340.pdf>
- Espinosa García, P (16 de abril, 2014). La importancia del juego en el desarrollo de los niños. [Post en un blog]. Recuperado de <https://www.redcenit.com/la-importancia-del-juego-en-el-desarrollo-de-los-ninos/>
- Estalayo, V. y Vega, R. (1999). El método de los Bits de Inteligencia. Madrid. Ed. Elelvives.

Recuperado de http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/3208/1/TFG_Orejuela_Torres_pdf.pdf

Fernández, A. (2009). El trabajo por rincones en el aula de educación infantil. Ventajas del trabajo por rincones. Tipos de rincones. Revista digital, innovación y experiencias educativas, 15, 1-8.

https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_15/ANA%20ISABEL_FERNANDEZ_2.pdf

Furco, A. (1996). Is service-learning really better than community service?. En Furco, A., Billig, S. , *Service-Learning: The Essence of the Pedagogy* (p. 23-50). University of California.

Galbis, N. (2013). La Educación Física y el Deporte en la Antigua Grecia. Valencia: Universidad de Valencia.

Sacado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/41291/TFG-B.%201485.pdf?sequence=1>

Galeana, L. (2006). *Aprendizaje basado en proyectos* [tesis de maestría, Universidad de Colima]. Repositorio uesiglo21. <https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/handle/ues21/12835>

Ganaza, M.I. (2001). Evaluar los rincones: una práctica para mejorar la calidad en las aulas de educación infantil. *Aula de infantil*, 2, 6-10. <https://educrea.cl/wp-content/uploads/2014/05/evaluar-los-rincones-una-practica-para-mejorar-la-calidad-en-las-aulas-de-educacion-infantil.pdf>

Gardner, H. (1995). *Are There Additional Intelligences? The Case for the Naturalist Intelligence. Harvard Project Zero*. President and Fellows of Harvard College.

Johnson, D.W., Johnson R.T., Y Holubec, E.J. (1999). El aprendizaje cooperativo en el aula. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

<https://www.ucm.es/data/cont/docs/1626-2019-03-15-JOHNSON%20El%20aprendizaje%20cooperativo%20en%20el%20aula.pdf>

Kapp, K. (2012). *The Gamification of Learning and Instruction. Game-Based Methods and Strategies for Training and Education*. San Francisco, United States of América: Pfeiffer.

<file:///C:/Users/pc/Downloads/11473-43204-1-PB.pdf>

Labrador, M.J. y Andreu, M.A. (Eds.)(2008). *Metodologías activas*. Valencia: Universidad de Valencia.

http://www.upv.es/diaal/publicaciones/Andreu-Labrador12008_Libro%20Metodologias_Activas.pdf

- Laguía, M.J y Vidal, C. (1987). Rincones de actividad en la escuela infantil (0-6 años). Barcelona, España: Graó. (19-20)
- Larrea, M. (2015). El Deporte en la Edad Media. Recuperado de: https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE001177.pdf
- Marín, V. (2015). La Gamificación educativa. Una alternativa para la enseñanza creativa. Digital Education, (27), 1-4. <https://revistes.ub.edu/index.php/der/article/view/13433/pdf>
- Martínez, E.R, y Zea, E. (2004). Estrategias de enseñanza basadas en un enfoque constructivista. *Revista Ciencias de la Educación*, 2 (24), 69-90. <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/a4n24/4-24-4.pdf>
- Martínez, L. (2000). A vueltas con la historia: una mirada a la Educación Física Escolar del S. XX. *Revista de Educación*, número extraordinario, 83-112. <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:69652ece-c91e-4800-b29c-ac7368338454/re20000508522-pdf.pdf>
- Moll, B. y Pujol, M.A. (1988). Organización de la clase. En B. Moll, (Ed.), *La escuela infantil de 0 a 6 años*, (pp. 451-465). Madrid, España: Anaya R
- Sacado de este TFG <https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/20746/TFG%20Metodolog%C3%ADa%20por%20rincones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Orejuela Torres. M.A (2016) *los Bits de Inteligencia aplicados en la didáctica infantil del Patrimonio cultural*. (Trabajo de fin de grado, Universidad de Jaén). Recuperado de http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/3208/1/TFG_Orejuela_Torres_pdf.pdf
- Pozuelos, F.J. (2007). Trabajo por proyectos en el aula: Descripción, investigación y experiencias (1ª ed.). Sevilla, España: Cooperativa Educativa <https://sosprofes.es/wp-content/uploads/2017/06/Libro-Trabajo-por-Proyectos-Pozuelos.pdf>
- Puig, J. M., Batlle, R., Bosch, C., y Palos, J. (2007). Aprendizaje servicio. Educar para la ciudadanía. Recuperado de <http://educacion.wke.es/agendaonline/Admin/Upload/2816/aprendizaje%20servicio%20muestra.pdf>
- Ramirez, G., & Beilock, S. L. (2011). Writing about testing worries boosts exam performance in the classroom. *Science*, 331, 211–213.

https://www.cogsci.msu.edu/DSS/2014-2015/Beilock/Ramirez&Beilock_2011.pdf

Ritchhart, R. (2014). *Hacer visible el pensamiento*. Recuperado de <http://infohumanidades.com/sites/default/files/apuntes/RITCHHART%20Hacer%20visible%20el%20pensamiento.pdf>

Rosa, M. (1992). *Historia de la educación física. Cuadernos de sección. Educación*, 5, 27-47. <http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

Sáenz-López Buñuel. (1997): *La Educación Física y su Didáctica*. Wanceulen. Cádiz

Sáenz-Lopez. P, Manzano. I, Sicilia. A, Varela. R, Cañadas. J.F, Gutiérrez. M, Delgado. M.A. (2004) Estatus de la Educación Física desde el punto de vista de la opinión de su profesorado. *Efdeportes*, 70, 1. <https://www.efdeportes.com/efd72/estatus.htm>

Sainz, R. M. (1992). *Historia de la educación física. Cuadernos de sección. Educación*, 5, 27-47. <http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf>

Santos, J. (2020). *Propuesta interdisciplinar entre Educación Musical y Educación Física* [tesis de pregrado, Universidad de Valladolid]. Repositorio del Uvadoc. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/41291/TFG-B.%201485.pdf?sequence=1>

Vergara, J.J. (2016). *Aprendo porque quiero. El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), paso a paso*. Ediciones SM.

https://aprenderapensar.net/wp-content/uploads/2015/05/159466_Aprendo-porque-quiero.pdf

Sáenz-Lopez. P, Manzano. I, Sicilia. A, Varela. R, Cañadas. J.F, Gutiérrez. M, Delgado. M.A. (2004)

10. ANEXOS

Anexo 1: evaluaciones de los alumnos en la sesión 1

Autoevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
He prestado atención al vídeo			
He entendido los contenidos que me mostraban			
He realizado correctamente la rutina de pensamiento			
He respetado las opiniones de mis compañeros			
He respetado el turno de palabra			
He participado en la sesión			

Evaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Ha estado en silencio			
Ha participado en el desarrollo de la actividad			
Ha respetado a sus compañeros			

Anexo 2: autoevaluación del profesor en la sesión 1

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
He llevado la clase preparada			
He conseguido mantener el orden de la clase			
He conseguido que los alumnos participen			
He conseguido que adquieran los contenidos planteados con esta actividad			

Anexo 3: evaluaciones de los alumnos en la primera actividad de la segunda sesión

Autoevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
Me he esforzado en la actividad			
He conseguido una técnica de salida adecuada			
He encontrado un ritmo adecuado para mi			
He conseguido mantener ese ritmo			

Evaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Ha realizado lo que se requería			
Ha conseguido encontrar un ritmo adecuado			
Ha respetado a los compañeros			
Ha obtenido una buena técnica			

Anexo 4: autoevaluación del profesor en la primera actividad de la segunda sesión

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Han conseguido entender lo que les pedía			
He conseguido mantener el orden en todo momento			
He conseguido motivar a todos para que participen			
He resuelto las dudas con éxito			

Anexo 5: evaluaciones de los alumnos en la segunda actividad de la segunda sesión

Coevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
Se han respetado las normas			
Se han creado estrategias entre los miembros del equipo			
Nos hemos ayudado y hemos colaborado			
Nos hemos motivado unos a otros			
Si algún miembro de nuestro equipo perdía le hemos respetado			
Hemos respetado la cultura trabajada			
Nos hemos sentido cómodos jugando en grupo			

Evaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Ha cumplido los objetivos planteados			
Ha respetado las normas			
Ha realizado las cosas que yo les pedía			
Se han respetado entre los compañeros			

Anexo 6: autoevaluación del profesor en la segunda actividad de la segunda sesión

Autoevaluación del profesor:

Ítem	Sí	No	A veces
Me he explicado bien			
He conseguido mantener el orden de la actividad			
He conseguido que se pudiera realizar todo lo que me había planteado para esta actividad			

Anexo 7: evaluaciones de los alumnos en la primera actividad de la tercera sesión

Autoevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
He traído un alimento de casa			
He escuchado y entendido la explicación del profesor			
He completado el recorrido con éxito			
He dosificado mi esfuerzo para no cansarme			

Evaluación del profesor:

Ítem	Sí	No	A veces
Ha traído el alimento de casa			
Respeto a los compañeros			
Crean una estrategia			
Realiza lo que se le pide			
Mantiene un ritmo adecuado durante la carrera			
Comprende el objetivo social de la actividad			

Anexo 8: autoevaluación del profesor en la primera actividad de la tercera sesión

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Mediante recordatorios consigo que todos los alumnos traigan el alimento.			
Consigo que entiendan el doble objetivo de la actividad			
Les motivo lo suficiente para que se esfuercen en ella.			
Mantengo el orden			
Llevo los alimentos recaudados a un banco de alimentos			

Anexo 9: evaluaciones de los alumnos en la segunda actividad de la tercera sesión

Tabla de coevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
Hemos cooperado entre todos.			
Nos hemos respetado.			
Hemos ayudado a construir el circuito entre todos.			
Todos hemos aportado ideas.			
Nos hemos ayudado a cumplir los objetivos			

Tabla de evaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Se han respetado unos a otros.			
Han cooperado.			
Han trabajado todos, sin excluir a nadie.			
Han creado un circuito original.			
Ha cumplido los objetivos de la actividad.			

Anexo 10: autoevaluación del profesor en la segunda actividad de la tercera sesión

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
He conseguido que todos trabajen.			
Se ha cumplido mi objetivo de la actividad.			
He conseguido llevarla a cabo sin ningún problema.			
Los alumnos han comprendido lo que se quería trabajar con esta metodología.			

Anexo 11: evaluaciones de los alumnos en la cuarta sesión

Autoevaluación del alumno

Ítem	Sí	No	A veces
He comprendido lo que me mostraban las imágenes.			
Puedo diferenciar de manera clara los dos tipos de saltos.			
He conseguido realizar el salto de longitud con éxito.			
He conseguido realizar el triple salto con éxito.			
He respetado las normas.			

He respetado a mis compañeros.			
He medido bien las distancias saltadas.			

Evaluación del profesor:

Ítem	Sí	No	A veces
Ha prestado atención a las explicaciones			
Ha respetado a los compañeros			
Ha conseguido los objetivos marcados.			
Ha medido bien los saltos.			

Anexo 12: autoevaluación del profesor en la cuarta sesión

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Han entendido las explicaciones mediante la metodología empleada.			
He sabido resolver las dudas que han surgido.			
He podido mantener un clima adecuado para el trabajo.			
Se ha cumplido lo que me había planteado			

Anexo 13: evaluaciones de los alumnos en la quinta sesión

Autoevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
He sido honesto al decir las cantidades lanzadas.			
He respetado a los compañeros.			
He cumplido las normas.			
He hecho correctamente el lanzamiento de disco.			
He hecho correctamente el lanzamiento de peso.			
He hecho correctamente el lanzamiento de jabalina.			
He comprendido las explicaciones del maestro.			

Evaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Ha atendido a la explicación			
Ha respetado los grupos			
Ha pasado por los 3 rincones			

En cada rincón ha realizado lo que se le pedía			
--	--	--	--

Anexo 14: autoevaluación del profesor en la quinta sesión

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
La sesión ha tenido éxito.			
Las metodologías empleadas han funcionado.			
Han entendido mis explicaciones.			
Han cumplido los objetivos propuestos.			
Se ha premiado al equipo ganador.			

Anexo 15: evaluaciones de los alumnos en la sexta sesión

Coevaluación de los alumnos

Ítem	Sí	No	A veces
Hemos colaborado todos en la creación de la actividad.			
Cumplía los requisitos que se nos pedían.			
Hemos respetado las actividades creadas por nuestros compañeros.			

Nuestra actividad ha gustado a los compañeros.			
--	--	--	--

Evaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
Eran actividades originales.			
Cumplían los requisitos que les pedí.			
Han explicado bien las actividades que han creado.			
Se han esforzado al llevar a cabo las actividades de sus compañeros.			
Se han respetado.			
Han respetado las actividades.			

Anexo 16: autoevaluación del profesor en la sexta sesión

Autoevaluación del profesor

Ítem	Sí	No	A veces
He sabido mantener el control de la actividad pese a la libertad que se les dejaba.			
Se han cumplido los objetivos que me planteo.			
La sesión ha gustado a los alumnos.			

