

# TRABAJO FIN DE GRADO

“LA TRASPOSICIÓN DIDÁCTICA EN  
EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR: DEL  
CURRÍCULUM OFICIAL Y LA LITERATURA  
ESPECIALIZADA A LAS PROGRAMACIONES  
DE AULA”



**ALUMNA:** Demelsa Maestro Fernández  
**TUTOR:** MARCELINO J. VACA ESCRIBANO  
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA – MENCIÓN E. F (2009-2013)

**E. U. EDUCACIÓN PALENCIA.**  
**CURSO ACADÉMICO 2012/2013**  
Universidad de Valladolid

## ÍNDICE

A) ASPECTOS PRELIMINARES .....	4
TÍTULO .....	4
AUTORA.....	4
TUTOR ACADÉMICO.....	4
RESUMEN/ABSTRACT .....	4
PALABRAS CLAVE/KEYWORDS .....	5
B) CUERPO DEL TRABAJO.....	6
INTRODUCCIÓN .....	6
Identificar núcleos de contenido que me permitan planificar procesos de enseñanza y aprendizaje.....	6
OBJETIVOS .....	13
JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO .....	13
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES .....	17
DISEÑO: EXPLICACIÓN DEL PROCESO PARA LA REALIZACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.....	23

EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DEL PROYECTO, DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN ELEGIDA .....	24
CONCLUSIONES.....	43
C) PARTE FINAL.....	45
ANÁLISIS DEL ALCANCE DEL TRABAJO.....	45
BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS .....	46
Lista de Referencias.....	46

# **A) ASPECTOS PRELIMINARES**

## **TÍTULO**

“La trasposición didáctica en Educación Física Escolar: del curriculum oficial y la literatura especializada a las programaciones de aula”

## **AUTORA**

Demelsa Maestro Fernández

## **TUTOR ACADÉMICO**

Marcelino Vaca Escribano

## **RESUMEN/ABSTRACT**

Con el Trabajo Fin de Grado pretendo identificar y organizar el contenido que se debe enseñar en Educación Física Escolar. Para ello, parto de los criterios de evaluación que dictan las bases para el desarrollo de las competencias básicas que deben alcanzarse a lo largo de la Educación Primaria. He recurrido a la ORDEN ECI/2211/1007 y al D40/2007 de BOCyL, contrastándolo, a su vez, con documentos oficiales realizados anteriormente.

Me propongo descender de los contenidos que ofrece el Curriculum Oficial y la literatura específica del área de Educación Física, para llegar hasta las programaciones

de aula. En concreto, presento una Programación didáctica para el segundo ciclo de Educación Primaria. Dicha propuesta, consta de 15 procesos de enseñanza-aprendizaje, en los que se especifica: título, localización, justificación y descripción breve del tema. Además de los objetivos que persiguen, los aprendizajes que se quieren construir y su contribución a la Competencias Básicas. Finaliza la propuesta con una reflexión sobre la interdisciplinariedad del proyecto, que señala la coordinación necesaria entre el maestro especialista y el maestro-tutor.

## **PALABRAS CLAVE/KEYWORDS**

Educación Física Escolar

Contenidos

Curriculum

Programación didáctica

Trasposición didáctica

## **B) CUERPO DEL TRABAJO**

### **INTRODUCCIÓN**

Comenzando de esta forma con mi Trabajo Fin de Grado, considero oportuno empezar dando una definición de **“trasposición didáctica”**, haciendo referencia así a su título. He tomado una definición ofrecida por Michel Verret (1975), que es recogida por Astolfi (1997):

Un contenido de saber designado como saber que haya de enseñarse sufre desde entonces un conjunto de transformaciones adaptativas que lo hacen apto para ocupar un lugar entre los objetos de enseñanza. El “trabajo” que convierte un objeto de saber que ha de enseñarse en objeto de enseñanza se llama trasposición didáctica. (p.189)

Considero que para poder llevar a cabo esta transposición didáctica en Educación Física Escolar, debo acudir al Currículum Oficial. Es decir que, para poder llevar contenidos a la escuela, al educando, necesito saber qué se debe enseñar. Estudiando y analizando el Currículum Oficial, lograré identificar y organizar dicho contenido. De este modo, supondrá dominar las herramientas básicas de trabajo de un docente. Así, podré ejercer una buena toma de decisiones respecto a la selección y organización de contenidos que deben trabajarse. Para ello, considero necesario identificar núcleos de contenido.

**Identificar núcleos de contenido que me permitan planificar procesos de enseñanza y aprendizaje**

#### **Introducción**

Ahora bien, para abordar este proceso de estudio e identificar núcleos de contenidos que me permitan planificar procesos de enseñanza aprendizaje, he recurrido

a la ORDEN ECI/2211/1007 y al D40/2007 de BOCyL, por ser los documentos que regulan la actividad docente de los maestros, actualmente.

Resulta muy importante puntualizar que este estudio lo he realizado haciendo hincapié en los criterios de evaluación por su fuerte vinculación con las competencias básicas.

Además, en la LOE se incorporan por primera vez las competencias básicas. Anteriormente no giraba en torno a las competencias; sino, en torno a los contenidos, es a partir de la LOE, donde se comienza a hablar de competencias. Las competencias básicas pretenden identificar los aprendizajes considerados imprescindibles desde su planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes que se van adquiriendo y que el alumno debe ir desarrollando y alcanzando a lo largo de su escolaridad.

Otra de las razones por las que he decidido hacer hincapié en los criterios de evaluación, aunque puede ser considerada de menos peso, y es que se han publicado estudios realizados a través de documentos oficiales sobre qué enseñar, es decir, sobre los contenidos, pero estudiándolo a través de los bloques de contenidos que el curriculum oficial establece. Un ejemplo de uno de los estudios realizados, aparece en el libro *“Relatos y reflexiones sobre el tratamiento pedagógico de lo corporal en la educación primaria”* de Marcelino J. Vaca Escribano p.104. Hay que tener en cuenta que esos estudios han sido realizados antes de la publicación de la LOE.

Haciendo referencia a uno de los documentos que voy a analizar, extraigo de éste, la ORDEN ECI/221/2007, lo que dice en relación a los criterios de evaluación:

Los maestros evaluarán los aprendizajes de los alumnos tomando como referencia las competencias básicas, los objetivos, los contenidos y los criterios de evaluación de cada una de las áreas (...). Los criterios de evaluación de las áreas serán referente fundamental para valorar el grado de adquisición de los aprendizajes y de las competencias básicas. (p. 31489)

El estudio de los criterios de evaluación, con el fin de identificar núcleos de contenido, lo he situado en segundo ciclo. Las razones de ubicarlo en este ciclo son, en primer lugar, porque me permite trasladarme al primer y al tercer ciclo dando un solo paso, ya sea hacia atrás (primer ciclo) o hacia delante (tercer ciclo). A esto se une que es un ciclo en el que me he manejado, casualmente, por mi periodo de prácticas durante el desarrollo del Practicum I. Esto me permite tener criterios de análisis de lo que estoy estudiando. Puede que esta razón, resulte tener más peso que la anterior, debido a que al no tener experiencia como docente, ésta mínima experiencia me permite trabajar de forma más cómoda.

### **Núcleos temáticos extraídos en el análisis de:**

\* ORDEN ECI/2211/2007

- Toma de conciencia del propio cuerpo
  - Esquema e imagen corporal
  - Tono muscular, tanto en tensión como en relajación
  - Respiración y fases
  
- Habilidades locomotoras (saltos, desplazamientos, giros en los distintos ejes) y manipulativas (manejo de objetos: lanzar, pasar, recibir) y sus combinaciones
  - Resolución de problemas motores
  
- Juegos motores
  - Normativa
  - Relaciones
  - Estrategias: planificar la acción del juego
  
- Expresión y comunicación corporal
  - Ritmo y movimiento. Proponer y reproducir estructuras rítmicas
  - Danzas y bailes de la cultura popular
  - Representación de ideas y sentimientos
  
- Condición Física

- Resistencia aeróbica

- Salud

- Cuidado del cuerpo
- Práctica de actividad física

\* D 40/2077 del BOCyL

- Esquema e imagen corporal

- Tono muscular: control voluntario de la postura y el equilibrio

- Habilidades motrices

- Adaptar habilidades a las circunstancias y condiciones; a cada situación
- Resolver problemas motores (a través de habilidades)
- Coordinación: enriquecer patrones motrices

- Juegos motores

Normas para la participación

Práctica de juegos populares tradicionales y autóctonos

Cultura motriz de Castilla y León

Contexto socio-cultural y entorno natural

- Expresión corporal

- Ritmo y movimiento: proponer y reproducir estructuras rítmicas
- Expresión y comunicación de ideas y sentimientos

- Condición física

- Resistencia aeróbica

### **Coincidencias y discrepancias**

Tras el estudio y comparativa realizada de ambos documentos, puedo extraer como conclusión que, en ambos documentos se pierden referencias que aparecen en primer ciclo respecto a seguridad. De este modo, no aparecen en segundo, ni tercer

ciclo. Por otro lado, en lo referente a los juegos, puedo extraer que obvian el contenido referente al tratamiento de la seguridad.

Y, por último, dejan a un lado el tratamiento de las actividades físicas en el medio natural.

### **Literatura específica**

Una vez construido este análisis, voy a pasar a contrastarlo con un estudio realizado a partir de los bloques de contenido. Este apartado es diferente porque se basa en una interpretación del Currículum Oficial. Ha sido publicado en Vaca Escribano (2002):

A través de un largo, sistemático y continuado trabajo, en el que enfrentamos el Currículo Oficial con los conocimientos y experiencias profesionales de los miembros del Grupo, vamos llegando a la conclusión que aquello que merece la pena que pase a formar parte de los procesos de enseñanza y aprendizaje con el alumnado de Educación Primaria puede agruparse en cuatro grandes campos.... (p.101)

Los núcleos propuestos en este libro son:

- El niño aprende de sí mismo
- El niño aprende de su naturaleza motriz
- El niño aprende en y de la sociedad en la que vive
- El niño aprende de los escenarios en los que se desarrolla la cultura motriz

En estos cuatro campos de contenido pueden incluirse los núcleos temáticos antes señalados en la ORCEN ECI/2211/2007 y el D 40/2077 del BOCyL, del modo siguiente:

- El niño aprende de sí mismo
  - Esquema e imagen corporal
  - Expresión corporal
- El niño aprende de su naturaleza motriz
  - Habilidades motrices
  - Condición física

- El niño aprende en y de la sociedad en la que vive  
    Juegos motores
- El niño aprende de los escenarios en lo que se desarrolla la cultura motriz

Como conclusión, en este esquema caben todos los núcleos temáticos que he extraído del Currículum Oficial e insinúa otros contenidos no mencionados hasta ahora.

### **Recorrido por mis estudios**

Continuando con la búsqueda de núcleos temáticos, e decidido hacer un recorrido por mis estudios, ya que el Trabajo Fin de Grado se considera, como bien se explica en su guía, “*Supone la realización, por parte del estudiante, de un trabajo en el que aplique y desarrolle los conocimientos adquiridos en el seno del Grado*” (Guía del Trabajo Fin de Grado, 2013, p.1).

Haciendo un recorrido por mis estudios a lo largo de mi paso por el Grado de Educación Primaria-Mención Educación Física, puedo asegurar que todos y cada uno de esos contenidos han sido estudiados en diversas asignaturas. Centrándome en las asignaturas propias de la Mención de Educación Física, ya que mi Trabajo Fin de Grado está orientado a la mención realizada; puedo identificar de forma rápida, tan sólo con leer el título, que cada una de ellas pertenece prácticamente a un bloque de contenido que el currículum oficial establece. Coincidiendo el número de asignaturas de dicha mención, con el número de bloques de contenido recogidos, siendo ambos 5.

Hay que hacer un pequeño matiz, ya que hay dos bloques de contenido que comparten asignatura donde han sido vistos. Y otro bloque, concretamente el bloque 5, dispone de dos asignaturas. Puede que esto se deba a que el quinto bloque encierre una cantidad de contenidos, los cuales resultarían incompletos al tratarles tan sólo en una asignatura cuatrimestral.

Ahora bien, establezco una relación entre los bloques de contenido establecidos en el Currículum Oficial, las asignaturas cursadas a lo largo del Grado de Educación Primaria-Mención Educación Física y los campos temáticos establecidos en Vaca Escribano (2000):

Bloques de contenido en el Currículum Oficial	Asignaturas del Grado de E.P-Mención E.F.	Campos de contenido en “Relatos y reflexiones...”
1- El cuerpo: imagen y percepción	<b>Cuerpo, percepción y</b> habilidad	El niño aprende de sí mismo
2- Habilidades motrices	Cuerpo, percepción y <b>habilidad</b>	El niño aprende de su naturaleza motriz
3- Actividades físicas artístico- expresivas	Expresión y comunicación corporal	El niño aprende de sí mismo
4- Actividad física y salud	Educación física y salud	(Contenido transversal)
5- Juegos y actividades deportivas	Juegos y deporte / EF en el medio natural	El niño aprende en y de la sociedad en la que vive

Figura 1: Relación de contenidos

## **OBJETIVOS**

- Identificar y organizar el contenido de la Educación Física en la Escuela (EFE).
- Descender desde los contenidos ofrecidos por el Curriculum Oficial y la literatura específica a una concreta Programación didáctica para el segundo ciclo de Educación Primaria.
- Poner en práctica competencias profesionales adquiridas a lo largo del Grado de Educación Primaria-Mención Educación Física, solicitadas a los maestros en su desarrollo profesional.
- Ofrecer una propuesta de EFE desde la que hacer ver su potencial educativo.

## **JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO**

En este apartado explicaré, en primer lugar, cómo realicé la elección del tema y, a continuación, explicaré por qué fue este mi tema elegido. Es decir, en un primer momento, explicaré el proceso para seguir con las razones.

Ante la gran lista de temas que nos presentaban, alrededor de 136 temas, tuve que realizar varios descartes.

En primer lugar y puesto que había temas que me resultaban interesantes, me centré en escoger entre los que ofertaba Marcelino. El por qué de esto se encuentra en mi gusto por su forma de trabajar y tratar la Educación Física Escolar. Además de la responsabilidad y la profesionalidad que muestra ante el trabajo.

A decir verdad este primer descarte ya le había realizado en mi mente, siguiendo mis preferencias, mucho antes de que publicaran la lista de los temas propuestos; ya que tenía claro con quién quería realizar un trabajo de tal envergadura.

Después, tenía que realizar la difícil tarea de escoger entre uno de los temas propuestos por este autor y ordenarlos; ya que escogíamos en función del expediente.

También me planteé proponer un tema con el fin de hacerlo un poco más personal, aunque cualquier tema puedes hacerlo tuyo ya que soy yo la autora. Decidí rechazar esta posibilidad porque pienso que cada tutor ha propuesto temas que le interesan tutorizar y no quiero crear más carga.

Centrándome en los temas propuestos, al principio los miraba y los volvía a mirar sin decantarme claramente por ninguno. Los tenía en mi cabeza pero no procedía a establecer un orden de preferencia entre ellos. La verdad es que me costó varios días ir descartando unos y otros.

Este es el tema que finalmente elegí y sus razones:

*“Contenidos de Educación Física Escolar. Bienes sin caducidad. Razones para el contenido. Transposición didáctica”*

Son varias las razones de su elección. En primer lugar, me parece que tengo fácil de dónde emanar mi información, tengo unos documentos a los que ir y en los que basaré mi fundamentación teórica. Es decir, acudiré al curriculum oficial, a la literatura específica, a los estudios realizados y a las asignaturas cursadas a lo largo del Grado.

Además, el propio título me dice que diga qué contenidos se enseñan en Educación Física y menciona los bienes sin caducidad, una justificación para su estudio y su planteamiento en la escuela. Además culmina con la transposición didáctica, es decir, cómo llevarlo al aula, cómo enseñárselo al alumnado.

Tengo ganas de trabajar este tema porque me entusiasma la idea de exponer ante un tribunal qué se enseña en Educación Física y evaluar si es verdad que no es sólo jugar y hacer deporte; sino que se aprenden un abanico de contenidos muy valioso.

Además de exponer qué contenidos hay, me gustaría tener razones para rebatir algo que me encuentro con frecuencia, la confusión de Educación Física y gimnástica.

Estas son las razones que recogí en el momento de la elección del tema para el Trabajo Fin de Grado. Una vez asentada en el tema, fui encontrando otras razones como que, durante el periodo de prácticas, he podido observar que había poca diversidad de contenido y, a su vez, poca organización de los mismos a lo largo de la Programación General de Aula. Esta idea que iba extrayendo de mi observación y de mis intervenciones, ganaba fuerza en los seminarios. En estos seminarios compartía experiencias con mis compañeros, los cuales acudían a otros centros.

Ante estas diferencias de apreciación de la Educación Física existentes, veía que había muchas diferencias en los centros educativos. Estos seminarios supusieron un gran momento de reflexión para mí, para pensar y darme cuenta del gran contraste existente.

Por otro lado, considero que es un área desconocida, popularmente no se conoce qué se enseña, qué utilidad tiene, qué perderíamos si desapareciera..., por ello resulta una materia desconocida y, como consecuencia, infravalorada. Este puede que sea el motivo por el que no se desarrolle todo su potencial educativo.

Estas apreciaciones parecen ser generales porque leyendo sobre el estatus que ocupa esta materia, David Krik (1990) apunta:

### **Capítulo III: La educación física en el currículum escolar: exploración de las dimensiones del problema del estatus educativo.**

La educación física, como área de estudio del currículum escolar, presenta aspectos paradójicos. Aunque ha estado presente en los currículos desde los griegos hasta nuestros días, nunca han estado claras las razones por las que forma parte de las asignaturas del sistema educativo (...).

#### **La educación física y el problema de estatus educativo.**

(...) su presencia en el currículum escolar resulta algo paradójica, porque aunque para la mayoría de los alumnos es una asignatura obligatoria

(Williams -1985- la considera una asignatura “universal”), para muchos profesores, alumnos y padres ocupa un estatus educativo bajo. En este sentido, es periférica a los principales propósitos educativos de la escuela. Hargreaves (1977, p.231) comenta a este aspecto que:

“Algunas de las formas de conocimiento escolar son claramente señaladas como superiores a otras. “Las asignaturas académicas” que se preocupan por desarrollar el “intelecto” de un niños están muy bien consideradas en las escuelas, mientras que otras “asignaturas prácticas” como la E.F. están situadas convencionalmente en último lugar, según un orden jerárquico de conocimiento.

Whitehead y Hendry (1976) apoyan esta noción al sugerir que el profesor de educación física tiende a ocupar un “rol marginal” en la escuela, siendo considerado por sus colegas como una persona útil a la hora de tratar problemas disciplinarios pero no para consultar aspectos de gran importancia educativa. Esta visión del profesor de educación física no sólo queda restringida a otros profesores, sino que también:

...la imagen dada por los medios de comunicación y la evidencia acerca de las percepciones del profesor de educación física, presentan un individuo musculoso, sociable, dominante, agresivo, bastante inmaduro, que es antiacadémico y que no se expresa muy bien.

La visión “ortodoxa” sobre la educación física y su estatus educativo (...), viene a decir que los alumnos no pueden implicarse cognitivamente en la asignatura porque su contenido es la actividad física. Además, debido a que la tarea educativa más importante de la escuela es desarrollar las capacidades intelectuales de los alumnos, la creencia de que en la búsqueda de esta importante tarea, la escuela transmitirá a los alumnos os aspectos relevantes de la cultura de la sociedad y que la educación física juega un papel mínimo en el proceso. Las principales justificaciones de la educación física como asignatura en el curriculum se apoyan, a menudo, sobre afirmaciones de que la actividad física es un medio útil para el desarrollo

de cualidades deseables, tales como habilidades sociales, conocimiento moral, disciplina y obediencia, y salud; pero que no tienen en sí mismas valor educativo.

Aunque el valor educativo de una asignatura no es el único criterio con el que se juzga la valía o utilidad de las actividades del curriculum (por ejemplo, algunas asignaturas se consideran que tienen un valor vocacional, como las manualidades y los estudios comerciales), sin embargo, parece ser el criterio fundamental para determinar el prestigio que merecen ciertas asignaturas, los recursos legítimamente pueden disponer, y la calidad del profesorado y alumnado que pueden atraer. A su vez, estos factores juegan un importante papel respecto a la calidad que una asignatura puede aportar a la experiencia educativa de los alumnos. (p.58)

## **FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES**

Para empezar con este apartado de mi Trabajo Fin de Grado, comenzaré hablando del curriculum. Me parece oportuno ya que mi trabajo se basa en estudiar qué nos dice el Curriculum Oficial, qué debemos hacer para que, a partir de ahí, comience a estudiar las posibilidades.

Nos encontramos ante el primer problema al que nos enfrentamos al comenzar esta carrera universitaria y es el propio término de “curriculum”.

Puede que el punto de vista más compartido y el que más se acerca a mi idea de curriculum, “considera el curriculum como simplemente el contenido o el conocimiento que transmiten las distintas asignaturas escolares” (Kirk, 1990, p.24).

Siguiendo esta perspectiva, el estudio del curriculum significa estudiar el contenido de las diferentes asignaturas, su creación, su planificación y su puesta en práctica.

Mediante el desarrollo de mi TFG, pretendo acercarme a estudiar qué contenido se estudia, en mi caso, en Educación Física Escolar y cómo se planificaría este contenido para un ciclo concreto. Dejando a un lado su puesta en práctica, deseando que sea en un futuro no muy lejano.

Para conocer el curriculum, previamente, he investigado sobre éste como concepto y recojo, a continuación, algunas de las definiciones que considero más importantes, todas ellas recogidas por Kirk (1990):

Algunas definiciones de curriculum

...todas las experiencias planificadas que proporciona la escuela para fomentar que los alumnos alcancen, lo mejor posible, los resultados de aprendizaje diseñados.

(Neagley y Evans, 1967)

...curriculum es una serie estructurada de intencionados resultados de aprendizaje.

(Johnson, 1967)

...todo el aprendizaje que es planificado y diseñado por la escuela, tanto si se lleva a cabo en grupos o individualmente, dentro o fuera de la escuela.

(Kerr, 1968)

...cualquier intento de comunicar los principios y características esenciales de una propuesta educativa de tal forma que permanezca abierta a discusión crítica y sea capaz de una traslación efectiva a la práctica.

(Stenhouse, 1975)

...un curriculum es formular y llevar a la práctica una propuesta educativa, que es enseñada y aprendida dentro de una escuela u otra institución, y por lo cual esa institución acepta tres niveles de responsabilidad, el de su base lógica, el de su real puesta en práctica, y el de sus efectos.

(Jenkins y Shipman, 1975)

...un conjunto organizado de intenciones formales de educación o entrenamiento.

(Pratt, 1980)

...un programa de actividades (de los profesores y alumnos) diseñadas de tal forma que los alumnos conseguirán tanto como sea posible ciertos fines u objetivos educativos y escolares.

(Barrow, 1984)

(p.26)

Una vez realizado un acercamiento hacia el curriculum, considero relevante pasar a hablar del contenido de dicho curriculum en lo que se refiere a Educación Física.

Kirk, D. (1990) sostiene lo siguiente:

Está ampliamente reconocido que el contenido de la educación física es el movimiento o la actividad física (Logsdon y Barret, 1984). Algunos autores, como Whitehead y Fox (1983), van más allá diciendo que “lo físico” es el aspecto esencial y distintivo que la educación física puede ofrecer en el curriculum, por medio del desarrollo de la “competencia motriz” y “la condición física”. Aunque existe bastante acuerdo acerca de esta común observación, resultan menos coherentes las diversas formas o tipos de actividad física que componen el curriculum de la educación física. (p.80)

Muchas veces, esta consideración o no del contenido que se enseña en Educación Física Escolar, viene condicionado por la idea que se tenga acerca de esta materia. El estatus educativo influye mucho, desgraciadamente.

Ahora que ya he hablado del término curriculum y que, además, he reflejado en el curriculum el área de Educación Física. Estimo oportuno hablar del concepto de “Educación Física”.

Como es sabido, la Educación Física es un objeto de estudio múltiple; en ella se dan cita distintas ciencias. Para el acercamiento a esas disciplinas, me he ayudado del epistemólogo Miguel Vicente Pedraz con su obra *“Teoría pedagógica de la actividad física”*. Distingue entre:

- Ciencias de la actividad física: Biomecánica, Kinesiología, Fisiología, Historia del deporte, Psicología del deporte...
- Ciencias de la Educación: Psicología e Historia de la Educación, Psicología del desarrollo motor, Psicología del aprendizaje motor.

Vemos, por tanto, que la Educación Física, como objeto de estudio científico, se superpone a las ciencias de la actividad física y a las ciencias de la educación.

En este sentido Parlebas dice que la Educación Física no es una ciencia sino una práctica pedagógica, pero que cada vez más de e ir apoyándose en los conocimientos científicos. El aboga por desarrollar un campo de conocimiento científico que tome como objeto, el gran conjunto de actividades físicas, que pone bajo la etiqueta de la acción motriz o praxiología motriz.

Una vez analizado el término como disciplina científica, estamos en condiciones de empezar a definir la Educación Física.

Este es un término amplio, con multitud de acepciones y un marcado carácter polisémico. La palabra educación proviene del término latino “educare” y significa

nutrir, criar o dirigir. En lo que se refiere a la palabra física, proviene del griego “Phyus” que significa naturaleza y alude a lo natural, al cuerpo y a lo físico.

Añado que debe estar sustentado en el saber, saber hacer y saber ser y estar; desarrollado un estilo de vida activo, haciendo al hombre competente motrizmente.

Finalizando este apartado, paso a hablar de las funciones de la motricidad que resultan importantes además del contenido. Todo el contenido expuesto tiene unos antecedentes que se encuentran en la Historia de la Educación Física. Podría recurrir a esta Historia, pero acudo a los antecedentes de los decretos que he analizando, aterrizando así en las funciones de la motricidad, las cuales me han servido de gran ayuda a la hora de hacer la trasposición didáctica. Estas funciones aparecen en el Diseño Curricular Base (1989):

Las funciones del movimiento son varias y han tenido diferente peso en el currículo de Educación Física según las intenciones educativas que han presidido su elaboración. Entre las más importantes se encuentran las siguientes:

- Función de conocimiento: el movimiento es uno de los instrumentos cognitivos fundamentales del individuo, tanto para conocerse a sí mismo, como para explorar y estructurar su entorno inmediato.
- La función de organización de las percepciones: el individuo, a partir del movimiento, se orienta y toma referencias con respecto al mundo que le rodea, al mismo tiempo que toma conciencia de su propio cuerpo.
- La función anatómico/funcional: mediante el movimiento, se mejora y aumenta la propia capacidad de movimiento en diferentes situaciones (manipulaciones, actividades lúdicas, actividades físicas de la vida cotidiana), ganando en habilidad, eficacia mecánica y en posibilidades y nuevas formas de movimiento.

- La función estética/comunicativa: el movimiento es una forma de comunicación y de expresión que el individuo utiliza en su comunicación habitual, pero que puede aprender a utilizar mejor adquiriendo instrumentos que le permiten enriquecer la expresión, la creatividad y la sensibilidad estética, así como producir y/o valorar manifestaciones artísticas y culturales basadas en la expresión corporal y el movimiento.
- La función de relación: el individuo se relaciona, entre otras formas, a partir de actividades físicas, en un primer estadio a partir del juego, y posteriormente en forma de actividades deportivas.
- La función agonística: el movimiento facilita que el sujeto pueda demostrar su destreza, competir y superar dificultades como medio de afianzar su autoconcepto y de comprobar sus límites.
- La función higiénica: la persona puede mejorar su estado físico y su salud, así como prevenir cierto tipo de enfermedades, a partir del ejercicio físico y gracias a la activación de su sistema respiratorio, cardiovascular, muscular y óseo.
- La función hedonista: el movimiento, a actividad física y los propios recursos corporales son fuente de disfrute para el individuo. Además, a través de la actividad física programada, puede incidir sobre su propio cuerpo de manera que se encuentre más identificado con la imagen que tiene de sí mismo.
- La función de compensación: la falta de movilidad por restricciones del medio, situaciones de sedentarismo, falta de espacios de expansión, etc., pueden producir atrofas y descompensación que el movimiento se encargará de compensar.
- La función catártica: el individuo, a partir del ejercicio físico, se libera de tensiones y reestablece su equilibrio psíquico. Es un medio eficaz de ocupar positivamente el tiempo de ocio. (p.213)

## **DISEÑO: EXPLICACIÓN DEL PROCESO PARA LA REALIZACIÓN DEL TEMA ELEGIDO**

En este momento paso a hablar del proceso que he llevado para la realización de este trabajo.

Antes de empezar a profundizar sobre el tema, preferí documentarme leyendo bibliografía señalada por mi tutor. Esta lectura iba haciendo que me surgieran ideas y líneas de trabajo para abordar mi Trabajo Fin de Grado.

En primer lugar, he tenido que decidir de qué documentos emanaba los contenidos. Para ello me centré en los documentos que regulan la labor de los maestros.

El siguiente paso fue tomar la decisión de partir de los criterios de evaluación. De ahí fui sacando núcleos de contenido a los que se refería. Tras varias vueltas a los documentos y hacer diferentes lecturas, fui identificando dichos núcleos. A continuación, tenía que organizar esa información extraída. Después de un esfuerzo importante, plasmé los núcleos que me parecieron más claros y adjunté las conclusiones sacadas del estudio realizado, además de compararlo con otros documentos oficiales anteriormente realizados.

Con los núcleos de contenido identificados sobre lo que se enseña en Educación Física Escolar, pasé a concretarlo en una Programación didáctica para un ciclo concreto: segundo ciclo de Educación Primaria.

La distribución en 15 unidades, me permitía distribuir 5 unidades por trimestre. En cada trimestre intenté que se tocaran los diferentes Bloques temáticos, a la vez que se vieran los contenidos de una forma gradual y progresiva. Es decir, que esas unidades propuestas tengan un orden lógico y no estén dispuestas de forma arbitraria; por otro lado, previniendo las posibles condiciones climatológicas en unidades concretas como *“Nos orientamos en el espacio”* o *“Nos trasladamos a la montaña palentina”*.

He de apuntar que, en el proceso de realización de los 15 procesos de enseñanza-aprendizaje y en el de los núcleos temáticos, hacía un camino de ida vuelta. Quiero decir que, emanaba información de los núcleos temáticos a la trasposición didáctica y viceversa. Esto me ayudaba a ir completando ambas partes de forma simultánea.

Una vez realizada la trasposición didáctica, pasé a sacar algunas conclusiones, puede que esta parte sea una de las que me han resultado más enriquecedoras.

Finalmente, concluí mi Trabajo Fin de Grado con el alcance que puede llegar a tener y, dejándolo abierto a otras aportaciones.

## **EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DEL PROYECTO, DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN ELEGIDA**

Los niveles de concreción curricular nos van a permitir situarnos, para ver donde se encuentra este apartado. Para desarrollar este punto, retomé los documentos que me entregaron en la asignatura “Curriculum y Sistema Educativo” de primer curso de Grado en Educación Primaria.

Distinguimos tres niveles claramente diferenciados:

- Primer nivel de concreción: genérico. Es competencia a de la Administración educativa. Supone la propuesta de las líneas generales de la acción didáctica. Tiene carácter prescriptivo-normativo y es obligatorio. Se expresa en documentos de alto rango, como el Diseño Curricular Base (DCB, 1989).
- Segundo nivel de concreción: caracterizado por su cierta contextualización. Es competencia de la comunidad educativa de un centro. Se expresa en el Proyecto Curricular de Centro, dentro del Proyecto Educativo del mismo. Los elementos constitutivos son la precisión de los objetivos generales, la secuenciación de los contenidos por ciclos y cursos, la especificación de las estrategias metodológicas, la

organización espacio-temporal, la determinación de los recursos y medios a utilizar.

- Tercer nivel de concreción: concreto. Es competencia del profesorado. Tiene como referente los dos niveles anteriores y supone la propuesta de acción para un ciclo/curso/grupo. Se expresa en los Proyectos de Aula o “programaciones”. Se centra en la determinación de los objetivos didácticos, el establecimiento de enseñanza-aprendizaje y las técnicas de evaluación.

Algunos autores apuntan un cuarto nivel de concreción, referido a las adaptaciones curriculares individualizadas, mientras que otros mantienen que forman parte de la actividad del profesor al nivel del aula y que, por lo tanto, se encuadran en el tercero.

Como consecuencia de lo apuntado, la Programación didáctica forma parte de los “Proyectos de Aula o programaciones”.

Como ya he dicho, he diseñado 15 procesos de enseñanza-aprendizaje, temporalizados entre septiembre y junio.

No he elegido programar 15 Unidades Didácticas de forma arbitraria, sino que existen razones por las que son, concretamente, este número de procesos. En primer lugar, existen razones temporales; ya que, suponen un total de 30 procesos de enseñanza-aprendizaje al ser un ciclo formado por dos cursos académicos. Además, si contamos en desarrollar cada Unidad Didáctica en dos semanas, aproximadamente, coincide con las semanas del curso escolar. Teniendo una semana de margen para destinarlas a repastos entre trimestres. Incluso, dejando uno o dos semanas al final para repaso o refuerzo de aquellas lecciones o Unidades Didácticas que se considere oportuno.

Otras razones persiguen “dar una vuelta a todo”, es decir, contamos con cinco Bloques de Contenido en el Currículum Oficial y, de este modo, podemos recoger el contenido de todos.

La tercera razón parte de un marco legislativo dictado para el desarrollo de las oposiciones al cuerpo de maestro, que hace referencia a la Resolución de 2 de abril de 2013 publicada en el BOCYL, donde nos señala que la programación debe constar de 15 unidades.

En cada uno de los procesos de enseñanza-aprendizaje o Unidades Didácticas, me he centrado en siete apartados, siendo estos:

- \* **Título**, que nos sitúa para saber qué se va a enseñar, es decir, de que trata la propuesta.
- \* **Localización**, de este modo, señalaré a qué Bloque de Contenidos del Currículum Oficial hace referencia.
- \* **Justificación y descripción breve del tema**, donde explicaré por qué merece la pena llevar a cabo ese proceso. Además, incluiré una breve descripción del tema a desarrollar.
- \* **¿Qué persigue?**, en este apartado trato de hablar de los objetivos que persigo al diseñar este proceso de enseñanza-aprendizaje.
- \* **Capacidades que desarrolla**, donde señalo qué contenidos han aprendido a través de la Unidad Didáctica.
- \* **Competencias Básicas a las que contribuye**, haciendo alusión a las competencias básicas que contribuye para su consecución.
- \* **Proyecto de manos de MT (Maestro-Tutor)**, aquí daré algunas pautas de cómo podría continuarse ese proyecto planteado en manos del maestro-tutor, ya que éste dispone de más horas con sus alumnos para trabajarlo de alguna forma. O, cómo el tutor puede establecer un puente con las familias y el proyecto.

Antes de comenzar con los 15 procesos de enseñanza-aprendizaje, tengo que señalar que en el apartado de “**Competencias Básicas a las que contribuye**” he incluido sólo aquellas competencias que cobran un carácter especial o las que se desarrollan en mayor medida. Además, en todas se desarrolla “*Tratamiento de la información*”; ya que el trabajo propuesto es a través de hojas de registro.

Además, cada trimestre aparece en un color diferente para que la lectura resulte más sencilla. De tal modo que:

<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	<b>TERCER TRIMESTRE</b>
“Conocemos nuestro lugar de trabajo” SEMANA 1	“Nos comunicamos a través del cuerpo” SEMANA 11-12	“Nos expresamos a través del baile” SEMANA 22-23
“Jugamos bien juntos” SEMANA 2-3	“Habilidades manipulativas: lanzamientos y recepciones” SEMANA 13-14	“Desarrollando y mejorando la habilidad manipulativas de golpeo” SEMANA 24-25
“Aprendemos a relajarnos a través del yoga” SEMANA 4-5	“Trabajamos nuestra resistencia a través de la carrera” SEMANA 15-16	“Nos orientamos en el espacio” SEMANA 26-27
“Medimos nuestras posibilidades y limitaciones en la fuerza y la velocidad” SEMANA 6-7	“Nos desplazamos mediante zancos” SEMANA 17-18	“Jugamos como lo hacían nuestros mayores” SEMANA 28-29
“Mejoramos las carreras, las esquivas, los saltos y las trepas” SEMANA 8-9	“Nos organizamos mejor en el juego” SEMANA 19-20	“Nos trasladamos a la montaña palentina” SEMANA 30-31

Figura 2: Temporalización y secuenciación de Unidades Didácticas

## **Título**

“Conocemos nuestro lugar de trabajo”.

## **Localización**

Engloba todos los bloques temáticos.

## **Justificación y descripción breve del tema**

Esta unidad didáctica establece el comienzo de la acción pedagógica, momento trascendental y, más aún, cuando se trata de la acción motriz. Es importante ya que en ella se trabaja la estructura de funcionamiento que va a marcarse a lo largo del curso. De esta forma, sentaremos las bases del resto de procesos de enseñanza y aprendizaje, para hacer que el trabajo desarrollado a lo largo de las demás unidades sea más efectivo; haciendo que sean productivas y, sobretodo, seguras. Por último, destacar que haremos hincapié en los hábitos higiénicos que acompañan a toda sesión de actividad física.

## **Capacidades que desarrolla**

-Comprender la importancia de las normas y asimilar el funcionamiento de las clases de EF.

-Recordar las rutinas de las sesiones: cambio de calzado, saludo, momentos de reflexión, momento de despedida y hábitos higiénicos (cambio de camiseta y calzado, lavarse las manos y la cara).

- Familiarizarse con el funcionamiento de las fichas.

## **Aprendizajes construidos**

- Palabras clave: stop (parar), reflexión (reunión en círculo) y cámara (observador externo).

- Participación en juegos en los que aparezca las palabras clave.

- Normativa de seguridad y rutinas.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Competencia Social y Ciudadana

## **Proyecto en manos del MT**

Utilizar en el aula, en algunos momentos, las palabras clave. De este modo, se contribuirá a su asimilación y facilitará el trabajo en las clases de Educación Física.

## **Título**

“Jugamos bien juntos”

## **Localización**

Bloque 5

## **Justificación y descripción breve del tema**

A través de este proceso de enseñanza-aprendizaje pretendo trasladar los valores de la escuela al juego, haciendo especial incidencia en aspectos como la normativa, las relaciones y la seguridad. Merece la pena ya que es de vital importancia que el alumno conozca cómo jugar seguro, cómo debe relacionarse con sus compañeros en el juego y cómo influye la normativa a lo largo del transcurso del mismo. De este modo, pretende que los alumnos sientan las bases de cómo deben actuar ante un juego donde suelen dar respuestas impulsivas; de tal modo que, hagamos que el curso resulte más efectivo y seguro.

## **Capacidades que desarrolla**

-Manifestar actitudes responsables hacia uno mismo y hacia los demás, valorar los posibles riesgos del juego.

-Participar activamente y desempeñar distintos roles en el juego, huyendo de actitudes discriminatorias

-Conocer cómo influye la normativa en el juego, a quien beneficia o perjudica.

## **Aprendizajes construidos**

- Acondicionamiento de los espacios de juego para evitar posibles accidentes.

- Relación con todos y cada uno de los compañeros, pasando y aceptando los diferentes roles a desempeñar en el juego.

- Huir de actitudes que fomenten la discriminación o la marginación de cualquier tipo.

- Modificar las normas de juego para que este se adapte mejor a las características del grupo.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Competencia Social y Ciudadana

## **Proyecto en manos del MT**

Jugar todos juntos en el recreo a un mismo juego en que tratemos de poner en práctica los aspectos y los acuerdos a los que se ha llegado en las clases de Educación Física, siguiendo unas pautas que se le entregarán al tutor.

## **Título**

“Aprendemos a relajarnos a través del yoga”

## **Localización**

Bloque 1

## **Justificación y descripción breve del tema**

Considero oportuno trabajar una Unidad Didáctica dirigida al yoga porque, a través de este, buscamos conseguir liberar tensiones producidas durante la jornada escolar. Esto lo podemos conseguir a través de la respiración, la relajación, la adopción de diferentes posturas corporales...; todos estos componentes del yoga, ayudarán al alumno en su camino a la consolidación de su esquema corporal. Con esta Unidad pretendemos crear en el niño una conciencia acerca de su cuerpo y de las diferentes partes que lo constituyen. Además, va a poder aplicar las técnicas aprendidas en situaciones de su vida cotidiana.

## **Capacidades que desarrolla**

- Favorecer una correcta actitud postural a través de ejercicios propios del yoga.
- Reducir el estrés y eliminar la tensión muscular.
- Ser capaz de controlar la respiración en situaciones diversas.
- Tener un mayor control corporal mediante la relajación.

## **Aprendizajes construidos**

- Posturas corporales trabajadas en el yoga como, por ejemplo, “la pinza”, “el pez” o “el ave”.
- Técnicas de relajación consciente.
- Ejercicios de flexibilidad.
- Control del sistema respiratorio.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Interacción con el mundo físico / Autonomía e iniciativa personal

## **Proyecto en manos del MT**

Antes del control que van a tener con la tutora, practican unos ejercicios de respiración vistos en las clases de Educación Física.

Además, también se ayudarán y practicarán las técnicas aprendidas en momentos donde la clase se encuentre, especialmente, agitada, buscando liberar tensiones.

## **Título**

“Medimos nuestras posibilidades y limitaciones en la fuerza y la velocidad”

## **Localización**

Bloque 4

## **Justificación y descripción breve del tema**

Es tremendamente interesante poner al alumno ante situaciones en las que se vean comprometidas su fuerza y su velocidad. Este PEA contribuye además a la formación de valores y actitudes. Es importante que el alumno conozca la cara y la cruz del juego, que sepa que en el juego podemos ganar o perder. Esta UD permitirá, además, identificar al alumno sus puntos fuertes y sus puntos débiles en torno a la motricidad, además le ayudará a conocer sus posibilidades y límites en relación a sus compañeros: “*Se que Raúl tiene más fuerza que yo*”, “*Sara tiene más o menos mi misma fuerza*” y a “*Juan le gano con mucha facilidad*”.

## **Capacidades que desarrolla**

- Descubrir y aceptar sus capacidades y limitaciones respecto a otros.
- Mejorar en actividades lúdicas de oposición en las que se ponga de manifiesto la fuerza y la velocidad.
- Aceptar la victoria y la derrota en el enfrentamiento individual.

## **Aprendizajes construidos**

- Familiarización con los conceptos de fuerza y velocidad.
- Conocimiento de sus posibilidades y limitaciones motrices.
- Aprendizaje de juegos de fuerza y velocidad.
- Control de la emoción ante situaciones de tensión que provoca el enfrentamiento con el otro.
- Desarrollar la deportividad: saber ganar y saber perder.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Autonomía e Iniciativa personal.

## **Proyecto en manos del MT**

Salida en clase de Matemáticas al patio, donde realizarán juegos de velocidad de cálculo. Uno de los posibles juegos que se puede presentar al maestro-tutor es: “*Pares vs. Impares*”. Se establecerán dos grupos que se colocaran en dos hileras enfrentadas. El maestro dice en alto una operación numérica y si el resultado da par, los pares tendrán que ir a por los impares y viceversa.

## **Título**

“Mejoramos las carreras, las esquivas, los saltos y las trepas”

## **Localización**

Bloque 2

## **Justificación y descripción breve del tema**

Pretendemos en esta UD que el alumno experimente diferentes situaciones de habilidades locomotrices. Las marchas, carreras, esquivas, trepas, saltos... Con ello tratamos de que el alumno adquiera una base motriz a partir de experiencias simbólicas y lúdicas que sirvan de llave para crecer en posteriores aprendizajes que tratemos a lo largo del curso y de toda la etapa. La capacidad locomotriz dependerá como sabemos del equilibrio, de la coordinación dinámico-general.... Por lo tanto seguimos trabajando las capacidades perceptivo-motrices.

## **Capacidades que desarrolla**

- Explorar y desarrollar las habilidades locomotrices: carreras, reptaciones, saltos, esquivas, trepas...
- Ajustar la motricidad a los diferentes lugares de acción, a la velocidad del otro, al equilibrio de los objetos (coger el aro o la pica antes de que caigan)
- Superar obstáculos en el plano horizontal, vertical, inclinado: esquivar, atravesar, descender, subir...

## **Aprendizajes construidos**

- Asociar un tipo de animal u objeto a una forma de moverse.
- Interés por superar cada uno de los lugares de acción propuestos.
- Mostrando disposición para transportar diferentes materiales atendiendo a las nociones básicas de actitud postural en el transporte de diferentes materiales.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Conocimiento e Interacción con el medio físico

## **Proyecto en manos del MT**

Al final del tema de Conocimiento, en vez de hacer un control o examen, prepara un circuito en el que habrá diferentes postas y, en cada una de ellas, habrá una hoja que incluya una pregunta evaluando acerca del tema. Ellos tienen que contestar a esa pregunta en un papel que habrá junto a la pregunta. Una vez realizado, meten su respuesta en un sobre colocado detrás de la pregunta. De este modo, pueden continuar el recorrido hasta completarlo.

## **Título**

“Nos comunicamos a través del cuerpo”

## **Localización**

Bloque 3

## **Justificación y descripción breve del tema**

La finalidad de esta Unidad Didáctica es buscar un clima que provoque la desinhibición en el clima de la clase para poder trabajar otros contenidos “baile” en posteriores Unidades. Los alumnos exploran sus recursos expresivos y comunicativos, del cuerpo y el movimiento, para expresar diferentes estados de ánimo y comunicar diversas ideas.

## **Capacidades que desarrolla**

- Realizar una improvisación delante de los compañeros, de forma desinhibida.
- Explorar sus recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para imitar diferentes animales y personajes.
- Respetar las manifestaciones expresivas de los compañeros logrando un clima de confianza.

## **Aprendizajes construidos**

- Descubrimiento y experimentación de las posibilidades corporales expresivas del cuerpo y el movimiento: actitud corporal y gestualidad.
- Imitación de animales, situaciones, personajes...
- Valoración de los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo, propios y de los demás.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Cultural y Artística

## **Proyecto en manos del MT**

En clase del Lengua, al comenzar el nuevo tema, aparece una lectura, en este caso, un fragmento adaptado de una obra escrita para teatro. Tendrán que hacer grupos para repartir personajes y escenificar la obra.

## **Título**

“Habilidades manipulativas: lanzamientos y recepciones”

## **Localización**

Bloque 2

## **Justificación y descripción breve del tema**

Las HM de lanzamiento y recepción tiene una gran demanda en diferentes manifestaciones de la cultura motriz. Mediante esta unidad proponemos al alumno diferentes formas de actuación en torno al lanzamiento y la recepción con diferentes materiales para que pueda practicar en un futuro deportes que requieran de este tipo de HM. Seguimos buscando que el aprendizaje sea significativo y aplicable a otras situaciones. Asimismo tratamos de que el alumno se reafirme en torno a su lateralidad y mejore su coordinación óculo-manual.

## **Capacidades que desarrolla**

- Confirmar su lateralidad en torno a estas habilidades
- Explorar y desarrollar la habilidad de lanzamiento y recepción con diferentes materiales.
- Actuar atendiendo a la pauta dada en cada una de las zonas de lanzamiento.
- Registrar, leer y argumentar los resultados obtenidos en sus hojas de registro.

## **Aprendizajes construidos**

- Lanzamiento de diferentes materiales a distintos objetivos.
- Aprendiendo “claves de éxito” para una correcta ejecución (p.e adelantar la pierna contraria al brazo que lanza).
- Familiarización con conceptos como lanzar, puntería, trayectoria, recepción...
- Ejecución de diferentes formas de lanzamiento.
- Comprensión de la importancia de la seguridad en este tipo de actividades.
- Apuntar y registrar su actuación en torno al lanzamiento.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Conocimiento e Interacción con el mundo físico

## **Proyecto en manos del MT**

En esta ocasión proponemos al maestro-tutor la utilización de alguna cuña motriz dentro del aula, por ejemplo, aprender una canción con gestos como puede ser “*El arca de Noé*”.

## **Título**

“Trabajamos nuestra resistencia a través de la carrera”

## **Localización**

Bloque 4

## **Justificación y descripción breve del tema**

La resistencia se trata de la capacidad física más relacionada con la salud, dado sus beneficios sobre el sistema cardiovascular y respiratorio. Este binomio Actividad Física-Salud, es uno de los pilares sobre los que se sustenta nuestro curriculum, por el sedentarismo generalizado y sus hábitos asociados en la sociedad actual. Por este motivo deberemos prestar especial atención a esta capacidad física, debido a su gran atención con la salud.

Mediante su desarrollo, intentaremos hacerles ver que la actividad aeróbica no tiene por qué equivaler a cansancio, y que puede convertirse en un contenido placentero; y lo más importante, que todos terminen convencidos de poder realizar un esfuerzo aeróbico.

## **Capacidades que desarrolla**

- Desarrollar una actitud positiva hacia la carrera continua, observando que se obtienen mejores resultados al ir acompañado por otros del mismo nivel.
- Ser capaces de correr ininterrumpidamente durante un tiempo determinado, a un ritmo constante.
- Tomar conciencia de los efectos que la actividad física produce en la salud.
- Controlar y ajustar la respiración en situaciones que impliquen movimiento.

## **Aprendizajes construidos**

- La resistencia como actividad favorable.
- Practicar, realizar y controlar los ritmos de carrera.
- Adquisición de hábitos saludables transferidos a la vida diaria.
- Valorando las posibilidades de cada uno y la de los compañeros.
- Mejorando la confianza y la autoestima, a través de la constancia y el esfuerzo.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Autonomía e Iniciativa personal/Conocimiento e Interacción con el mundo físico

## **Proyecto en manos del MT**

Propone a las familias hacer “una quedada” para salir a correr a un parque de la ciudad una mañana de domingo y compartir juntos el momento de la comida.

## **Título**

“Nos desplazamos mediante zancos”

## **Localización**

Bloque 1 y 2

## **Justificación y descripción breve del tema**

Merece la pena desarrollar este proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que el manejo de los zancos requiere de un componente coordinativo y de equilibrio. Podemos comprobar que, como componente cualitativo del movimiento, la coordinación y el equilibrio, suponen un aspecto fundamental en el desarrollo de las habilidades motrices. En este sentido, esta Unidad Didáctica pretende desarrollar el equilibrio, lo que no sólo otorga una mayor riqueza motriz y unas mayores posibilidades de progresión a nivel de procedimientos; sino que, implicará una enorme aceptación de uno mismo, e incrementará la autoestima.

## **Capacidades que desarrolla**

- Mejorar la coordinación y el equilibrio a través de la utilización de los zancos.
- Desplazarse utilizando de forma autónoma utilizando los zancos.
- Tener una actitud de respeto hacia el material y la habilidad de los compañeros.
- Mantener una actitud positiva ante el esfuerzo en el aprendizaje de esta

habilidad.

## **Aprendizajes construidos**

- Mejora de la coordinación y el equilibrio.
- Manejo en el uso zancos.
- Identificación de posturas correctas para el correcto desplazamiento con los zancos, que ayuden a lograr el equilibrio.
- Experimentación de diferentes posturas y superficies con los zancos.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Autonomía e iniciativa personal / Interacción con el mundo físico

## **Proyecto en manos del MT**

Introducir en el aula para romper con el “cuerpo silenciado” una cuña motriz que trabaje la coordinación. Por ejemplo, podríamos proponer ejercicios de coordinación con movimientos de brazos y piernas.

## **Título**

“Nos organizamos mejor en el juego”

## **Localización**

Bloque 5

## **Justificación y descripción breve del tema**

Es importante y merece la pena trabajar las estrategias a través de un juego, porque el alumnado de Educación Primaria tiende a dar en los juegos respuestas impulsivas y egocéntricas. Mediante este proceso de enseñanza-aprendizaje, pretendemos llevarles hacia respuestas más pensadas y compartidas.

## **Capacidades que desarrolla**

- Pasar de la acción impulsiva a la acción planificada.
- Pasar de la acción individualista a la acción compartida.
- Elaborar, planificar y comprobar planes diseñados para actuar.
- Conocer y actuar según los principios tácticos presentados.
- Conocer y proceder según los criterios de realización.
- Conocer y utilizar diferentes elementos tácticos.

## **Aprendizajes construidos**

- Reflexión sobre la acción.
- Principios tácticos
  - Defensa: cerrar espacios, ayudar al compañero, robar el móvil al efectuar un pase, evitar la inferioridad numérica...
  - Ataque: abrir espacios, realizar lanzamientos libres, lograr la superioridad numérica, evitar que roben el móvil los defensas...
- Criterios de realización
- Elementos tácticos

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Autonomía e Iniciativa Persona / Social y ciudadana

## **Proyecto en manos del MT**

Se propone introducir en el aula una cuña motriz, consistirá en jugar a “*Ratón que te pilla el gato*”. Sentados cada uno en su lugar, jugarán a “*Ratón que te pilla el gato*”, pero lo modificaremos dadas las condiciones del aula. La consigna más importante es que sólo está permitido andar. Tendrán que moverse entre las mesas, trazando el mejor recorrido para no ser pillados por el compañero que haga de gato.

## **Título**

“Nos expresamos a través del baile”

## **Localización**

Bloque 3

## **Justificación y descripción breve del tema**

Este PEA está enfocado desde un punto de vista creativo, buscando la dimensión más artística del alumno. No pretendemos enseñar un tipo de danza concreto (clásica, africana, folclore...). El objetivo en el contexto escolar no puede limitarse al aprendizaje de solo un estilo, del mismo modo que no podemos tratar todos. Con esta UD nos dirigimos hacia saberes fundamentales que salpican todos los estilos de la danza.

## **Capacidades que desarrolla**

- Situarse en el espacio con relación a objetos
- Vivir una experiencia de creación en danza a partir de un objeto cotidiano
- Controlar las emociones cuando tengan que actuar delante de la clase- Respetar las manifestaciones artísticas de sus compañeros.

## **Aprendizajes construidos**

- Nociones topológicas relacionadas con las diferentes posiciones respecto a las sillas (delante detrás, a la izquierda, a la derecha, encima, debajo...).
- Diferentes estructuras rítmicas: lento, rápido, al unísono, simultaneo... -
- Diferentes trayectorias: rectas, curvas, circulares, diagonales... y niveles de espacio (bajo, medio, alto).
- Roles que deben desempeñar: bailarín y espectador.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Cultural y artística

## **Proyecto en manos del MT**

Con su maestro-tutor, prepararán un baile que mostrarán en las fiestas del colegio. Se ayudarán de aspectos trabajados en las clases de Educación Física.

## **Título**

“Desarrollando y mejorando la habilidad manipulativa de golpeo”

## **Localización**

Bloque 2

## **Justificación y descripción breve del tema**

Considero importante el desarrollo de esta Unidad didáctica ya que así, el alumnado será capaz de ajustar su cuerpo para realizar, de manera apropiada, la habilidad de manipulación (el gesto), al igual que la ejecución de éste, requiere de una coordinación que deben conocer, explorar y mejorar.

Además, será capaz de establecer un acuerdo con el otro para alcanzar un fin común, utilizando como puente la habilidad manipulativa; el alumnado dispondrá de diferentes materiales (globos, pelotas, raquetas...), agrupamientos (parejas, grupos numerosos...), posiciones (estático, sentado, tumbado...) y distancias. Gracias a esta combinación, abriremos un gran abanico de posibilidades para que el alumnado pueda mejorar en esta habilidad manipulativas, el golpeo.

## **Capacidades que desarrolla**

- Adecuar y ajustar el cuerpo y los segmentos corporales en función de la trayectoria del objeto a golpear.
- Explorar la intensidad, duración y velocidad que se debe aplicar.
- Coordinar su acción con la del otro/otros, para alcanzar un objetivo común.
- Mejorar en las habilidades de golpeo, en concreto factores como el cálculo de distancias y trayectorias.

## **Aprendizajes construidos**

- Diferenciación de los conceptos: lanzar y golpear.
- Exploración de las posibilidades de golpeo continuo, de diferentes objetos y en distintas situaciones/posiciones.
- Adecuación del cuerpo y los segmentos corporales en función de la trayectoria.
- Participando en el trabajo por parejas/grupos para conseguir un fin común.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Interacción con el mundo físico

## **Proyecto en manos del MT**

Organizar un torneo para el patio en el que se trabaje esta habilidad. Habrá diversas pruebas, con diferentes niveles de dificultad.

## **Título**

“Nos orientamos en el espacio”

## **Localización**

Bloque 5

## **Justificación y descripción breve del tema**

Resulta muy interesante trabajar la percepción y la estructuración espacial, para que el niño/a pueda orientar su cuerpo respecto al entorno que le rodea; en este caso, al principio lo realizará en un entorno conocido y cotidiano para él, como es el gimnasio, para, progresivamente, ir alejándose de éste y adentrarse en un espacio desconocido. Mediante esta unidad didáctica el niño/a aprende conceptos como la interpretación de un mapa o comprender el significado de la leyenda de éste. La adquisición de estos conceptos les irá proporcionando mayor autonomía, y contribuirán a que el alumnado vaya conociendo sus posibilidades de orientación, que las utilice y que las valore; además de favorecer una inteligencia imaginativa y creadora.

## **Capacidades que desarrolla**

- Orientación en el gimnasio, en el patio y en un lugar desconocido con ayuda del mapa y la brújula.
- Cooperando con los compañeros para la ejecución de las diferentes tareas de orientación.
- Cumplir las normas de la carrera de orientación.
- Respetar el medio ambiente.

## **Aprendizajes construidos**

- Conocer las distintas herramientas para orientarse: mapa y brújula.
- Ser capaz de orientarse en un lugar determinado con las herramientas necesarias.
- Valorar estas actividades como medio de ocupación del tiempo libre.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Conocimiento e interacción con el mundo físico/Autonomía e iniciativa personal

## **Proyecto en manos del MT**

El maestro-tutor junto al especialista de Educación Física, prepararán un recorrido de orientación para que participen las familias y los alumnos, donde los niños indicarán a sus padres cómo guiarse.

## **Título**

“Jugamos como lo hacían nuestros mayores”

## **Localización**

Bloque 5

## **Justificación y descripción breve del tema**

Como la practica deportiva más extendida actualmente son deportes como el futbol o el baloncesto y no se detecta, a penas, la presencia de juegos y deportes tradicionales. Por ello, es conveniente orientar la práctica deportiva hacia los juegos populares. Por otro lado, tiene un gran valor como parte del patrimonio cultural, ya que forma parte de la cultura de diferentes lugares y regiones, lo denominado “cultura motriz”. El hecho de poner a los niños en un contexto con actividades que practicaban sus padres o abuelos, contribuyen a una mejor comprensión y enriquecimiento intergeneracional.

## **Capacidades que desarrolla**

- Disfrutar de los juegos populares como ocupación de su tiempo libre.
- Participar en juegos que permitan una mayor empatía con generaciones anteriores a ellos.

## **Aprendizajes construidos**

- Conocimiento de juegos populares.
- Material utilizado para la práctica de estos juegos.
- Respeto a los signos culturales identificativos.

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Cultural y artística / Social y ciudadana

## **Proyecto en manos del MT**

Establecer un día para que puedan acudir al recreo los padres o abuelos de los alumnos para que practiquen los juegos populares vistos. De esta forma, compartirán esta actividad con las familias, estableciendo un buen momento para traer la familia a la escuela.

## **Título**

“Nos trasladamos a la montaña palentina”

## **Localización**

Bloque 5

## **Justificación y descripción breve del tema**

Me parece una oportunidad muy buena para dar por finalizado el curso. De este modo, podemos emplearlo también como excursión de fin de curso si el tutor lo considera oportuno. En esta última unidad, trataremos de ir trabajando a lo largo de la unidad diferentes aspectos como cuidados en el medio ambiente, dar a conocer elementos naturales que visitaremos e incluso pediremos a nuestros alumnos una pequeña tarea de investigación acerca del entorno en el que vamos a acudir, como flora, fauna, accidentes geográficos... Una vez que estemos en dicha salida, trataremos de poner en práctica todo lo visto.

## **Capacidades que desarrolla**

- Valorar las salidas al medio natural como un medio de disfrute y modo de ocupación del tiempo libre.
- Favorecer la convivencia y la cooperación mediante actividades realizadas en el medio natural.
- Conocer la importancia de proteger, conservar y cuidar el medio natural.

## **Aprendizajes construidos**

- Cuidado y conservación del entorno natural.
- Rutas de senderismo.
- Materiales específicos con los que realizar una salida al medio natural (calzado y vestimenta).

## **Competencias Básicas a las que contribuye**

Conocimiento e interacción con el mundo físico

## **Proyecto en manos del MT**

Utilizar esta salida para hacerla con el maestro-tutor de tal modo que pueda ser, a la vez, la excursión realizada al final del curso. Además, habrá se trabajará de forma conjunta con el área de “Conocimiento del medio” para preparar la salida con el alumno y trabajar los contenidos de forma paralela.

## CONCLUSIONES

En primer lugar, hay contenidos que no he podido abordar por la limitación de tiempo, pero hay que contar con que la Educación Primaria está dividida por ciclos y que contamos con dos cursos para completar los contenidos enunciados.

En segundo lugar, resulta muy importante que todo el contenido propuesto por el curriculum ha sido tocado en esta trasposición didáctica. En ocasiones, ese contenido ha sido matizado y, en algunos casos, nos hemos referido a un contenido que no se encuentra en todos los documentos oficiales estudiados.

Por otro lado, considero que he alcanzado los objetivos que perseguía a través de la elaboración del Trabajo Fin de Grado. Aunque, en contraposición, me he dado cuenta de que hay muchos contenidos sobre los que quiero seguir investigando e indagando. Soy consciente de que mi carrera universitaria acaba este curso, pero no dejo parada mi labor de estudio e investigación en lo que, a partir de ahora, será una formación permanente.

Otro aspecto que resulta realmente importante es la interdisciplinariedad que se presenta ante el trabajo en colaboración con el maestro tutor. Esta propuesta se realiza ya que el área de Educación Física cuenta con 2-3 horas a la semana aproximadamente, dependiendo de los cursos. Por eso, si el contenido ofrecido en estas clases lo dejamos ahí y no hay una continuidad por parte del maestro, resulta muy difícil que ese contenido se transfiera al alumnado. También se puede llevar a la familia, ofreciendo propuestas para el tiempo libre en el parque u otros lugares de recreación. Llego a la conclusión de que, ha de haber una figura que lidere, dando las pautas y trabajando para que los niños conozcan y quieran aprender más; esta figura la constituye el maestro con mención en Educación Física.

En lo que se refiere a los contenidos, objetivos y competencias básicas que desarrollar, tenemos la seguridad de que los procesos de enseñanza-aprendizaje propuestos, merecen la pena. Es decir, se trata de aprendizajes significativos y relevantes.

Estas ideas tienen que ver con mi deseo de saber más de Educación Física y transmitirlo, todos estos aprendizajes que consiguen los niños en Educación Física tienen una gran vinculación con el potencial educativo de lo corporal.

## C) PARTE FINAL

### ANÁLISIS DEL ALCANCE DEL TRABAJO

Aquí hago un alto para ver mi Trabajo Fin de Grado un poco más en la distancia, planteándome a dónde puedo llegar con él o para que me puede valer.

En primer lugar, me ha servido en mi periodo de prácticas. A la vez, el Practicum II me ha aportado ideas y líneas de trabajo sobre las que seguir para su elaboración. Me gustaría volver ahora a la escuela con las ideas más claras.

Por otra parte, en las futuras “Oposiciones”, este paso de aclaración de contenidos y su trasposición didáctica, puede darme ideas y estrategias para la elaboración de la Programación Didáctica que en ellas se requiere.

Finalmente, este trabajo puede servir a personas que estén interesadas en saber qué se aprende a través de la Educación Física Escolar y cómo se trabaja éste área en la escuela. Puede ser una oportunidad para asomarse al mundo de la Educación Física y comprenderlo un poco más.

Estas razones coinciden con la razón de ser de un Trabajo Fin de Grado, que busca que el alumno *“aplique y desarrolle los conocimientos adquiridos en el seno del Grado”*

## BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

### Lista de Referencias

Astolfi, J. P. (2001). *Conceptos clave en la didáctica de las disciplinas*. Sevilla-España: Díada Editora S.L

Boletín Oficial de Castilla y León (2007). Decreto 40/2007

[http://cpsanjosedecalasanz.centros.educa.jcyl.es/sitio/upload/Curriculo\\_Primary\\_LOE\\_CyL.pdf](http://cpsanjosedecalasanz.centros.educa.jcyl.es/sitio/upload/Curriculo_Primary_LOE_CyL.pdf)

Boletín Oficial de Castilla y León (2013)

[http://www.ccoo19.trimedia.es/documentos/EMPLEO/2013/20131004oposicion\\_escastillayleon.pdf](http://www.ccoo19.trimedia.es/documentos/EMPLEO/2013/20131004oposicion_escastillayleon.pdf)

Eisner, E. W. (1987). *Procesos cognitivos y curriculum*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, S.A.

Krik, D. (1990). *Educación física y currículum*. Valencia: Universidad de Valencia.

Ministerio de Educación y Ciencia (1989). *Diseño Curricular Base. Educación Primaria*. Madrid: Centro de publicaciones MEC.

Ministerio de Educación y Ciencia (2007). ORDEN ECI/2211/2007

<http://www.boe.es/boe/dias/2007/07/20/pdfs/A31487-31566.pdf>

Pedraz, M. V. (1988). *Teoría pedagógica de la actividad física*. Madrid: GYMNOS

Sacristán, J. G. y Pérez, A. G (1992). *Comprender y transformar la enseñanza*. Madrid: EDICIONES MORATA, S.A.

Sacristán, J. G. y Pérez, A. G (1985). *La enseñanza: su teoría y su práctica* (2ª ed.). Madrid: Akal editor.

Vaca, M. J (2002). *Relatos y reflexiones sobre el tratamiento pedagógico de lo corporal en la educación primaria*. Palencia: Asociación Cultural “Cuerpo, Educación y Motricidad”.