



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

**GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA
MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

TRABAJO FIN DE GRADO

*PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA A
TRAVÉS DEL ARTZIKIROL Y CON EL
APOYO DE LAS FAMILIAS*



Autora: Dña. Raquel Rodríguez Herranz

Tutor académico: Dr. Félix Hernández Merchán

Resumen

El presente Trabajo Fin de Grado (TFG) presenta un programa de intervención docente para promocionar la actividad física a través de los deportes alternativos, en este caso, a través del Artzikirol en la asignatura de Educación Física.

En la fundamentación teórica se realiza un análisis sobre diferentes aspectos como la actividad física, el sedentarismo, los deportes alternativos, en especial el Artzikirol, y por último, la participación de las familias, analizando la importancia que tiene su presencia en los centros educativos. Con ello se justifica la realización de este trabajo donde el principal objetivo es la promoción de la actividad física evitando el sedentarismo en la vida de los alumnos ya que, Sánchez et al. (2023), nos señalan que: “En la actualidad, es relevante la importancia del ejercicio físico diario para todas las personas y, en especial, para los educandos, ya que repercute en su bienestar” (p. 911).

Tras la fundamentación teórica se presenta una propuesta de intervención que se encuentra diseñada para llevarla a cabo en una clase de 5º de Educación Primaria sobre el Artzikirol.

Y para finalizar y completar este trabajo se realiza un análisis de los resultados obtenidos y las conclusiones.

Palabras clave: Artzikirol; deporte alternativo; sedentarismo; familias; actividad comunitaria; actividad física.

ÍNDICE

1. Introducción	4
2. Objetivos	5
3. Justificación.....	6
3.1. Justificación en relación con los objetivos propios del título del grado en Educación Primaria.	6
3.2. Justificación personal	8
3.3. Justificación teórica	8
4. Fundamentación teórica	11
4.1. La actividad física.....	11
4.2. Sedentarismo	13
4.3. Deportes alternativos	14
4.3.1. Artzikinol.....	15
4.4. Participación de las familias	17
5. Diseño de la propuesta	19
5.1. Justificación de la propuesta.....	19
5.2. Contextualización de la propuesta.....	20
5.2.1. Contexto del entorno	20
5.2.2. Contexto del centro.....	20
5.2.3. Contexto familiar.....	21
5.2.4. Contexto de los alumnos	21
5.3. Legislación educativa	22
5.4. Saberes básicos de la propuesta.....	22
5.5. Objetivos de la propuesta	24
5.6. Competencias de la propuesta	25
5.7. Criterios de evaluación de la propuesta.....	26
5.8. Metodología de la propuesta	29

5.9. Temporalización y organización del grupo	30
5.10. Sesiones	31
5.11. Atención a la diversidad	45
5.12. Evaluación	46
6. Análisis de los resultados	47
7. Conclusiones	49
8. Referencias bibliográficas	51
10. Anexos	55
10.1. Anexo 1	55
10.2. Anexo 2	57

1. Introducción

Con el presente Trabajo Final de Grado se pretende acercar la actividad física a los alumnos desde los deportes alternativos, en este caso el Artzikirol. De esta forma, se busca la motivación hacia la actividad física de los alumnos a través de deportes novedosos para ellos, como el que hemos mencionado el cual se va a poner en práctica.

La propuesta que se plantea para promover la actividad física, y que puedan hacerlo también en familia y con amigos fuera del centro, es llevar a cabo una propuesta de intervención sobre un deporte alternativo, en este caso el Artzikirol.

Siguiendo a Feu (2008) cuando se les plantea situaciones o actividades a los alumnos que no han practicado nunca, cambiando y añadiendo nuevas reglas, además de plantearles situaciones psicomotrices variadas, se consigue minimizar aquellas desigualdades motrices que existan entre los alumnos.

Como nos indican Mir et al. (2009), es difícil educar y enseñar a nuestros alumnos sin el consentimiento y colaboración de los padres y madres. Con esta forma de trabajo cooperativo entre la escuela y las familias, lo que se busca es mejorar la atención de los alumnos para que estos tengan unas condiciones favorables en su aprendizaje.

Por ello, si se cuenta con el apoyo de las familias se conseguirá un mejor resultado en nuestra práctica como docentes y conseguiremos mejores resultados como nos indica Mir et al. (2009).

También se explicará como realizar una propuesta de intervención de este deporte alternativo y poder llevarlo a la práctica en un aula de Educación Primaria, perteneciente al tercer ciclo, concretamente en 5º de Primaria, teniendo el apoyo de las familias en los talleres de deportes en familia que se realiza en el centro una hora a la semana en horario de tarde.

Para concluir, esta propuesta está constituida por distintos puntos, en los que se indican los objetivos por los que se realiza, a continuación aparece la justificación a nivel personal y en relación con los contenidos trabajados en el Grado de Educación Primaria. Después se desarrolla la fundamentación teórica del trabajo que trata sobre la importancia de la actividad física, el sedentarismo, los deportes alternativos en concreto el Artzikirol y por último, la importancia de la participación de las familias con el centro.

2. Objetivos

El objetivo general de este proyecto es diseñar una propuesta de intervención que promueva la actividad física en los alumnos tanto en el centro como fuera de el, con las familias a través del Artzikirol.

Y con relación al objetivo general planteado anteriormente se consideran los siguientes objetivos específicos dirigidos para niños de educación primaria:

- Acercar a la actividad física a los alumnos a través de un deporte alternativo.
- Reducir el sedentarismo.
- Crear iniciativas para realizar actividad física fuera de las horas lectivas.
- Introducir a las familias en la promoción de la actividad física.
- Aprender a practicar el deporte alternativo Artzikirol.

3. Justificación

El TFG que se presenta a continuación es una propuesta de intervención educativa que pertenece al Grado de Educación Primaria correspondiente a la mención de Educación Física, realizado en un centro educativo público de la ciudad de Segovia.

Este apartado está constituido por una justificación relacionada con los objetivos propios del título, otra personal y una última teórica relacionada con el Artzikirol.

3.1. Justificación en relación con los objetivos propios del título del grado en Educación Primaria.

En el Artículo 16 de la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo, de Educación para impartir la etapa educativa de Educación Primaria, se hace referencia al objetivo fundamental del título que es formar a profesionales con la capacidad para la atención educativa al alumnado de Educación Primaria y para la elaboración y seguimiento de la propuesta pedagógica. Además de especificar los 13 objetivos que los estudiantes tienen que haber adquirido al terminar dicho Grado en Educación Primaria. Estos objetivos se obtienen de esta Ley Orgánica debido a que es la que se hace referencia en la Guía General del Trabajo Fin de Grado. Algunos de ellos aparecen a continuación.

El primer objetivo relacionado con este Trabajo Fin de Grado trata de los conocimientos que se debe de tener a la hora de plantear y preparar una propuesta de intervención, así como los aspectos que debe de tener, aspectos que con la realización de este trabajo se obtienen.

- “Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos”.

Otro objetivo que aparece y que este Trabajo Fin de Grado la cumple es la que habla sobre las adaptaciones curriculares que se deben de realizar a aquellos alumnos que cuentan con necesidades educativas específicas, como es en este caso debido a que contamos en el aula con un niño con distrofia muscular y en la propuesta de intervención se realizan adaptaciones curriculares.

- “Diseñar, planificar, adaptar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje para el alumnado con necesidades educativas específicas, en colaboración con otros docentes y profesionales del centro”.

El objetivo que se presenta a continuación se lleva a cabo con la puesta en práctica de la propuesta de intervención que forma parte de este trabajo, la cual se pone en práctica en el curso de 5º de primaria en un centro en el cual se cuenta con un niño con discapacidad motora. Por ello es necesario realizar adaptaciones, además de evaluar, diseñar y planificar.

- “Diseñar, planificar, adaptar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje para el alumnado con necesidades educativas específicas, en colaboración con otros docentes y profesionales del centro”.

El siguiente objetivo tiene que ver con la diversidad en todos los niveles, ya sea de género, cultura... el cual se encuentra presente debido a que los alumnos con los que se realiza dicha intervención son de diferente sexo, cultura, religión...

- “Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana”.

Durante la puesta en práctica de la propuesta de intervención que ofrece este trabajo, se fomentará el respeto hacia los compañeros además de resolver los problemas que surgan durante la intervención, tanto dentro como fuera del aula. También se valora el trabajo y el esfuerzo de los alumnos durante las sesiones. Por ello, este trabajo cumple con el siguiente objetivo:

- “Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes”.

Este se encuentra relacionado con la innovación educativa, la promoción del trabajo cooperativo además del autónomo, ya que la propuesta trata de un deporte alternativo en el cual prima el trabajo en equipo pero también se conseguirán aprendizajes individuales en cada alumno.

- “Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes”.

Para cumplir el siguiente objetivo, en la propuesta de intervención que se presenta en este trabajo, en dos sesiones se utilizarán tecnologías para reproducir un vídeo y realizar un cuestionario sobre lo aprendido.

- “Conocer y aplicar en las aulas las tecnologías de la información y de la comunicación. Discernir selectivamente la información audiovisual que contribuya a los aprendizajes, a la formación cívica y a la riqueza cultural”.

3.2. Justificación personal

La razón que ha llevado a elegir este tema es que desde el colegio se propone enseñar el mayor número de actividad deportiva para que todo el alumnado tenga la posibilidad de encontrar sus gustos y algo en lo que ellos vean que puedan destacar.

En el caso de los deportes alternativos, se potencia poner en práctica algunos deportes nuevos o menos comunes y conocidos y los alumnos vean que existen otros deportes a parte de los tradicionales. Aunque si nos fijamos bien, los deportes alternativos, muchos de ellos mezclan detalles de distintos deportes y también nos brindan la oportunidad de trabajar esos deportes indirectamente.

Con los deportes alternativos se pueden trabajar contenidos que generen variabilidad motriz, nuevas experiencias, interacciones diferentes entre los compañeros, nuevos proyectos que ayuden a luchar contra la inactividad... de una forma diferente y que puede llegar a ser atractiva para los alumnos. Pero no se quiere decir que se debe dejar de lado el resto de deportes tradicionales.

3.3. Justificación teórica

Trabajar los deportes alternativos en el aula es importante debido a que según se expone en Zagalaz (1998) como docentes debemos de tener en cuenta la cantidad de situaciones diferentes que se pueden generar en el día a día en la acción educativa, por ello con los deportes alternativos se consigue globalizar las capacidades motrices favoreciendo el afianzamiento de las estructuras organizativas.

Además, la participación de las familias en la escuela puede proporcionar aspectos positivos en la educación de los alumnos. Núñez y Guzman (2016) afirman que la participación de las familias en los centros educativos tiene un efecto positivo en el rendimiento educativo y la inserción social de los alumnos.

La educación es una responsabilidad de todos, por ello Núñez y Guzman (2016) añaden: “el adecuado desarrollo y progreso escolar va a depender, entre otros factores, del tipo de relaciones y participación que se establezcan entre la institución familiar y la institución escolar” (p. 2).

Como Bonetto y Calderón (2014) nos indican, cuando las actividades o la forma de implantar los contenidos en el aula motivan a los alumnos estos muestran más interés en la asignatura o tarea, prestan más atención a las indicaciones que da el docente. Al trabajar en algo que les gusta o motiva realizan las actividades con mayor seguridad, esmero y por ello las sensaciones que tienen tanto los alumnos como el docente son mejores. A diferencia de aquellos alumnos que no muestran interés o se encuentran desmotivados.

Por ello la motivación educacional, según Bonetto y Calderón (2014) es uno de los aspectos por el que los docentes se preocupan a la hora de preparar sus sesiones, independientemente de la asignatura.

La participación de las familias, según recogen Meza y Trimiño (2020), incrementa esa motivación además de asegurar una atención de calidad a los alumnos debido que los padres y madres cuentan como un apoyo en el aula para el docente aumentando así los recursos humanos en los centros escolares.

De acuerdo con Abarca et al. (2015) la asignatura de Educación Física (EF) es el mejor medio para fomentar y promover la actividad física; “la EF posee un gran potencial para la promoción de la AF de forma directa e indirecta” (p. 156).

La decisión de realizar esta promoción de actividad física a través de un deporte alternativo es debido a los beneficios y aprendizajes que estos ofrecen en el aula.

Así, Fierro et al. (2016) recogen la siguiente definición en su artículo sobre los deportes alternativos:

“Actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales y/o en cooperación con otro/s, de manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo” (p.41).

En el mismo sentido, Requena (2008) expone que los deportes alternativos tienen características de los cooperativos, además de presentar competición aunque este no sea el objetivo.

Por ello, además de promocionar la actividad física y conocer otros deportes, también se introduce el aprendizaje de valores, trabajo cooperativo, entre otros, gracias a los deportes alternativos, como es en este caso el Artzikirol.

Conforme Suero et al. (2016) aseguran que los deportes alternativos se encuentran en concordancia con el currículo, pero además de ello, una de las características que tiene es que fomenta el compañerismo, el respeto, la igualdad, la cooperación... entre muchos otros.

4. Fundamentación teórica

La escuela es la que debe de crear hábitos saludables y promover la actividad física al igual de enseñar y formar a los niños para la vida fuera del centro escolar (Torres et al. (2019). Sin embargo, con solo realizarlo en las clases de Educación Física no es suficiente debido a que la OMS (2020) recomienda que los niños realicen una media de 60 minutos de actividad física al día.

Los elementos principales que se van a tratar en el marco teórico son; actividad física, sedentarismo, deportes alternativos y participación de las familias.

4.1. La actividad física

Cuando se habla de actividad física, según Devís et al. (1993), se hace referencia a cualquier movimiento corporal que se realice a través de los músculos esqueléticos y que, por ello, nos genera un gasto de energía. Así pues se quiere ofrecer y facilitar las herramientas y presentar distintas opciones como puede ser este deporte.

En la escuela se debe de fomentar esa práctica de actividad física conforme indica la OMS (2010) y proporcionar las herramientas suficientes para que ellos puedan realizarla no solo en la escuela, sino también fuera de ella y, además, conseguir que tanto niños como niñas esten interesados en la práctica de algún deporte o actividad física.

De acuerdo con Uguet (2014) la actividad física proporciona grandes beneficios a los niños, desde mejorar sus habilidades de socialización con otros niños y su entorno, hasta garantizar un correcto desarrollo, transmitir valores positivos, aceptarse y ser conscientes de nuestras habilidades y gustos, entre otros. Por todo ello, el lugar indicado e ideal es la escuela.

Otro de los trabajos que tiene la escuela es conseguir que tanto niños como niñas practiquen deporte o actividad física y eliminar esas diferencias que existen entre ambos sexos a la hora de practicarlo. Además de los tipos de actividades físicas que realizan cada uno, dando a entender así que ambos pueden llegar a practicar deporte o actividad física juntos. En este sentido, Villarino (2017) establece que:

“Dado que los niños y jóvenes van a la escuela y pasan allí un tiempo considerable, varios investigadores y algunas organizaciones han aceptado el papel fundamental que la Educación Física (EF) puede asumir en la promoción de estilos de vida activos y saludables” (p. 312).

Conforme con Blández et al. (2007) nos confirman que los niños y niñas tienen diferentes gustos, pero el interés en la práctica es el mismo:

“La diferencia de intereses entre chicos y chicas está marcada por el tipo de actividad física, siendo la disciplina en concreto de la que se trate un elemento determinante para la vinculación de unos y otras con el ejercicio físico” (p. 5).

También se debe evitar y eliminar el pensamiento de que los chicos son más competentes o mejores en la práctica deportiva que las chicas. Según demuestran Blández et al. (2007) en su estudio, las chicas son más hábiles en ciertas actividades deportivas que los chicos y viceversa. Pero esto no quiere decir que no pueda haber excepciones y ambos sexos puedan llegar a competir o practicar el mismo deporte a niveles similares en la escuela.

Se debe tener en mente que la actividad física provoca beneficios en todos los aspectos para las personas y que todos debemos de colaborar e inculcar sus beneficios desde diferentes dinámicas o formas a los alumnos. Urget (2014) como maestra ve que todas las acciones y aspectos positivos que tiene la promoción de la actividad física debe de ser llevada a cabo en la escuela para repercutir positivamente en la salud y el bienestar físico y mental de los alumnos.

Hay que ser conscientes que muchos de nuestros alumnos la única actividad física que tienen durante su día a día es la que pueden llegar a realizar en el centro escolar, con lo cual debemos de aprovechar esos momentos para que realicen actividad física además de buscar una motivación y gustos que les puedan llevar a hacer actividad física fuera del centro. Esto nos lo confirman Loaisa et al. (2023) en su estudio sobre la actividad física de los niños tras superar la pandemia de 2020.

Así, siguiendo a Molina (2018), la actividad física ayuda a mantener la concentración al realizar diferentes tareas. Además, permite al niño mantenerse más activo y motivado. En este sentido, si implicamos actividades en nuestro aula que requieran de movimiento y actividad ayudamos a que los alumnos se relacionen, estén motivados en la actividad, concentrados durante un mayor tiempo y al profesor le causará satisfacción por el hecho de que todos los alumnos estén participando y llevando a cabo lo planeado. El mismo, Molina (2018), establece que:

“Las relaciones sociales, precisamente, se encuentran entre los principales factores de la calidad de vida, juntamente con la participación y las condiciones

de salud, entre otras. Es evidente, en este sentido, que la práctica deportiva, y la actividad física en general, juegan un papel relevante en la calidad de vida de los ciudadanos” (p. 72).

Además de tener grandes beneficios, Márquez et al. (2006) indica que existen relaciones entre la actividad física y su influencia en los niveles de masa ósea y muscular, en la prevención del cáncer, la obesidad, salud cardiovascular entre muchos otros. Pero también tiene relación la actividad física con el estado de salud mental de las personas.

De esta forma, Márquez et al. (2006) lo confirma explicando que:

“Se afirmaba ya que existen pruebas suficientes de la eficacia del ejercicio en el tratamiento clínico de la depresión y que, además, tiene un moderado efecto reductor de los estados de ansiedad y en algunos casos puede mejorar la autoestima” (p. 21).

4.2. Sedentarismo

La inactividad física cada vez se extiende más y esto repercute en la salud, pudiendo aumentar el riesgo de enfermedades según nos indica la OMS (2010). En este sentido, como nos indica Lorente (2013) desde la escuela se prepara al alumno para la vida exterior, se les inculca una educación en hábitos saludables y actividad física y así, de esta forma se puede llegar a evitar que los niños sufran en algún futuro cualquier tipo de enfermedad.

Se debe tener en cuenta de que los alumnos pasan muchas horas sentados en una silla sin poder levantarse, y eso para cualquier niño es muy complicado, debido a que ellos están en continuo movimiento y cada poco tiempo necesitan levantarse y moverse. En esta línea, Martínez et al. (2008) afirman lo siguiente:

“Debido a que la escuela es el lugar donde los niños pasan la mayor parte del tiempo y donde pueden recibir orientación de estilos de vida saludables por personal capacitado, se considera el lugar más adecuado para promover la AF y prevenir la obesidad infantil” (p. 266).

Según Martínez (2009), la escuela no hace todo lo posible por evitar ese incremento de niños con sobrepeso, ya que da prioridad a otros saberes y las horas que pasan en la escuela la mayoría es sentados en una silla. Por ello, tanto desde la asignatura de

Educación Física como desde el resto de asignaturas es necesario buscar metodologías y soluciones a este problema.

En este sentido, Val (2017) expone que es importante reconocer que los niños y niñas de etapa inicial disfrutan de toda actividad física, pues el movimiento es la primera de las artes que ellos manifiestan. Además, el mismo autor indica que el movimiento les permite mantener el control de la inteligencia, situándose en la corteza motora de todo el cerebro; base para el desarrollo físico, intelectual y emocional.

Méndez-Gimenez (2020) en su artículo nos confirma como son la mayoría de las clases teóricas en los centros: “la mayoría de las clases en los centros escolares se caracteriza por ser esencialmente sedentarias, lo que conlleva que los niños adopten la posición sedente, por obligación, en torno a 7-8 horas diarias” (p. 63).

Y Val (2017) indica que “la motricidad es un aspecto clave en el desarrollo de un niño, y escaso o deficiente progreso de esta puede influir en su rendimiento académico” (p. 3). Y es por eso por lo que se debe de aprovechar esa actividad de los alumnos y su afán por explorar y observar, evitando de vez en cuando esas clases teóricas donde los niños están quietos y escuchando.

4.3. Deportes alternativos

Conforme indica Noy (2013), los deportes alternativos surgen en España debido a que los docentes de la asignatura de Educación Física tenían la necesidad de renovar los programas académicos en los años noventa.

El por qué de elegir un deporte alternativo para promover la actividad física entre los alumnos es para tener una forma de poder llamar la atención de todos los alumnos y motivarles debido a ser algo innovador, además de que todos parten desde una misma base y conocimientos de este deporte y se consigue que ninguno se desmotive porque él piense que se le de mal. Estas características son las que Suero et al. (2016) nos proporcionan sobre los deportes alternativos.

Uno de los objetivos que se tiene con la aplicación de los deportes alternativos según Suero et al. (2016) es que todos partan del mismo nivel de conocimiento sobre el deporte que se va a practicar.

Pero además, Noy (2013) señala sobre la práctica de los deportes alternativos que pueden ser practicados a cualquier edad, dando lugar a que se puedan practicar en

familia, fortaleciendo así el vínculo entre adultos, jóvenes y niños; además de promover actividades recreativas al aire libre, sin necesidad de un espacio o infraestructura en concreto.

En relación a lo que es el deporte alternativo, Suero et al. (2016) nos ofrecen varias definiciones de distintos autores, una de ellas es la de Hernández (2007):

“Aquel conjunto de deportes que, en contraposición con los modelos convencionales comúnmente aceptados, pretenden lograr un mayor carácter participativo y/o un explícito desarrollo de valores sociales, a través de modificaciones reglamentarias y/o la utilización de material novedoso”. (p. 41).

De esta forma, Menescardi et al. (2022) afirman que la práctica de deportes alternativos en el aula aumenta significativamente la motivación del alumnado hacia la práctica deportiva.

Además, Molina (2008) indica que los deportes alternativos suelen también compartir algunas características con los deportes cooperativos, a la vez que pueden ser competición, solo que el objetivo no es llegar a ello debido que prima más compartir que competir.

Y, Molina (2008), comenta que en el currículo de Educación Física está siendo novedosa la introducción de este tipo de deportes, debido a las ventajas que presentan respecto a los contenidos que ofrecen cada uno de ellos, siendo bastante completos y combinando diferentes habilidades y deportes tradicionales.

4.3.1. Artzikirol.

Este deporte alternativo fue inventado por Ramón Rey en Artziniega (Álava). Está basado en la mezcla de otros deportes que son el fútbol sala, el balonmano y el rugby.

Las características de este deporte son las siguientes y se encuentran extraídas de su libro, “*Artzikirol: una nueva propuesta lúdica*”.

Los equipos que componen el deporte pueden ser mixtos, y de chicos o de chicas exclusivamente. Un deporte que encaja bastante en las clases de Educación Física o en las actividades extraescolares.

El espacio de juego se puede adaptar a cualquier terreno o lugar. Pero en normas generales y según nos indica su inventor se juega en una cancha de balonmano o fútbol sala, donde las medidas son 36x18m hasta 40x20m.

Las características que debe de tener el espacio de juego son; el campo tiene que tener una línea central la cual divide a este por la mitad, una portería de 3x2m, un punto de penalti a 7m de la portería y, por último, un área de 6m.

Como ya hemos dicho antes las medidas y el lugar de juego puede ser adaptable a las necesidades y el lugar donde se practique. Esto facilita que se pueda practicar en cualquier lugar sin tener que depender de unas instalaciones.

El balón que se utiliza para poder jugar puede ser uno blando de espuma o uno de voleibol que pertenezca a categoría infantil.

4.3.1.1. Modo de juego.

Según aparece en su libro, Arbe et al. (2012) nos indican las siguientes normas del deporte.

El objetivo del deporte es marcar gol tanto con el pie como con la mano en la portería contraria y por ello, los jugadores pueden llevar el balón tanto con el pie como con la mano sin botar.

Si un jugador tiene el balón en la mano, un rival le puede tocar, a lo que se le llama *tocado*, provocando falta y dando la posesión del balón al equipo contrario.

En el caso de que el jugador que lleva la posesión del balón con la mano, este para evitar perder la posesión antes de ser tocado, puede tirarlo al suelo y conducirlo con el pie.

Para marcar gol se puede hacer bien lanzando con la mano, que eso supondrá sumar 2 puntos para el equipo que ha lanzado, o con el pie, consiguiendo así 1 punto.

El balón no puede ser retenido entre los pies del jugador. En caso de que este esté en el aire podrá ser controlado tanto con la mano como con el pie. Pero una vez que el balón ya esté en el suelo no puede cogerse con la mano otra vez.

En el caso del portero, si se encuentra en su área podrá llevar el balón a las manos si cae al suelo.

Para realizar los saques de banda, córners o faltas, los jugadores dispondrán de seis segundos y se sacará con las manos. El jugador contrario podrá estar encima del jugador que saca, siempre y cuando no toque la línea.

El portero no tiene un lugar concreto de juego, puede convertirse en un jugador de campo en cualquier momento. Sin embargo, si es tocado en cualquier lugar del campo de juego con el balón, el árbitro señalará penalti.

4.4. Participación de las familias

El trabajo de los docentes no es suficiente si las familias no colaboran y respaldan esos aprendizajes que los niños obtienen en la escuela. Es muy importante la participación y la unión de las familias con los docentes y el centro. Además, Silveira (2016) indica que una de las principales razones de abrir la escuela a los padres y que estos puedan participar en las actividades que se lleven a cabo es para evitar el gran fracaso escolar que en su momento existía en la educación. Algo que nos indica que la integración de las familias en los centros escolares ayuda a mejorar la educación y los resultados de los alumnos.

Por ello, con este trabajo se quiere introducir a las familias en el proceso de aprendizaje y motivación a los niños a realizar actividad física. Se aprovechará el programa que tiene el centro, en el que me encuentro realizando el Practicum II, que recibe el nombre de “Deporte en familia”, enseñando así a los padres también el Artzikirol, pudiendo estos practicarlo con sus hijos y garantizando un tiempo en familia.

Al igual que dice Freire (2022), dos pilares fundamentales para la formación de los alumnos son la escuela y la familia, y es por ello que se quiere que en esta propuesta de intervención los padres se encuentren implicados también.

Con la participación de las familias se consigue que aprendan el Artzikirol y los alumnos tengan la oportunidad de poder practicarlo fuera del horario escolar no solo con sus compañeros o amigos, sino también con sus familias. Aspecto que puede ayudar a la mejora en la práctica de este mismo, ya que según nos indica Silveira (2016):

“Según resultados obtenidos por distintas investigaciones, el rendimiento y los resultados escolares mejoran cuando los profesores, direcciones y el centro escolar en su conjunto fomentan la participación y tienen en cuenta la colaboración de los padres en el aprendizaje y formación de los alumnos” (p. 19).

La participación de las familias en la escuela no es una recomendación o elección del centro, las familias tienen derecho a participar en las escuelas, tanto en las actividades como en decisión, propuestas, entre otros. Por ello, los centros deben de tenerlo presente

y no cerrar las puertas a su participación y presencia, debido a que además de que tienen derecho, como ya hemos comentado antes, es algo que beneficia a la comunidad educativa.

5. Diseño de la propuesta

Tras llevar a cabo una revisión bibliográfica sobre aspectos relacionados con la actividad física, el sedentarismo y la importancia de las familias, además de investigar sobre el Artzikirol, se va a exponer la propuesta de intervención en relación con este tipo de deporte alternativo llevado a cabo en un centro escolar con dos clases de 5º de Primaria.

El eje conductor de esta propuesta de intervención es la iniciación al Artzikirol, fomentando el trabajo de la actividad física a través del deporte alternativo y trabajando con las familias.

5.1. Justificación de la propuesta

Observando al grupo se aprecia que los alumnos se encontraban bastante motivados y con una participación por parte de todos durante la práctica de deportes alternativos, por ello se pensó que el Artzikirol podía ser un deporte alternativo perfecto para ponerlo en práctica en el aula con ellos.

Además de observar que muchos de los alumnos no practican ningún deporte fuera del horario escolar o realizan actividad física, debido a diferentes razones, ya sea porque las familias no sean deportivamente activas, porque no tengan tiempo para llevarles a este tipo de actividades o porque los niños no encuentren la motivación o la actividad que les guste, por ello se quiere involucrar a las familias en este proceso.

El Artzikirol es un deporte cooperativo el cual requiere de una máxima participación por parte de todos los alumnos, mezclando deportes tradicionales que muchos de los alumnos practican fuera de las horas escolares, como puede ser el fútbol, el baloncesto, entre otros.

Puede servir de motivación para ellos y una buena herramienta en el aula poner en práctica este deporte alternativo debido a que todos ven que tienen importancia y que pueden llegar a practicarlo al mismo nivel que el resto de sus compañeros ya que es sencillo, tiene diferentes modos de juego y los deportes que lo componen como ya se ha dicho antes son tradicionales y comunes.

Al ser un deporte donde deben de cooperar sus participantes para poder ir consiguiendo puntos, quiere decir que estamos hablando de un deporte colectivo y que además es de invasión en un espacio concreto que en este caso es el campo de fútbol sala o

balonmano. Aunque dependiendo del número de participantes este se puede ajustar a las necesidades.

Al no tener unas reglas de espacio fijas y estas se pueden modificar en relación a las necesidades, facilita que se pueda practicar fuera del centro y que lo practiquen con las familias o amigos. Los materiales no son numerosos y pueden crearse con facilidad debido a que se necesita un balón, una zona de juego delimitada y unas porterías, las cuales se pueden delimitar con cualquier objeto que se tenga cerca sin necesidad de tenerlas físicamente.

Por todo ello, puede ser una gran propuesta en los centros, buscando la promoción de la actividad física con este deporte alternativo.

5.2. Contextualización de la propuesta

Se ha diseñado esta propuesta para llevarla a cabo en el tercer trimestre del curso, debido a que los alumnos tendrán adquiridos los aprendizajes motrices necesarios en unidades anteriores, como pueden ser el golpeo, lanzamientos, pases, entre otros. A continuación se describirá el centro en el que se ha llevado a cabo, el entorno del centro, las familias de los alumnos y los alumnos a los que va dirigida esta propuesta.

5.2.1. Contexto del entorno

El centro en el cual se ha llevado a cabo esta propuesta se encuentra en el municipio de San Cristóbal de Segovia, a 10 minutos de la capital en coche. Este se encuentra situado a nivel geográfico al sureste de la provincia de Segovia, teniendo a su alrededor otros municipios que forman la mancomunidad de La Atalaya, que son, Trescasas, Torrecaballeros, Palazuelos de Eresma, La Lastrilla.

Es un municipio no muy grande, se encuentra rodeado de campo y naturaleza, con gran cantidad y variedad de servicios para sus habitantes, con pista polideportiva, pistas de pádel, pabellón municipal, piscina municipal, gran cantidad de parques repartidos por la zona, lugares de ocio, edificios culturales, entre otros.

5.2.2. Contexto del centro

El centro se encuentra situado en el núcleo del municipio aproximadamente, estando cerca de otros edificios municipales como el Ayuntamiento, el Centro de Usos Múltiples y la zona deportiva donde se encuentran el Polideportivo, las pistas polideportivas y las pistas de pádel. Con lo cual esto da lugar a que tenga buena comunicación entre otros

edificios y se puedan disfrutar de sus instalaciones para cuando sea necesario, gracias a la cercanía y disponibilidad.

Otro punto a tener en cuenta es que además de que el centro está cerca de estas instalaciones, se encuentra contiguo a una zona de campo donde se pueden realizar múltiples actividades.

El centro cuenta además dentro de su recinto con tres edificios con aulas y espacios y un gimnasio, además de numerosos espacios al aire libre donde en cada uno de ellos los diferentes niveles a los que este atiende salen al recreo o realizan actividades.

El gimnasio es un espacio que tiene dos vestuarios, uno masculino y otro femenino, dos baños, un almacén para guardar el material y una zona amplia con espalderas, colchonetas y bancos para realizar actividades con un suelo de goma.

El centro cuenta con escaleras y rampas para el acceso a las instalaciones y en cada uno de los edificios que tienen dos plantas tienen un ascensor.

Las etapas que atiende este centro educativo son la etapa de Educación Infantil y Educación Primaria, en cada nivel de cada etapa cuentan con 2 líneas.

5.2.3. Contexto familiar

Las familias de los alumnos en general tienen un nivel socioeconómico medio. La gran mayoría se conocen entre ellas debido a que el municipio es pequeño, existe gran variedad en el tipo de culturas y etnias a las que pertenecen cada una; marroquíes, búlgaras, polacas, asiáticas, americanas y de origen gitano. Pero en su mayoría la población es segoviana.

5.2.4. Contexto de los alumnos

La propuesta de intervención que se presenta a continuación se ha diseñado para llevarla a cabo con un grupo de 5º de primaria. Las dos clases que pertenecen a este curso están formadas entre 16 y 18 alumnos en cada una de ellas.

El ritmo de aprendizaje de los alumnos en general es bastante similar y no presentan dificultades, con excepción de un alumno que cuenta con una discapacidad motora y necesita ir en una silla de ruedas motorizada y un niño que tiene TDAH.

5.3. Legislación educativa

La propuesta que se presenta se encuentra basada en las siguientes legislaciones:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado, 340, de 30 de diciembre de 2020.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. Boletín Oficial del Estado, 52, de 2 de marzo de 2022.
- Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

5.4. Saberes básicos de la propuesta

Los contenidos que se trabajarán con la implantación de esta propuesta de intervención en el aula son los que se encuentran establecidos en el decreto 38/2022, de 29 de septiembre por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León. Los contenidos que se encuentran en los diferentes bloques del currículo y que se van a trabajar en dicha propuesta son los siguientes:

A. Vida activa y saludable

- Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. Mejora de la condición física orientada a la salud.
- Salud mental: Consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.
- Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

B. Organización y gestión de la actividad física

- Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos y agonísticos.
- Actitudes consumistas en torno al equipamiento. Análisis crítico de la adquisición de material para la práctica físico-deportiva.
- Valoración del esfuerzo personal en la actividad física y confianza en sus propias posibilidades.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- Toma de decisiones: Selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Selección de respuestas en función de una adecuada percepción selectiva: anticipación de las consecuencias sensoriales del movimiento. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones. Anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuestas, que impliquen al menos tres jugadores, con actitud cooperativa y mentalidad de trabajo en equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal (Conciencia y control del cuerpo. Interiorización y organización funcional del propio cuerpo: anticipación efectora.); Equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio); temporal (simultaneidad y sucesión de acciones; organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a los nuevos aprendizajes motrices) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles; direccionalidad del espacio; dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos).

- Acciones motrices: Actividades de cooperación-oposición (juegos tradicionales, juegos en grupo, juegos alternativos, juegos y deportes modificados, los juegos de cancha dividida y los juegos de invasión).

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.
- Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.
- Concepto de fairplay o “juego limpio”.
- Identificación, abordaje y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia tanto en situaciones motrices surgidas en clase como en espectáculos deportivos y adopción de actitudes adecuadas para evitar comportamientos discriminatorios (discriminación por cuestiones de género, capacidad, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista; abuso sexual o cualquier forma de violencia).
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que intervienen en el juego.

5.5. Objetivos de la propuesta

Como objetivo general de la propuesta que se trabaja es la promoción de la actividad física fuera del centro escolar a través de los deportes alternativos, en este caso el Artzikirol, y en colaboración con las familias.

Los objetivos específicos que se trabajan con el desarrollo de esta propuesta de intervención en el aula son los siguientes:

- 1- Conocer el deporte alternativo Artzikirol.
- 2- Practicar el deporte del Artzikirol a través de juegos y actividades de forma progresiva.
- 3- Conocer las normas y reglas básicas del Artzikirol.
- 4- Saber tomar decisiones correctas a nivel de juego y de técnica y táctica en relación a las diferentes situaciones de juego que se presenten.

5- Respetar a los compañeros y las posibles limitaciones que tenga cada uno, incluido las propias.

6- Aceptar las normas y respetarlas, así como el material y a los compañeros.

5.6. Competencias de la propuesta

Las competencias clave que se trabajan en esta propuesta se han obtenido del decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León. Son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Y a continuación se presentan las competencias específicas que se ven integradas en la propuesta que se presenta a continuación que también obtenidas del decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3.

2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, CPSAA4, CPSAA5.

3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y

actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.

A continuación se muestra una tabla donde se relacionan los objetivos con las competencias clave y las competencias específicas integradas en esta propuesta de intervención.

Tabla 1

Relación entre objetivos, competencias clave y competencias específicas de la propuesta de intervención.

OBJETIVOS	COMPETENCIAS				
	CLAVE		ESPECÍFICAS		
	CCL	CPSAA	CE1	CE2	CE3
Objetivo 1	X		X		
Objetivo 2	X	X	X	X	X
Objetivo 3	X	X		X	X
Objetivo 4	X	X		X	X
Objetivo 5	X	X	X		X
Objetivo 6		X	X		X

Nota. Esta tabla es de elaboración propia a partir del decreto 38/22.

5.7. Criterios de evaluación de la propuesta

Los criterios de evaluación que se presentan a continuación del tercer ciclo, se han obtenido del Decreto 38/22, de 29 de septiembre por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León; y se

encuentran relacionados con cada una de las competencias específicas que se trabajan en esta propuesta de intervención.

Tabla 2

Relación entre las competencias específicas y los criterios de evaluación.

COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA 1: Estilo de vida activo y saludable.</p>	<p>1.1 Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria llevando a cabo conductas responsables sobre la salud y el bienestar referidas a la higiene, la alimentación y los hábitos posturales. (STEM2, STEM5, CPSAA2)</p> <p>1.3 Adoptar, con la ayuda docente, medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos. (STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5)</p> <p>1.4 Observar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte, que afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género y evitando activamente su reproducción. (CPSAA2, CPSAA5, CE3)</p> <p>1.5 Observar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte, que resultan perjudiciales para la salud, adoptando posturas de rechazo a las mismas y evitando activamente su reproducción. (STEM2, STEM5, CPSAA2)</p>
<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA 2: Esquema corporal, las capacidades físicas,</p>	<p>2.1 Elaborar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios si es preciso, durante el proceso, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al</p>

<p>perceptivo-motrices y coordinativas.</p>	<p>resultado obtenido. (STEM1, CPSAA3, CPSAA5, CE3)</p> <p>2.2 Resolver, analizar y valorar su actuación en situaciones lúdicas, juegos modificados, deportes alternativos y actividades deportivas, a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, CPSAA4, CE1)</p> <p>2.3 Mejorar en su control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. (STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE1)</p>
<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA 3:</p> <p>Procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz.</p>	<p>3.1 Iniciarse en actividades motrices, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándolas de forma asertiva. (CCL1, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5, CE1)</p> <p>3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, identificando las actuaciones de compañeros y rivales. (CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3)</p> <p>3.3 Relacionarse mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto a la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, así como una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad de género. (CCL1, CCL5, CPSAA5, CC2, CC3)</p>

Nota. Esta tabla es de elaboración propia a partir del decreto 38/22.

5.8. Metodología de la propuesta

La metodología que se va a utilizar para trabajar con los alumnos esta propuesta de intervención es semidirectiva, donde se les explicará cada actividad pero ellos deben de saber solucionar los problemas y crear tácticas para conseguir los objetivos en cada una de ellas.

Con ello, lo que se quiere es crear una actitud positiva en los alumnos hacia el trabajo obteniendo así en cada sesión una mejora de las habilidades y de la dinámica del juego, consiguiendo cada día mejores resultados y una evolución positiva y progresiva.

Las actividades que forman esta propuesta tienen un carácter lúdico donde mediante el juego se irán introduciendo reglas y normas propias del deporte, de esta forma los alumnos adquieren la dinámica de juego mejor y les ayuda a comprender y entender el por qué de realizar dichas actividades.

Es un punto a favor que las actividades planteadas tengan un carácter lúdico y esto hace que la motivación de los alumnos a participar y querer aprender sea mayor.

Es muy importante que todos los alumnos participen y trabajen de forma cooperativa debido a que es un deporte de equipo donde la colaboración de todos es importante para poder conseguir puntos, al igual que en las actividades.

Las actividades se pueden variar en función de las necesidades a nivel de espacio, número de alumnos y alguna necesidad de apoyo. Por ello todas cuentan con variables para fomentar la participación de todos y aprovechar al máximo los aprendizajes que esta pueda ofrecer. Además de introducir pequeñas variaciones a aquellos alumnos con necesidades para que ellos puedan participar sin problema.

Con esta propuesta lo que se quiere es que los alumnos desarrollen capacidades afectivas, físicas, sociales, entre otras.

Los estilos de enseñanza que se utilizan al poner en práctica esta propuesta de intervención son el tradicional, donde el profesor tiene el control sobre la toma de decisiones y que estas afectan al proceso de enseñanza aprendizaje, dentro de este estilo existen diferentes tipos; mando directo, modificación mando directo o asignación de tareas. El que nosotros vamos a utilizar es el de asignación de tareas, donde el docente es quien explica la tarea y después los alumnos comienzan a trabajar a su ritmo, dejando espacio para poder realizar retroalimentaciones por parte del docente.

Otro estilo de enseñanza que está presente en la puesta en práctica es el individualizador, este se caracteriza por atender las diferencias en relación a capacidades, ritmos de aprendizaje, intereses... Dentro de este tipo de enseñanza encontramos diferentes subtipos; programa individual, grupos reducidos, enseñanza modular y enseñanza programada. En nuestro caso el que utilizamos es la enseñanza programada debido a que dependiendo del ritmo de aprendizaje que tenga cada grupo-clase se realizarán pequeñas modificaciones a las actividades o se utilizarán diferentes variantes para facilitarles la práctica de la misma.

También se encuentra presente el estilo de enseñanza que propicia la socialización, donde el trabajo grupal cobra gran importancia en cada una de las sesiones.

Y por último, los estilos cognoscitivos van a estar bastante presentes en las sesiones donde el objetivo es estimular el aprendizaje activo y significativo de los alumnos a través de la indagación y la experimentación motriz, esto se traduce en la toma de decisiones por parte del alumnado para dar solución a diferentes situaciones motrices. Utilizaremos el descubrimiento guiado y la resolución de problemas, donde el diálogo entre alumnos y también con el profesor es protagonista, planteando preguntas a los alumnos para que estos puedan ver los diferentes problemas que se les puedan presentar y sean ellos los que den respuesta.

Además, durante las sesiones existen paradas de reflexión para facilitar el aprendizaje y que los alumnos entiendan porque se realizan ciertas actividades y la progresión de las mismas, hasta haber conseguido llegar al objetivo, que en este caso es conseguir jugar al Artzikirol con todas sus reglas y normas, sabiendo respetarlas y aplicarlas al juego.

5.9. Temporalización y organización del grupo

Se llevaría a cabo durante el tercer trimestre en la hora de Educación Física de cada grupo. Las sesiones que llevaremos a cabo son 9, con lo que abarcarán prácticamente un mes del trimestre.

Las sesiones con las familias se llevan a cabo una a la semana y estas tienen lugar los lunes por las tardes. En ellas se reforzarán las sesiones que se han realizado la semana anterior en el horario escolar.

Cada grupo tendrá dos sesiones a la semana que son las horas que tienen en su horario de Educación Física. Las sesiones son de 1 hora y se llevarán a cabo en el polideportivo del municipio donde se encuentra el centro.

Todas las sesiones tienen la misma estructura; fase de inicio, fase principal y fase final. En la fase de inicio el tiempo que se tiene se utilizará para el desplazamiento al polideportivo, cambio de zapatillas y realizar el juego de iniciación.

En la fase principal se realizarán las actividades principales de la sesión, y se finaliza con la fase final donde se llevará a cabo un partido introduciendo las normas que se van aprendiendo y se termina esta fase con el cambio de zapatillas y la vuelta al aula.

El trabajo de esta propuesta de intervención se realizará dividiendo al grupo-clase en dos subgrupos, los cuales van a ser formados, las dos primeras sesiones, por dos alumnos al azar, y a partir de la tercera sesión se elegirán dos capitanes que realizarán los equipos en privado de forma equilibrada y mixta. Estos se convertirán en definitivos.

5.10. Sesiones

El material necesario para llevar a cabo esta propuesta son dos balones de espuma, de esta forma evitaremos que en caso de golpe con la pelota este no sea muy dañino, que sea fácil de agarrar con las manos y que no tenga mucho peso; dos porterías y dos bancos o sillas o aros. Para la primera sesión necesitaremos un aula con pantalla donde poder enseñarles un video de presentación.

A continuación se encuentran las sesiones que se plantean, cada una de ellas con los saberes básicos, las competencias específicas, el perfil de salida, los objetivos, los materiales necesarios, las actividades que se realizarán en cada parte de la sesión, atención a la diversidad y los criterios de evaluación.

Tabla 3

Sesión 1. ¿Qué es el Artzikirol?

SESIÓN Nº 1		¿QUÉ ES EL ARTZIKIROL?
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Descubrir que es el Artzikirol. - Conocer que materiales se necesitan para practicar el deporte. - Conocer algunas de las normas básicas para poder comenzar a jugar. 		<ul style="list-style-type: none"> - Aula con pantalla. - Un balón. - Petos.
INICIO (20 minutos)		
<p>Visualización de un video sobre el Artzikirol, donde los alumnos vean como se juega y tener una primera idea de lo que es el deporte.</p> <p>El video será un apoyo para realizar preguntas a los niños y también explicar un poco el material que se necesita y de forma generalizada las normas y que deportes lo forman.</p>		
PRINCIPAL (20 minutos)		
<p>Tras realizar esa pequeña introducción a la propuesta de intervención, se realizará un traslado al patio y allí se llevará a cabo un primer juego que tenga aspectos del deporte.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“Patata caliente”</i>: dos equipos, el equipo que tiene balón tiene que depositarlo en la línea de fondo del equipo contrario mediante pases, mientras el otro 		

<p>defiende. No se puede dar más de tres pases cuando se tiene el balón.</p> <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Deben de dar 6 pases antes de hacer punto. -No vale devolver el balón a quien te ha dado el pase. -Que la toquen todos los del equipo antes de conseguir punto. <p>Las variantes se irán introduciendo progresivamente de una en una.</p>
<p>FINAL (20 minutos)</p>
<p>Se realiza una asamblea donde se da feedback a los alumnos y ellos puedan opinar y hablar sobre su experiencia.</p>
<p style="text-align: center;">ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p>
<p>La parte inicial se realizará en un aula donde no sea necesario subir escaleras y el acceso sea correcto para el.</p> <p>En el juego de la “<i>Patata caliente</i>” el alumno que va con silla eléctrica podrá moverse como quiera, sin ningún tipo de límite; al igual que la persona que va en silla de oficina en el equipo contrario.</p>
<p style="text-align: center;">CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>
<p>1.1, 1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.</p>

Nota. Elaboración propia.

Tabla 4*Sesión 2. Jugamos y aprendemos.*

SESIÓN N° 2		JUGAMOS Y APRENDEMOS
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer las reglas básicas del Artzikirol. - Pases. - Lanzamientos. 		<ul style="list-style-type: none"> - Un balón - Dos bancos
INICIO (20 minutos)		
<p>Para comenzar con un juego de calentamiento donde se comiencen trabajando los pases y lanzamientos se llevará a cabo la siguiente actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“Pilla-pilla con balón”</i>: dos alumnos empiezan picando, tienen un balón y deben de intentar pillar al resto lanzándoles el balón. Quien tiene el balón en la mano no se puede mover. Si pillan a un compañero este se une al grupo de alumnos que la pican. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pueden lanzar el balón para pillar. -Hacer más pequeño el campo. -Dar tres pasos con el balón. -Introducir otro balón. <p>Las variantes se introducirán progresivamente de una en una dependiendo de la</p>		

necesidad de cada grupo para facilitar que lleguen al objetivo de la actividad.
PRINCIPAL (20 minutos)
<p>Para seguir trabajando los pases, una vez calentado se llevará a cabo la siguiente actividad que requiere de más movimiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Balón torre”: se divide a la clase en dos equipos. Se necesita dos bancos o sillas y un balón de Artzikirol. Los jugadores de ambos equipos se pasan el balón con el objetivo de pasárselo al jugador que está encima del banco o de la silla. En caso de conseguirlo sumarán un punto. <p>No se puede dar más de tres pasos cuando se tiene el balón, y no puede haber más de un jugador subido al banco.</p>
FINAL (20 minutos)
Se llevará a cabo una asamblea donde se reflexionará sobre las diferentes normas que se han introducido en el juego anterior y que estén presentes en el deporte del Artzikirol.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
<p>El juego de la parte inicial que se realiza para calentar, el alumno con silla de ruedas llevará un churro de piscina en la mano y el tendrá el rol de pillar siempre, mientras sus compañeros intentan pillar al resto con balón el podrá pillar simplemente tocando a cualquier compañero con el churro.</p> <p>En el caso del juego de “El balón torre”, el alumno podrá elegir entre ser arbitro o introducirse en el juego intentando pasar el balón a sus compañeros. En este caso le ofrecemos estas dos opciones debido a que a veces el prefiere estar de arbitro ya que se puede encontrar sin fuerzas por su discapacidad.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.

Nota. Elaboración propia.

Tabla 5

Sesión 3. ¿Técnica o Táctica? I.

SESIÓN Nº 3		¿TÉCNICA O TÁCTICA? I
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Aprender nuevas normas del Artzikirol. - Conducción del balón con los pies. 		<ul style="list-style-type: none"> - Varios balones.
INICIO (20 minutos)		
<p>Para comenzar con un juego de calentamiento donde se comiencen trabajando la conducción de balón con los pies se llevará a cabo la siguiente actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“Piedra, papel o tijera”</i>: se divide a la clase en dos grupos, cada grupo saldrá de un extremo del campo, deberán de salir con el balón conducido con el pie, hasta que se encuentren. Cuando se encuentren tienen que jugar a un <i>“piedra, papel o tijera”</i>, el jugador que gane continúa corriendo hacia donde se encuentra el equipo contrario, mientras que sale otro miembro del equipo que ha perdido para evitar que el contrario llegue a su zona. <p>El objetivo es llegar a la zona del equipo contrario ganando todos los enfrentamientos.</p>		
PRINCIPAL (10 minutos)		
<p>Para seguir trabajando la conducción de balón, una vez calentado se llevará a cabo la siguiente actividad que requiere de más movimiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“Balón al suelo”</i>: Todos con balón menos los que se la pican. Todos corren con 		

<p>el balón en la mano, si cuando les pillan tienen el balón en la mano cambian roles entre ellos, si antes de que les pillen tiran el balón al suelo y lo van conduciendo con los pies se salvan. Para volver a coger el balón con la mano, deben de ir con el balón en los pies hasta un poste de cualquier portería.</p>
<p>FINAL (30 minutos)</p>
<p>Se llevará a cabo un partido implantando las normas ya aprendidas durante estas sesiones anteriores. Es decir, los jugadores deben de pasarse el balón evitando el tocado pudiendo lanzar el balón al suelo. El objetivo es hacer punto, para ello, un jugador del equipo se situará fuera de la línea de fondo del campo contrario y tendrá que recibir un pase de otro compañero desde dentro del campo, ya sea con la mano o con el pie y este podrá recibirlo pisando el balón con el pie o cogiendolo al aire con la mano sin que se caiga al suelo.</p> <p>Para terminar se realizará una asamblea donde los alumnos puedan expresar que les ha parecido estas nuevas normas y como se han sentido.</p>
<p style="text-align: center;">ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p>
<p>El juego de la parte inicial que se realiza para calentar, el alumno con silla de ruedas al no poder conducir el balón con el pie, este podrá participar sin balón.</p> <p>En el caso del juego de “El balón torre”, el alumno irá con un churro de piscina en la mano intentando pillar al resto de compañeros.</p> <p>En el partido final el seguirá llevando el churro para intentar hacer tocado a los compañeros del equipo contrario, mientras en el otro equipo hay un compañero en una silla de oficina sentado y con un churro con el mismo rol. En el equipo contrario podrán ir cambiando de rol cada vez que lo deseen.</p>
<p style="text-align: center;">CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>
<p>1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.</p>

Nota. Elaboración propia.

Tabla 6

Sesión 4. ¿Técnica o táctica?II.

SESIÓN Nº 4		¿TÉCNICA O TÁCTICA? II
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Aprender nuevas normas del Artzikirol. - Lanzamientos. 		<ul style="list-style-type: none"> - Un balón. - Un pañuelo.
INICIO (20 minutos)		
<p>Para comenzar con un juego de calentamiento donde se comiencen trabajando los lanzamientos con balón se llevará a cabo la siguiente actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “<i>El pañuelo</i>”: se hacen dos grupos. Cada uno se colocará a cada lado del profesor, este tendrá un pañuelo en la mano. El docente dirá un número y quienes sean el número en cada equipo deben de salir a por el pañuelo. Quien consiga el pañuelo coge el balón que tendrá en los pies el docente y va a tirar a portería (con la mano o con el pie), mientras el que no ha robado el pañuelo se pone de portero. 		
PRINCIPAL (10 minutos)		
<p>Para seguir trabajando los lanzamientos, pero también los pases, se llevará a cabo la siguiente actividad que requiere de más movimiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “<i>Portero móvil</i>”: se necesita un balón. Se realizan dos equipos y estos tendrán el objetivo de cada uno de ellos pasar el balón al compañero que se encuentra en la línea de fondo. Para ello deberán de ir dando pases entre los del equipo. 		

<p>No se puede dar más de tres pases cuando se tiene el balón, no se puede entrar en la zona de los fondos donde se encontrará el portero móvil.</p>
<p>FINAL (30 minutos)</p>
<p>Se llevará a cabo un partido implantando las normas ya aprendidas durante estas sesiones anteriores. Es decir, los jugadores deben de pasarse el balón evitando el tocado pudiendo lanzar el balón al suelo. El objetivo es marcar gol en la portería contraria ya sea con la mano o con el pie.</p> <p>Para terminar se realizará una asamblea donde los alumnos puedan expresar que les ha parecido estas nuevas normas y como se han sentido.</p>
<p style="text-align: center;">ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p>
<p>El juego de la parte inicial que se realiza para calentar, el alumno con silla de ruedas al no poder conducir el balón con el pie, este podrá participar sin balón.</p> <p>En el caso del juego de “Portero móvil”, el alumno en esta actividad tendrá el rol de arbitro, debido a que en este caso no puede realizar pases con la mano por falta de fuerza. Aunque parezca que no es un rol entretenido, para el si lo es, se siente contento al ver que gracias a el se ha mantenido el orden durante la actividad.</p> <p>En el partido final el llevará el churro para intentar hacer tocado a los compañeros del equipo contrario, mientras en el otro equipo hay un compañero en una silla de oficina sentado y con un churro con el mismo rol. En el equipo contrario podrán ir cambiando de rol cada vez que lo deseen.</p>
<p style="text-align: center;">CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>
<p>1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.</p>

Nota. Elaboración propia.

Tabla 7*Sesiones 5, 6 y 7. Comienza el juego.*

SESIÓN N° 5, 6 y 7		COMIENZA EL JUEGO
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
- Poner en práctica los aprendizajes obtenidos en las sesiones anteriores.		- 4 balones.
INICIO (15 minutos)		
Para comenzar con un juego de calentamiento se les dará a elegir a los alumnos entre los diferentes juegos de calentamiento que se han llevado a cabo en las sesiones anteriores: pillas- pillas con balón; piedra, papel o tijera; o el pañuelo.		
PRINCIPAL (25 minutos)		
Para afianzar todos los aprendizajes y poner en práctica todas las normas del deporte se llevará a cabo un partido.		
FINAL (20 minutos)		
Se realizará una asamblea con los alumnos para reflexionar sobre todos los aprendizajes que han obtenido y que evolución han visto.		
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
El juego que se lleve a cabo en la parte inicial se pondrán en práctica las modificaciones que se han realizado en esas actividades en sesiones anteriores.		
En el caso del partido el llevará el chorro para intentar hacer tocado a los compañeros		

del equipo contrario, mientras en el otro equipo hay un compañero en una silla de oficina sentado y con un chorro con el mismo rol. En el equipo contrario podrán ir cambiando de rol cada vez que lo deseen.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.

Nota. Elaboración propia.

Tabla 8*Sesión 8. Torneo.*

SESIÓN Nº 8		TORNEO
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
- Poner en práctica los aprendizajes obtenidos en las sesiones anteriores.		- 4 balones.
INICIO (15 minutos)		
Se dividen los alumnos en sus equipos habituales de Artzikirol y entre ellos con un balón calientan, realizando pases y tiros a portería.		
PRINCIPAL (25 minutos)		
Se divide el campo en 2 mitades para que en cada una de ellas puedan enfrentarse dos equipos. Se realizarán los diferentes enfrentamientos, apuntando los resultados.		
FINAL (20 minutos)		
Se realizará una asamblea con los alumnos para reflexionar sobre todos los aprendizajes que han obtenido y que evolución han visto.		
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD		
En el caso del partido el llevará el chorro para intentar hacer tocado a los compañeros del equipo contrario, mientras en el otro equipo hay un compañero en una silla de		

oficina sentado y con un chorro con el mismo rol. En el equipo contrario podrán ir cambiando de rol cada vez que lo deseen.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.

Nota. Elaboración propia.

Tabla 9*Sesión 9. ¿Qué te ha parecido el Artzikirol?*

SESIÓN Nº 9		¿QUÉ TE HA PARECIDO EL ARTZIKIROL?
SABERES BÁSICOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	PERFIL DE SALIDA
BLOQUES: A, B, C, D	1, 2, 3	1. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3. 2. STEM1, CPSAA4, CPSAA5. 3. CCL1, CCL5, CPSAA1.
OBJETIVOS DE LA SESIÓN		MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Comprobar los aprendizajes de todos los alumnos. - Saber que les ha parecido y si se ha sentido cómodos y se han divertido. 		<ul style="list-style-type: none"> - Un aula de informática. - Un balón.
INICIO (15 minutos)		
<p>Se comienza con una asamblea donde todos los alumnos puedan hablar y opinar sobre que les ha parecido esta propuesta de intervención.</p> <p>La asamblea se guiará con unas preguntas que el docente les va haciendo para guiar un poco y ayudarles a hablar.</p>		
PRINCIPAL (15 minutos)		
<p>Se realizará un pequeño cuestionario a los alumnos donde se les pregunte sobre diferentes aspectos del Artzikirol, que les ha parecido, si les ha gustado y si hubieran preferido practicar otro; además de utilizarlo para observar los aprendizajes obtenidos con el mismo. El cuestionario tiene una duración de unos 15 minutos aproximadamente.</p>		
FINAL (30 minutos)		

Durante los últimos 30 minutos que quedan de sesión, se realizan las finales del torneo.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
En el caso del partido el llevará el chorro para intentar hacer tocado a los compañeros del equipo contrario, mientras en el otro equipo hay un compañero en una silla de oficina sentado y con un chorro con el mismo rol. En el equipo contrario podrán ir cambiando de rol cada vez que lo deseen.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
1.3, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 3.3.

Nota. Elaboración propia.

5.11. Atención a la diversidad

En la clase de 5ºA contamos con un niño con distrofia muscular, el cual necesita de una silla de ruedas motorizada para poder desplazarse. Como se ha podido ver en el apartado de sesiones, en cada una de ellas se especifica que adaptaciones se llevarán a cabo en cada una de las actividades, como por ejemplo, el equipo que juega contra el, uno de ellos irá sentado en una silla de ruedas de oficina, además de variar las reglas para ambos como por ejemplo que ha ellos no les pueden tocar para hacer falta, debido a que no pueden conducir la pelota con los pies, con lo cuál solo la llevarán en la mano, pudiendo dar pases o lanzar a portería.

También puede tener un rol de arbitro o entrenador aquellos días en los cuales se encuentre indispuerto o no le apetezca participar como jugador.

Las adaptaciones que realiza el centro para que este alumno se encuentre integrado, pueda ser independiente dentro de lo que cabe, su aula siempre es la misma, esta se encuentra situada en la primera planta y cerca de la puerta de salida del edificio en el que se encuentra, el aula se encuentra cerca también del baño de minusvalidos y todas las entradas al centro y a los edificios cuentan con rampas. A su vez ambos edificios con dos plantas cuentan con un ascensor.

Según el Documento DUA (Diseño Universal para el Aprendizaje), todos los niños tienen el derecho a la educación, una educación de calidad donde todos tengas las mismas oportunidades de aprender, desarrollarse de forma educativa y personal, además

de alcanzar un nivel mínimo de habilidades para poder ser unos ciudadanos participativos en la sociedad. Indiferentemente de sus condiciones físicas, culturales, familiares, de género, origen o religión.

El documento DUA es un modelo que tiene como objetivo remodelar la educación facilitando así el análisis y la evaluación de los diseños curriculares y de las prácticas educativas y poder indentificar cualquier barrera de aprendizaje para poder promover propuestas inclusivas para la enseñanza.

Por ello se ha introducido este documento, debido a la necesidad de modificar o introducir ciertas variantes a las actividades para que el alumno con discapacidad pudiera participar en las sesiones como un alumno más, ofreciendo a todos los alumnos una oportunidad de aprendizaje de forma inclusiva y de calidad.

5.12.Evaluación

Para la evaluación se llevarán a cabo diferentes procesos. La principal técnica de evaluación será la observación, debido a que es la que se realizará durante todas las sesiones viendo que alumnos conocen las reglas y si saben implantarlas, el comportamiento y la actitud serán un aspecto importante además del respeto hacia los compañeros. Todo ello se observará a lo largo de las sesiones y se irá registrando en una ficha de control que tendrá el docente donde se marcará el nivel de cumplimiento de cada aspecto además de poder realizar pequeños apuntes si es necesario. Esta ficha de control se podrá encontrar en anexo 1.

Durante las sesiones finales donde ya se habrán integrado todas las normas y se comiencen a realizar partidos, se les entregará una planilla a los alumnos la cuál deben de leer y observar a los compañeros, mientras ellos se encuentran en el banquillo descansando, para coevaluarles y darles feedback. Deberán sumar los puntos que estos consiguen dependiendo del nivel que alcancen en cada uno de los aspectos que se presentan en la rúbrica. La rúbrica se encuentra en anexo .

Por último los alumnos completarán un cuestionario que servirá como una autoevaluación, lo realizarán a través de un kahoot con preguntas sobre el deporte alternativo y sus reglas y normas.

El enlace que redirige al cuestionario es el siguiente:

https://kahoot.it/challenge/07745213?challenge-id=15c48d4b-ccc3-42dc-b12c-73f1f75b0340_1684430153932

6. Análisis de los resultados

A continuación, se presenta un análisis de los resultados que se han obtenido poniendo en práctica esta propuesta. La información obtenida y plasmada en este apartado se ha extraído de la ficha de control del docente, las diferentes asambleas realizadas en las sesiones donde los alumnos han plasmado diferentes puntos de vista y el cuestionario online de Kahoot.

En relación con la recopilación de los datos obtenidos con la ficha de control docente, se ha podido apreciar una evolución en cada sesión de los alumnos, sobre todo durante las sesiones en las cuales se han llevado a cabo partidos de Artzikirol, ya que es el momento en el que mejor se ha apreciado si los alumnos conocen las reglas, saben utilizarlas, además de su interés por mejorar y el respeto tanto hacia los compañeros como con el material y las instalaciones.

En relación con el respeto de las normas y reglas, todos los alumnos en todo momento han respetado este aspecto debido a que el aprendizaje ha sido bastante progresivo, comenzando con pocas normas y añadiendo más poco a poco, por ello los alumnos durante todo momento ha respetado las normas y han sabido utilizarlas en el juego. Han sido bastantes respetuosos en este aspecto ya que cada vez que tenían dudas o surgía algún incidente debido a que no se cumplía la norma, se explicaba o recordaba y ellos lo aceptaban perfectamente.

El hecho de que los alumnos hayan sido respetuosos con las normas y hayan respetado las decisiones arbitrales durante los partidos además de realizar preguntas constantemente en cada momento que les surgían dudas, demuestra el interés que tenían por mejorar y aprender cada uno de ellos, además de aprovechar y aceptar los consejos que se les ofrecía. Con lo cual, los alumnos en las sesiones finales conocían todas las normas y reglas y sabían utilizar estas para mejorar su juego y táctica.

La cooperación y el trabajo en equipo también ha tenido un incremento de mejora a medida que pasaban las sesiones. Durante todas las sesiones, todos los alumnos han cooperado y trabajado en equipo, pero es cierto que a medida que se introducían más normas y los alumnos iban jugando mejor cooperaban mucho más ya que se daban cuenta que era muy necesario para poder conseguir puntos además de existir cada vez más comunicación entre los integrantes de cada equipo.

En general, todos los alumnos participaban en las decisiones del grupo, si es cierto que había diferencias entre los alumnos y algunos participaban más que otros dando su opinión o propuestas.

Acerca del respeto de las capacidades y/o habilidades que otros compañeros tienen, es un aspecto que por parte de los alumnos más competitivos no se cumplía debido a que a veces se enfadaban con ellos, algo que se corregía al momento y alguna vez ha sido motivo de parada de reflexión. Al igual que muchos compañeros respetaban las capacidades de sus compañeros e incluso les animaban. El respeto al equipo contrario siempre estaba presente y en este caso nunca surgió problemas, salvo algunos momentos en los que estos alumnos competitivos entre ellos se enfadaban, pero eran pocas veces las que ocurría esto además de ser pocos los alumnos que les ocurría este tipo de conflictos.

Con relación a los resultados obtenidos con el cuestionario de Kahoot, los fallos y respuestas incorrectas por lo que se puede entender es que es por falta de concentración y atención a la tarea, debido a que durante la práctica los alumnos conocían al detalle todas las normas y en el cuestionario de Kahoot han tenido numerosos fallos algunos de ellos. Algo que ha sorprendido debido a la capacidad de juego que habían obtenido.

Conforme a los aspectos motrices que los alumnos han ido adquiriendo se ha notado una mejora debido al interés que existía en la práctica de este deporte ya que a todos les ha llamado la atención y les ha gustado, por ello y por el interés en aprender a jugar, todos los alumnos han adquirido las competencias específicas que se indican en esta propuesta de intervención, además de mejorar sus habilidades motrices con respecto a las que se necesitan en la práctica de este deporte alternativo.

La mayoría de los alumnos les costaba utilizar el pie para golpear el balón o conducirlo y en las sesiones finales estos alumnos han conseguido tirar gol con el pie o llevar el balón entre los pies, además de mejorar los pases y tiros con la mano y aprender a situarse en el campo tanto para defender como para atacar y realizar fintas para conseguir deshacerse de la defensa cuando era necesario.

7. Conclusiones

Para completar este trabajo de fin de grado realizaremos una reflexión sobre la intervención que se ha llevado a cabo y la consecución de los objetivos de la misma.

Los objetivos que tenía la puesta en práctica de la intervención en rasgos generales eran los siguientes; acercar a la actividad física a los alumnos a través de un deporte alternativo, evitar el sedentarismo, iniciativas para realizar actividad física fuera de las horas de educación física y lectivas, introducir a las familias en la promoción de la actividad física y aprender a practicar el deporte alternativo Artzikirol.

Tras haber puesto en práctica la propuesta que se presenta en este trabajo en un colegio, se puede decir que todos esos objetivos se han podido llegar a conseguir con el planteamiento de sesiones que se ha llevado a cabo y reforzandolo con la implicación de las familias durante esas actividades cada semana, donde se ponía en práctica lo que se aprendía cada semana en el aula con los alumnos.

Los objetivos que se planteaban al principio de este trabajo son los siguientes: acercar a la actividad física a los alumnos a través de un deporte alternativo, reducir el sedentarismo, crear iniciativas para realizar actividad física fuera de las horas de educación física y lectivas, introducir a las familias en la promoción de la actividad física y aprender a practicar el deporte alternativo Artzikirol.

Con relación a los objetivos de la propuesta de intervención también se puede decir que se han llegado a conseguir todos por parte de todos los alumnos debido a su gran trabajo en el aula. Los objetivos eran los siguientes: conocer el deporte alternativo Artzikirol, practicar el deporte del Artzikirol a través de juegos y actividades de forma progresiva, conocer las normas y reglas básicas del Artzikirol, saber tomar decisiones correctas a nivel de juego y de técnica y táctica en relación a las diferentes situaciones de juego que se presenten, respetar a los compañeros y las posibles limitaciones que tenga cada uno, incluido las propias y aceptar las normas y respetarlas, así como el material y a los compañeros.

Tanto las familias como los alumnos han obtenido un gran aprendizaje de forma evolutiva llegando a practicar el Artzikirol de forma excepcional, han compartido tiempos de aprendizaje y de disfrute mejorando así el rendimiento de los alumnos y su aprendizaje.

Este deporte alternativo fue elegido debido a los deportes y las habilidades motrices que este mezcla, ya que son habilidades que comparten diferentes deportes tradicionales que la gran mayoría de los alumnos practican como por ejemplo el control y tiro de balón con el pie, el lanzamiento de balón con la mano o pase con la mano, las fintas, entre otros. Con ello se consigue que los alumnos vean que muchos aspectos motrices ya los conocen y eso les motive a querer aprender y jugar al Artzikirol, encontrando una motivación en todos los alumnos debido a las similitudes con otros deportes tradicionales.

Por ello, es sorprendente que todos los alumnos, tanto los que practican fútbol como los que no, les haya gustado bastante este deporte alternativo, el esfuerzo y el interés por parte de todos ellos ha sido bastante bueno sin ninguna excepción, esto ha hecho que llegarán a practicarlo en el aula con una facilidad y a un nivel bastante alto, llegando a tener entre todos los equipos un nivel similar y los partidos de las ultimas sesiones llevadas a cabo siempre quedasen muy justos para ambos equipos.

El estar formado este deporte alternativo por otros deportes tradicionales comunes a los que practican algunos de los alumnos, ha ayudado a la puesta en práctica de este.

También la forma gradual de las sesiones, además de lúdica, ha ayudado a que los alumnos obtengan las habilidades y aprendizajes necesarios para su práctica y la motivación e interés de todos ellos, cumpliendo en cada una de las sesiones los objetivos marcados además de los objetivos generales de la propuesta.

Y para finalizar, con el resultado que se obtiene con la puesta en práctica de esta propuesta se puede observar todos los beneficios que tienen los deportes alternativos, en concreto el Artzikirol, además de poder conocer los aspectos positivos de la ayuda y participación de las familias en el aprendizaje de los alumnos.

8. Referencias bibliográficas

- Abarca-Sos, A., J. Clemente, J. A., Murillo, B., Generelo, E., & Zaragoza, J. (2015). La Educación Física: Una oportunidad para la promoción de la actividad física.
- Alonso, R. F. (2015). La participación de las familias en los centros educativos. *Forum Aragón: revista digital de FEAE-Aragón sobre organización y gestión educativa*, 15, 11-15. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6351332.pdf>
- Blanco, F. J., & Lago, M. A. (2012). *Artzikirol: una nueva propuesta lúdica*. Diputación Foral de Álava.
- Blández, J., Fernández, E., & Sierra, M. Á. (2007). Estereotipos de género, actividad física y escuela: La perspectiva del alumnado. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 11 (2), .
- Bonetto, V. A., & Calderon, L. L. (2014). La importancia de atender a la motivación en el aula.
- Borrell, S. R. (2007). La participación de las familias en la escuela. *Revista española de pedagogía*, 559-574.
- Caracuel-Cáliz, R. F., Torres-Campos, B., Padial-Ruz, R., & Cepero-González, M. M. (2018). La escuela como agente de socialización y su influencia en la adquisición y mantenimiento de hábitos saludables y no saludables. *ESHPA, Education, Sport, Health and Physical Activity*, 2(2), 207-216.
- Devís, J., & Peiró, C. (1993). La actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: la escuela y la educación física. *Revista de psicología del deporte*, 2(2), 0071-86.
- Del Estado, C. E. (2014). La participación de las familias en la educación escolar.
- del Val Martín, P. (2017). La gimnasia cerebral como estrategia para desarrollar la psicomotricidad en los niños y niñas.
- Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo*. (2020). World Health Organization.
- Fernández, E., Romero, S., Zagalaz, M. L., Gómez, P. T., Latorre, A., & Chacón, F. (1998). *Fundamentación de los contenidos en educación física escolar* [Dialnet].

- Feu, S. (2008). ¿Son los juegos deportivos alternativos una posibilidad para favorecer la coeducación en las clases de Educación Física?
- Freire, E. E. (2022). Involucramiento de la familia con la escuela. *Revista Ciencia & Sociedad*, 2(1), 62-73.
- Loaisa, A. J., de los Reyes, M., Martínez, J. M., & Valcárcel, J. V. (2023). Niveles de actividad y condición física en escolares de Educación Primaria en la “nueva normalidad”. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (47), 444-451.
- Lorente, L. M. (2013). La educación para la salud en la escuela como intervención social. *SOCIAL REVIEW. International Social Sciences Review/Revista Internacional de Ciencias Sociales*, 2(1).
- Márquez, S., Rodríguez, J., & Abajo, S. D. (2006). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *Apunts. Educació física i esports*.
- Martínez, E. J., Zagalaz, M. L., Romero, S., & Lozano, L. M. (2009). Valoración y autoconcepto del alumnado con sobrepeso. Influencia de la escuela, actitudes sedentarias y de actividad física. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 17, 44-59.
- Martínez, V., & Sánchez, M. (2008). Relación entre actividad física y condición física en niños y adolescentes. *Revista española de cardiología*, 61(2), 108-111.
- Méndez, A. (9d. C.). Resultados académicos, cognitivos y físicos de dos estrategias para integrar movimiento en el aula: clases activas y descansos activos. *Revista Euroamericana de Ciencias Del Deporte*, 9, 63-74.
- Menescardi, C., & Villarrasa, I. (2022). Deportes alternativos y su influencia en la motivación del alumnado. *Human review*, 11(Monográfico), 1-9.
<https://doi.org/10.37467/revhuman.v11.3844>
- Meza-Rodríguez, L. A. E., & Trimiño-Quiala, B. (2020). Participación de la familia en la educación escolar: resultados de un estudio exploratorio. *EduSol*, 20(73), 13-28.
- Mir Pozo, M. L., Batle, M., & Hernández, M. (2009). Contextos de colaboración familia-escuela durante la primera infancia. *IN: revista electrònica d'investigació i innovació educativa i socioeducativa*.

- Molina, F. (2018). Educación física, calidad de vida y la nueva sociología de la infancia: repensando la metodología mixta en sociología. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 33, 69-73. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6367728.pdf>
- Noy, E. A. (2012). Los deportes alternativos y la importancia que tienen para el profesional de cultura Física, deporte y recreación. *Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 2(3-4), 99-114.
- Núñez, C. A., & Guzman, A. (2016). Implicación de las familias en una escuela intercultural: una visión compartida. *Revista de educación inclusiva*, 2(2).
- O. M. S (2010). Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud. *Organización Mundial de La Salud (OMS)*.
- Pastor, C. A. (2017). *Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo teórico-práctico para una educación inclusiva de calidad*. Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:c8e7d35c-c3aa-483d-ba2e-68c22fad7e42/pe-n9-art04-carmen-alba.pdf>
- Sánchez, J. G., Vázquez, D., & i Riba, S. (2023). Una revisión sistemática de la importancia del ejercicio físico sobre la autoeficacia y aprendizaje del estudiante. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (48), 911-918.
- Silveira, H. (2016). La participación de las familias en los centros educativos. Un derecho en construcción. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(1), 17-29.
- Suero, S., Morillo, A., & Montilla, V. (2016). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *E-motion: Revista de educación, motricidad e investigación*, (6), 40-48.
- Torres, J., Contreras, S., Lippi, L., Huaiquimilla, M., & Leal, R. (2019). Hábitos de vida saludable como indicador de desarrollo personal y social: discursos y prácticas en escuelas. *Calidad en la educación*, (50), 357-392.
- Uguet-Sin, S. (2014). *Promoción de la actividad física en la escuela, beneficios sobre la salud* (Bachelor's thesis).

Villarino, M., Valeiro, M., Toja, B., & Carreiro, F. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (31), 312-315.

REFERENCIAS LEGISLATIVAS

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953. <https://www.boe.es/boe/dias/2020/12/30/pdfs/BOE-A-2020-17264.pdf>

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. Boletín Oficial del Estado, 52, de 2 de marzo de 2022.

Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

10. Anexos

10.1. Anexo 1

Tabla 10

Ficha de control docente.

	SÍ	A VECES	POCO	NO
RESPETA LA NORMAS Y REGLAS DEL JUEGO				
COOPERA CON SUS COMPAÑEROS Y TRABAJA EN EQUIPO				
EXISTE COMUNICACIÓN CON SUS COMPAÑEROS				
PARTICIPA EN LAS DECISIONES DEL GRUPO				
DA SU OPINIÓN AL GRUPO				
RESPETA LAS CAPACIDADES DE SUS COMPAÑEROS				
QUIERE APRENDER Y MEJORAR				
CONOCE LAS REGLAS DEL DEPORTE Y SABE UTILIZARLAS				

<p style="text-align: center;">SE COMUNICA CORRECTAMENTE CON LOS COMPAÑEROS Y EL DOCENTE</p>				
<p style="text-align: center;">ANIMA A LOS COMPAÑEROS Y RESPETA AL EQUIPO CONTRARIO</p>				

Notal. Tabla de elaboración propia.

10.2. Anexo 2

Tabla 11

Rúbrica de co-evaluación alumnos

RÚBRICA DE CO-EVALUACIÓN				
	FAIR PLAY, VALORES...	CONOCE LAS REGLAS Y LAS APLICA EN EL JUEGO	SABER JUGAR (táctica en ataque)	SABER JUGAR (táctica en defensa)
	Saludo a los compañeros y adversarios antes y después de empezar el juego. Además de no tener gestos ofensivos a ningún compañero.	Conocen perfectamente las reglas del juego y son capaces de ponerlas en práctica; respetan y aceptan las decisiones que se tomen. No discuten ni protestan.	Eligen casi siempre bien la opción correcta cuando tienen la pelota (pasan, lanzan o echan el balón al suelo) y cuando no la tienen buscan espacios libres: DESMARQUE.	Recupero muchas veces balones cortando pases del otro equipo o haciendo tocado.
	Saludo a los compañeros y adversarios solo antes de empezar el juego. Además existen algunos gestos ofensivos a los compañeros.	Conocen las reglas del juego y son capaces de ponerlas en práctica; respetan aunque les cuesta aceptar las decisiones que se tomen. Pocas veces discuten o protestan.	Eligen bien a veces la opción correcta cuando tienen la pelota (pasan, lanzan o echan el balón al suelo) y cuando no les cuesta buscar espacios libres: DESMARQUE.	Recupero algunas veces balones cortando pases del otro equipo o haciendo tocado.
	No se saluda a los compañeros y adversarios ni al comenzar el juego ni al finalizar. Existen bastantes gestos ofensivos a los compañeros.	Conocen más o menos las reglas del juego, pero les cuesta ponerlas en práctica, respetar y aceptar las decisiones que se toman. Discuten y protestan constantemente.	Les cuesta mucho elegir correctamente cuando tienen la pelota (pasan, lanzan o echan el balón al suelo) y cuando no la tienen buscar espacios libres: DESMARQUE.	Casi nunca recupero balones cortando pases del otro equipo o haciendo tocado.

Nota. Esta lámina es de elaboración propia con el programa Canva.