



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

**“Promoviendo la Autonomía y el Bienestar Personal y Social:
un Enfoque Holístico en la Educación Primaria a través del Baloncesto”**

Curso académico 2023/2024

Presentado por Carlos Rebollo López para optar al Grado de
Educación Primaria por la Universidad de Valladolid

Tutelado por Javier Talegón Martín.

Resumen:

Se quieren englobar en una misma intervención educativa tres aspectos que una educación íntegra necesita: La promoción de la autonomía, La erradicación o prevención del acoso escolar y La formación en hábitos de vida saludables.

Para ello y sin perder el eje principal, que es el baloncesto en la Educación Física, se ramifica la asignatura en diferentes proyectos escolares, siendo los alumnos mediante grupos de trabajo, los protagonistas de llevar a cabo todas las sesiones y los roles necesarios para su correcto funcionamiento.

Para lograr este fin, esta intervención de carácter plenamente práctico engloba diferentes sesiones con una continuidad de siete semanas, en las que se alcanzarán una serie de competencias esenciales.

Adentrándose en el documento, pasaremos por distintas etapas como la preparación de proyectos y la ejecución de los mismos. Los alumnos tomarán las riendas de las sesiones establecidas en los proyectos para preparar las clases de una manera práctica. La promoción de la autonomía se verá reflejada en el proyecto escolar del campeonato de baloncesto. La prevención del acoso escolar seguirá las pautas establecidas en las dos sesiones del tema a tratar. La formación de estilos de vida saludables se verá reflejada en el tercer grupo de trabajo con otras dos sesiones de Educación Física para abordar este tema. Y, por último, guiado por el profesor de manera intermitente a lo largo de las semanas, se seguirá la línea central del baloncesto, orientado a la adquisición de los aspectos que corresponden a la táctica y a la técnica del deporte.

Palabras Clave:

Educación física, Baloncesto, Promoción de la autonomía, Acoso escolar, Hábitos de vida saludables

Abstract:

Three aspects that an integral education needs are to be encompassed in the same educational intervention: the promotion of autonomy, the eradication or prevention of bullying, and training in healthy lifestyle habits. To achieve this, without losing the main focus, which is basketball in Physical Education, the subject branches out into different school projects, with students working in groups as the main players in carrying out all the sessions and roles necessary for its proper functioning.

To this end, this fully practical intervention includes different sessions over a seven-week period, in which a series of essential competencies will be achieved. Delving into the document, we will go through various stages such as project preparation and execution. Students will take the lead in the sessions established in the projects to prepare the classes in a practical manner. The promotion of autonomy will be reflected in the school project of the basketball championship. Bullying prevention will follow the guidelines established in the two sessions on the topic. Training in healthy lifestyle habits will be addressed in the third working group with two other Physical Education sessions. Finally, guided by the teacher intermittently throughout the weeks, the central theme of basketball will be followed, aimed at acquiring the tactical and technical aspects of the sport.

Keywords:

Physical Education, Basketball, Promotion of Autonomy, Bullying, Healthy Lifestyle Habits

Contenido

1- Introducción	5
2- Justificación	6
3- Objetivos	7
Generales:	7
Específicos:	7
Personales:	7
4- Fundamentación teórica:	8
4.1- Modelos pedagógicos:	8
4.2- Promoción de la autonomía (Competencia de espíritu emprendedor):	12
4.3- Espacios seguros (acoso escolar):	13
4.4- La sociedad ha cambiado (obesidad infantil):	14
5- Metodología	15
5.1- Contexto Educativo.	15
5.1.1 – El Centro Escolar	15
5.1.2. El Alumnado.	16
5.1.3. Implicaciones pedagógicas del contexto educativo	16
5.2- Propuesta de intervención	17
5.2.1- Explicación del proceso del desarrollo del tema:	17
5.2.2- Herramientas a utilizar para los proyectos:	19
5.2.3- Objetivos didácticos del alumnado en relación a las sesiones de baloncesto y a los 3 proyectos:	24
5.2.4- Sesiones de baloncesto escolar:	24
6- Trabajo por grupos:	30
6.1- Fases proyecto competición:	30
6.2- Fases proyecto acoso escolar:	31
6.3- Fases proyecto hábitos saludables:	34
7- Evaluación de la intervención:	38
8- Resultados	39
9- Consideraciones finales	40
- Referencias bibliográficas	41
- Anexos	43

1- Introducción

Dentro del marco de la Educación Primaria se presenta un proyecto de intervención educativa para sexto curso, que aborda una serie de aspectos fundamentales para el desarrollo personal, social y académico de nuestros estudiantes.

Este proyecto se basa en la premisa de otorgar a los alumnos la autonomía y libertad mediante una serie de subproyectos repartidos por roles de trabajo, para lograr alcanzar valores de liderazgo y responsabilidad a un nivel más alto que el que se pueda dar en la propia aula.

Durante este documento se podrá observar una estructura que responde a cuatro ejes principales: la organización de una competición escolar; la sensibilización sobre un tema muy preocupante en nuestras aulas de España: el acoso escolar; la importancia de hábitos saludables tanto a nivel de higiene como a nivel de alimentación y del cuidado del cuerpo y de la mente; y la línea de enfoque principal del baloncesto, mediante sesiones de trabajo para comprender y practicar este deporte. Todo ello, a excepción de las sesiones de baloncesto, liderado por los miembros de los respectivos grupos de trabajo, dejando al profesor en una posición de ayuda y de seguimiento para el correcto funcionamiento de los estudiantes.

Para alcanzar el objetivo de proporcionar una visión completa del proyecto, el documento sigue la línea habitual de este tipo de publicaciones mostrando los fundamentos teóricos para entender el marco teórico del proyecto, una metodología donde se recoja la implementación práctica y las sesiones de trabajo, una evaluación, y por último unas consideraciones finales a tener en cuenta.

Además, se establece un calendario de competición para poder implementarlo siguiendo las fechas del curso escolar 2024/25.

En última instancia, se pretende ofrecer una intervención didáctica como una opción real y práctica para el profesorado de la Educación Primaria, otorgando toda la documentación necesaria para la realización de las actividades que a continuación se desarrollan.

2- Justificación

El motivo principal por el que se ha elegido hacer una combinación entre el baloncesto junto con la organización de un campeonato, los estilos de vida saludables y el acoso escolar, todo ello integrado en la educación física, radica en que esta misma asignatura puede abarcar un amplio rango de acción con diversos temas tanto deportivos, como de salud física, social y mental en los estudiantes de Primaria.

Desde una perspectiva personal, es considerado de gran interés unir estos conceptos relacionándolos de manera intrínseca con el baloncesto, ya que se trata de un deporte de equipo polivalente, donde se aprenden valores positivos, se trabaja de manera cooperativa y el compañerismo es esencial para la buena práctica deportiva.

Según (Gonzalez, 2012) resulta lamentable que sea en las clases de Educación Física donde más se acentúa el acoso escolar, por eso, éste trabajo se ha elaborado para poder tratar esta preocupante situación, la cual está incrementándose tan notablemente en las últimas décadas, por eso mismo se llevará a cabo un planteamiento encaminado a desarrollar la “competencia social y cívica” recogida en la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE).

Además de utilizar la LOMLOE, a nivel nacional, también se tendrá como referencia el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Ya que esta intervención pertenece a una propuesta de la comunidad autónoma de Castilla y León, también se deberá atender al marco normativo 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.

Además, para lograr un desarrollo cognitivo íntegro en esta propuesta de intervención, cabe considerar imprescindible el hecho de dar autonomía a los alumnos de primaria, para incluir la “competencia emprendedora” que establece la LOMLOE, ya que esta sirve para fomentar la creatividad y la toma de decisiones del alumnado a través de la planificación y gestión de proyectos en grupo.

En esta parte de la programación, para desarrollar el pensamiento crítico respecto a la toma de decisiones, deberán organizar una competición de baloncesto, inscribiendo a los

alumnos de Primaria que quieran participar, formando una organización y una liga clasificatoria para los recreos de las próximas semanas, otorgándoles, como dice (Ortega, 1979) sus propios roles de trabajo relativos a la competición deportiva, ya sean entrenadores, árbitros, delegados de campo y mesa, entre otros.

Por último, los más jóvenes son los que tienen que aprender a consolidar hábitos de estilo de vida saludable para un buen desarrollo durante su adolescencia y a adquirir una buena base para adoptar comportamientos en relación con la mejora de su capacidad física y mental.

3- Objetivos

Dentro de los objetivos que se pretenden alcanzar con esta intervención se encuentran, los generales, los específicos y unos objetivos personales.

Generales:

- Investigar la importancia del trabajo en equipo en los deportes y su impacto en las habilidades sociales.
- Diseñar un programa antibullying enfocado en la prevención y gestión de conflictos utilizando el deporte como un espacio seguro para todo el alumnado

Específicos:

- Desarrollar la autonomía en los alumnos de educación primaria a partir de la organización de una competición escolar de baloncesto.
- Concienciar al alumno para utilizar la actividad física como mecanismo para prevenir y tratar el acoso escolar.

Personales:

- Descubrir la importancia de trabajar la competencia emprendedora en alumnos de primaria mediante la realización de una liga escolar
- Observar la relación entre la práctica deportiva y los hábitos saludables.

4- Fundamentación teórica:

Para la fundamentación teórica de esta intervención educativa se establece el siguiente orden.

Primero se redactan los modelos pedagógicos que engloban la asignatura de baloncesto. En segundo lugar, se establece la promoción de la autonomía, orientado hacia el proyecto de la competición escolar. A continuación, se fundamenta la parte relativa al acoso escolar presente en nuestras aulas. Y por último se hace una visión a los hábitos saludables de nuestros jóvenes bajo el nombre de “La sociedad ha cambiado”.

4.1- Modelos pedagógicos:

El trabajo de intervención educativa que se presenta toma como referencia los modelos pedagógicos centrados en el juego (Game Centred Approach) a partir de autores de reconocido prestigio como Wilson, Mitchell, Oslin y Griffin entre otros.

Durante décadas, la forma de trabajo en el ámbito deportivo ha seguido de manera sistemática el modelo tradicional, es decir, un aprendizaje mediante la repetición de tareas técnicas sin un guión contextualizado (Standing y Maulder, 2019) por eso esta intervención se basa en romper ese esquema y centrarse en otros modelos pedagógicos.

Citando un ejemplo, de Mitchell, Oslin y Griffin, (1997) nos vamos a centrar por un lado en el aspecto táctico del deporte del baloncesto para luego probar el juego real. En este apartado se tienen tres principios tácticos: marcar, evitar la canasta y reiniciar el juego.

En el apartado de marcar, tenemos varias opciones, mantener la posesión, atacar la canasta, crear espacio en ataque o usar el espacio de ataque.

En el apartado de evitar la canasta podemos, defender el espacio, la zona o conseguir el balón.

Y en el de reiniciar el juego, nos encontramos con el salto inicial entre dos jugadores, el saque de banda, el de fondo y el saque tras canasta en contra.

Una vez se saben los problemas, se tienen en cuenta los niveles de complejidad tácticos, por ejemplo, no es lo mismo un pase sin presión que con presión. Para ello la escala de complejidad de la Tabla1 nos lo aclara.

Tabla 1. Niveles de complejidad táctica del baloncesto.

Problemas tácticos	Niveles de complejidad táctica			
	1	2	3	4
Marcar				
Mantener la posesión del balón	Triple amenaza Finta de pase	Apoyo		
Atacar la canasta	Tiro Bote	Pasar y cortar	Juego del poste Pase	Juegos ofensivos
Crear espacio en ataque	Bote para recolocarse Corte en V Corte en L	Bloqueo al jugador con balón	bombeado de zona a zona Bloqueo y continuación	contra zona
Usar espacio en ataque		Pase de salida en contraataque		Transición de la defensa al ataque
Evitar la canasta				
Defender el espacio		Defensa contra bloqueo		Tiros libres ofensivos y defensivos
Defender la canasta (defensa en zona)				Defensa en zona
Conseguir el balón		Defensa al balón y al sin balón Cierre del rebote	Defensa al jugador en el poste	Defensa en zona a jugador con y sin balón
Reiniciar el juego				
Salto entre dos			Ofensivo Defensivo	
Saque de banda				Juego tras saque

Saque de fondo		Pase largo Bloqueo indirecto		
Saque de fondo con presión		Movimiento en línea de fondo		Saque con presión

Fuente: (Mitchell, Oslin y Griffin, 1997, p.68)

Otra propuesta que se utilizará para entender los aspectos cognitivos del baloncesto es la que ofrece la Tabla 2. Quien establece un marco basado en los aspectos tácticos dividido en cuatro áreas de contenido, aumentando la complejidad en función del conocimiento del juego.

Las áreas que establece Wilson son: participantes y roles, los objetivos, los principios de acción y las opciones de acción. Todos ellos tanto en situación de ataque como de defensa.

Tabla 2. Marco genérico de conceptos cognitivos para los juegos de invasión

Área de contenido	Ataque	Defensa
Participantes y roles	Equipo ofensivo (posesión, ataque) - Atacante con balón - Atacante sin balón	Equipo defensivo (no posesión, defensa) - Defensa al jugador con balón - Defensa al jugador sin balón
Objetivos	Marcar puntos Conservar la posesión Avanzar	Evitar puntos Recuperar la posesión Evitar el avance
Principios de acción	Movilidad Avance Amplitud Profundidad ofensiva	Compromiso Profundidad defensiva Contracción Expansión
Opciones de acción	Atacante con balón (A1): - Intentar canasta - Conservar posesión	Defensa a jugador con balón: - Evitar canasta - Robar a A1

	- Pase	- Frenar a A1 - Hacer retroceder a A1
	Atacante sin balón: - Proporcionar profundidad - Proporcionar amplitud - Avanzar - Moverse	Defensa a sin balón: - Proporcionar profundidad defensiva - Contracción - Expansión

Fuente: adaptado de Wilson (2002).

Una vez abordado el aspecto táctico del juego, se utiliza el modelo de TGFU simplificado de Mitchell, Oslin y Griffin (1997) el cual establece que una vez dada la forma jugada, se exagera o modifica el juego para crear una situación de aprendizaje como el juego en defensa o el ataque en mayoría y, una vez representado se establece la conciencia táctica, con la reflexión de “qué hacer”, y una vez llegado a este punto, se procede a la ejecución de la habilidad en cuestión “cómo hacerlo”.

Tabla 3. Modelo de TGfU simplificado

Forma jugada (Representación, exageración)	
Conciencia táctica ¿Qué hacer?	Ejecución habilidad ¿Cómo hacerlo?

(Griffin, Mitchell y Oslin, 1997).

4.2- Promoción de la autonomía (Competencia de espíritu emprendedor):

Partiendo de la base de que, como señala Masià et al. (2009), a la mayoría del profesorado recogido en ese estudio, afirma que les parece beneficioso que el alumnado participe en competiciones deportivas para su desarrollo, en este trabajo se considera necesario crear una competición de baloncesto entre los alumnos de Educación Primaria, durante los recreos de unas semanas concretas, siendo ellos mismos quienes se encarguen de la organización y ejecución de la misma.

En general, la competencia del espíritu emprendedor se realiza mediante trabajos, siendo el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) el más empleado en las escuelas por su eficacia, ya que está basado en el planteamiento de las resoluciones necesarias a efectuar ante un problema mencionado previamente. Aquí, se quiere ir más allá, saliendo del espacio conocido como es el aula y los alumnos de la clase, e ir en búsqueda de un programa de organización mucho mayor: varios cursos completos de Primaria.

Serán los alumnos de sexto curso quienes lleven a cabo dicho proyecto, dada la dificultad que puede ocasionar seguir este trabajo de organización, ya que deberán de establecer roles entre los organizadores (entrenadores, árbitros, anotadores de mesa, anotadores de clasificación, etc.), además de crear tablas de equipos, carteles de inscripción, un calendario de competición, y la hoja de reglas del baloncesto).

En esta competición se buscará, por encima de todo, el juego limpio y el respeto de las normas del deporte.

Siguiendo a Álamo (2004) *“autores como Lorenz (1963), Freud (1946) y Parsons (1951), recogidos por Bakker y otros (1993), desde los tratados psicoanalíticos sobre la catarsis y sublimación de la agresión, han considerado que la actitud competitiva surge como una tendencia natural e innata”*. Esto puede justificar que la práctica competitiva busque un efecto catártico sobre el nivel de agresividad de sus participantes y, por tanto, esas actividades sean necesarias para que dichas tendencias agresivas se expresen de un modo socialmente aceptable. Con esta información se observa que el deporte competitivo entre alumnos puede servir como vía de escape a situaciones personales y sociales, lo cual, si se establecen límites de compañerismo y de respeto, obtendrán un espacio seguro donde poder abrirse y desestresarse de una forma sana practicando ejercicio físico.

4.3- Espacios seguros (acoso escolar):

Como se mencionaba anteriormente, es en la clase de Educación Física donde más se acentúa el acoso escolar, ya sea por ser una clase en un espacio diferente o por ser un ambiente más competitivo en determinadas actividades. Lo que está claro es que el profesor de esta asignatura tiene un papel muy importante a la hora de supervisar, prever y tratar el acoso entre determinados grupos de alumnos.

Con la información obtenida del siguiente estudio Martínez-Baena (2018) se entienden dos factores principales que desencadenan en más casos de acoso escolar: poseer una menor habilidad motriz y problemas de sobrepeso. Si bien es cierto que en los deportes una buena forma física es primordial a nivel de competición, en el colegio se debe dar más importancia al juego en grupo y al compañerismo que al resultado, ya que para centrar la atención en el resultado, existen pruebas físicas individuales como el conocido “Test de Cooper” o el “Test de Course Navette”, por mencionar alguna. Si se utilizan los deportes y las actividades colectivas como instrumento para evaluar el juego en equipo, y se dejan esas otras pruebas estandarizadas para evaluar la forma física de cada alumno, se está reduciendo notablemente la posibilidad de aparición de un nuevo caso de acoso escolar.

Desde la clase de Educación Física, aprovechando que se trata de una clase más dinámica que el resto, se deben trabajar programas de la mejora de las relaciones entre iguales e incluir adaptaciones tanto emocionales como sociales de los alumnos de Primaria (Aguilar-Herrero, García-Fernandez y Gil-Del Pino, 2021).

Por último, como afirma León, V. (2015) *“cuanto más se trabaje la prevención desde la base de la educación, menos probabilidad existirá para que el problema aparezca”*.

4.4- La sociedad ha cambiado (obesidad infantil):

Nunca antes nos habíamos encontrado con tanta tecnología e informática. Si preguntamos a nuestras generaciones anteriores, se ve una brecha enorme de innovación tecnológica, y si nos vamos unas décadas más atrás, la diferencia de recursos es desorbitada.

Es importante destacar esto, porque éste hecho que aparentemente es tan beneficioso para la sociedad, está creando jóvenes con problemas en el desarrollo físico y psíquico.

Sin quererlo y sin apenas dar cuenta, los jóvenes están pasando horas y horas con sus dispositivos móviles en vez de estar con sus iguales. De acuerdo con Ruíz et al. (2021) se trata de niños que, con menos de 10 años, en lugar de pasar las tardes en el parque con sus amigos, quedan a través de las pantallas para jugar desde casa. Lógicamente esto trae consigo problemas de interacción social, de aislamiento, y donde se va a centrar este trabajo, problemas de hábitos saludables y de acoso escolar.

Según Alba-Martín (2016) la obesidad, la cual es una enfermedad crónica, comienza durante la adolescencia y los años previos, es decir, durante la etapa de Primaria.

El uso de dispositivos electrónicos de manera diaria como videoconsolas, televisión, móviles, etc., suelen venir acompañados de poco ejercicio físico y una fuente de alimentos poco interesante como procesados y productos altamente calóricos. La suma de estas dos características, hace que pueda desencadenar en problemas como el sobrepeso. De hecho, según datos de la OMS (2017) la obesidad infantil se ha visto multiplicada por 10 en los últimos cuarenta años. Pero no sólo estas son las cifras que preocupan, sino que se sabe que desde 1975, la obesidad se ha triplicado a nivel mundial, ya que en 2016 había más de 340 millones de niños con el problema diagnosticado de obesidad infantil.

5- Metodología

Antes de comenzar con la propuesta metodológica se desarrolla el contexto educativo, donde aparecerán aspectos relevantes acerca del centro escogido, del alumnado, y de las implicaciones pedagógicas del colegio.

5.1- Contexto Educativo.

5.1.1 – El Centro Escolar

El colegio Santa Teresa de Jesús es un centro educativo de Valladolid, ubicado en la calle Felipe II, al lado de la plaza San Miguel, en pleno centro de la ciudad.

Esta escuela concertada ofrece una amplia variedad de cursos desde primero de infantil hasta el segundo curso de bachillerato. Además de los cursos regulares, el centro también ofrece una amplia variedad de actividades extraescolares para los alumnos, lo que les permite desarrollar habilidades adicionales que les ayudará en su futuro.

Estas actividades incluyen deportes, artes, música, teatro, clubes de ciencias y otras actividades de entretenimiento.

El colegio está estructurado en dos entradas principales, dos patios (uno grande y otro más reducido), un salón de actos, varios pisos donde se reparten los cursos, y una planta -1 con un aula de Música, un comedor, y un aula de Psicomotricidad.

En cuanto a los cursos, hay dos líneas en cada curso: A y B. Estas dos líneas son las mismas para cada curso, lo que garantiza una igualdad de oportunidades para todos los alumnos, ya que los profesores se organizan para llevar la materia al mismo ritmo.

El horario del colegio difiere con otros de la zona, siendo de 9:00h a 14:30h.

En cuanto a la ubicación del centro, podemos citar que está muy próximo a la playa de las Moreras, esto sirve para desarrollar clases de educación física en un ambiente más natural abierto y amplio para el alumnado.

En este lugar se pueden organizar actividades como baloncesto, carreras de orientación, vóley playa, fútbol, y pruebas de resistencia velocidad etc.

5.1.2. El Alumnado.

La mayoría de las familias son de clase media, ya que el colegio es un centro concertado con determinados cursos de carácter privado. Las clases rondan aproximadamente los 20 alumnos, y, en caso de sexto curso tenemos 22 alumnos por aula. En general los alumnos del curso de sexto son bastante polivalentes, con buena forma física y buenas habilidades motoras.

5.1.3. Implicaciones pedagógicas del contexto educativo.

Dado que el proyecto engloba un programa antibullying, se destacan algunos de los planes que se llevan a cabo en el colegio.

En el Centro Escolar Santa Teresa de Jesús, se imparten diferentes proyectos para garantizar el mejor desarrollo de los alumnos. El Plan de Convivencia, el Plan de Atención a la Diversidad, el Plan de Acción Tutorial y el Plan de Acogida de Profesores y Alumnos son algunos de ellos. El Plan de Convivencia establece pautas para el respeto mutuo entre estudiantes y profesores, así como la prevención de los conflictos. El Plan de Atención a la Diversidad promueve una educación inclusiva, que asegure el mismo trato a todos los alumnos sin importar sus características. Por otra parte, el Plan de Acción Tutorial ofrece apoyo para que los alumnos mejoren su rendimiento académico, así como orientación para la toma de decisiones. Finalmente, el Plan de Acogida de Profesores y Alumnos busca brindar la mejor atención a todos los integrantes del Centro Escolar Santa Teresa de Jesús.

5.2- Propuesta de intervención

5.2.1- Explicación del proceso del desarrollo del tema:

- *Introducción al proyecto:* El proyecto está dividido en 2 ramas diferentes:
 - En primer lugar, uno de los dos días de las semanas que dure la intervención educativa, se imparten sesiones de baloncesto siguiendo un planteamiento técnico y táctico para lograr un aprendizaje lo más íntegro posible del alumnado en este deporte recogido en la programación de Educación Física.
 - Por otro lado, el día restante de EF en el centro, está destinado a realizar 3 proyectos mediante grupos de trabajo de unos 8 alumnos por equipo, y cuya organización será de 3 semanas de “planteamiento” y otras 4 semanas de “realización”. Haciendo un total de 7 clases de EF.

Los proyectos:

- El primero consiste en elaborar una competición escolar de baloncesto entre tercero, cuarto, quinto y sexto curso. Estos cursos están elegidos porque para la Federación Municipal de Deportes, desde tercero de primaria ya se consideran Benjamines por lo que ya se presentan a partidos contra colegios los fines de semana, pensando así que, aun teniendo una notable desventaja respecto a los alumnos de sexto curso, se trata de una edad en la que ya pueden comenzar a experimentar la competición.
Tras varias semanas lectivas de preparación, proceden a realizarlo en los recreos (patios escolares) siguiendo la organización temporal establecida.
- El segundo consiste en elaborar un proyecto acerca del acoso escolar, para ello, se organizarán haciendo determinadas sesiones para empezar a realizarlas en las clases durante las sesiones de “ejecución”.
- El tercero, por otro lado, consiste en tratar temas como la obesidad, el sedentarismo, y procurar inculcar a los compañeros una serie de hábitos de estilos de vida saludables relacionados directa o indirectamente con la práctica deportiva.

- *Contextualización:*

La fecha elegida será durante los meses de abril y mayo de 2025.

Durante la clase del día 1 de abril se explica y se establecen los grupos de trabajo.

El proyecto tiene una duración que abarca desde el día 1 de abril hasta el día 30 de mayo.

Las primeras 3 semanas, son las llamadas semanas de “planificación”, donde los grupos de trabajo dispondrán de tiempo suficiente para elaborar su proyecto. Las siguientes 4 semanas, con el nombre de semanas de “ejecución”, marcan el tiempo de duración de los proyectos.

La ejecución del proyecto de la organización del campeonato se realizará durante los recreos de las semanas de “ejecución”, por ende, son los proyectos restantes (acoso escolar y hábitos saludables) los que se ejecutarán durante las clases de EF de esas semanas, alternando los días, comenzando con el del acoso escolar.

El motivo de esta temporalización se debe al hecho de que los tres grupos de trabajo dispondrán de 3 días (tres semanas) para la elaboración de sus proyectos, y los dos proyectos a exponer en clase, tendrán cada uno una duración de 2 clases.

Establecido así el programa:

Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7
Día 1: Preparación de proyectos Liga / Acoso / Hábitos	Día 1: Preparación de proyectos Liga / Acoso / Hábitos	Día 1: Preparación de Proyectos Liga / Acoso / Hábitos	Día 1: Ejecución de proyectos Acoso	Día 1: Ejecución de proyectos Hábitos	Día 1: Ejecución de proyectos Acoso	Día 1: Ejecución de proyectos Hábitos
Día 2: Clase EF	Día 2: Clase EF	Día 2: Clase EF	Día 2: Clase EF	Día 2: Clase EF	Día 2: Clase EF	Día 2: Clase EF
			Liga:	Durante todos los días en los recreos		

Tabla 4. Programa escolar de siete semanas de duración.

(Fuente: elaboración propia).

- *Justificación:*

Como se ha comentado anteriormente, debido a que es en la clase de Educación Física donde más se acentúa el acoso escolar, se establece importante desarrollar las sesiones necesarias para erradicarlo desde esta asignatura como primer lugar, para luego, llevarlo al ámbito privado y sigan haciendo uso de los valores adquiridos en la escuela.

Lo mismo se intenta perseguir con las sesiones de los hábitos saludables, ya que la mayor parte del tiempo la pasan fuera de la escuela, por tanto, necesitan utilizar los hábitos saludables tanto fuera de la escuela como a lo largo de su vida.

La organización de la competición escolar, busca perseguir el espíritu emprendedor, de toma de decisiones y de programaciones más elaboradas que un simple trabajo teórico. Busca llevar a la práctica el uso de herramientas para poder gestionar proyectos de mayor envergadura como los muchos que encontrarán a lo largo de su vida.

5.2.2- Herramientas a utilizar para los proyectos:

- *Organización de eventos deportivos:* Planificación de la competición de baloncesto escolar, la adquisición de materiales deportivos y la coordinación de horarios.
- *Programa anti acoso escolar:* Selección de actividades y recursos didácticos apropiados para abordar el tema del acoso escolar, como dinámicas de grupo, debates, vídeos educativos y materiales de sensibilización.
- *Programa hábitos saludables:* Selección de actividades y recursos didácticos apropiados para abordar el tema de los hábitos saludables, como dinámicas de grupo, debates, vídeos educativos y materiales de sensibilización.

Tabla concreción curricular: (decreto 38/2022, de 29 de septiembre)

Competencia específica	Criterios de evaluación	Contenidos
1.	1.1 Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos a nivel físico, mental y social de la	A. Vida activa y saludable. – Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo.

	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) 1.2 Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM2, STEM5, CPSAA2, CE3) 1.3 Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo y	Impacto de alimentos ultraprocesados y bebidas energéticas o azucaradas. Fundamentos de una dieta sana y equilibrada. Hábitos de alimentación y su repercusión sobre la salud y el ejercicio físico. Identificación de los efectos perjudiciales relacionados con un estilo de vida con ausencia de práctica de actividad física. B. Organización y gestión de la actividad física. – Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor, con autonomía y creatividad. – Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas. – Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado.
--	--	--

	actuando con precaución ante ellos. (STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5) 1.4 Identificar y abordar conductas 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)	– Prevención de accidentes y lesiones en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. 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. Actividades de cooperación-oposición D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. – Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.
2.	2.2 Aplicar principios básicos de toma de decisiones 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, reflexionando sobre las soluciones obtenidas. (STEM1, CPSAA4, CE1) 2.3 Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. (STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE1)	– Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. - Identificación, abordaje y rechazo de conductas violentas o contrarias a la Convivencia – Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que intervienen en el juego. E. Manifestaciones de la cultura motriz. – Roles de trabajo: entrenador, árbitro, mesa... G. Información, digitalización y comunicación. – Integración responsable de las TIC en el proceso de búsqueda, análisis y selección y comunicación de información. – Interacción oral adecuada en contextos informales, escucha activa, asertividad y
3.	3.1 Participar 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) 3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo las actuaciones de compañeros y rivales. (CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3)	empatía con las intervenciones de los demás.
6.	6.3 Compartir los resultados de investigaciones o proyectos individuales y grupales vinculados a la actividad físico-deportiva,	

	explicando y valorando el proceso llevado a cabo, empleando diferentes estrategias comunicativas y a través de diferentes formatos y medios. (CCL1, CD2, CPSAA5)	
--	--	--

5.2.3- Objetivos didácticos del alumnado en relación a las sesiones de baloncesto y a los 3 proyectos:

1. Desarrollar una autonomía en un deporte ampliamente conocido como es el baloncesto.
2. Erradicar comportamientos ofensivos en el deporte.
3. Comprender la importancia física y mental de los hábitos saludables.

5.2.4- Sesiones de baloncesto escolar:

En este apartado se encuentran las siete sesiones de baloncesto que seguirá el profesor de EF para comenzar a entender y practicar el deporte:

SESIÓN NÚMERO 1			
Sesión: 1	Duración: 60min	Instalaciones: patio grande	Día: 1
Objetivos: familiarización con balón y fundamentos básicos			
Material: 8 balones, conos (chinos)			Nº
participantes: 22 alumnos			
Calentamiento	Juego de pillar: Se la queda un jugador con peto, y deberá tocar con las manos al resto de jugadores, una vez que pila a uno, pasan a pillar los dos.		
Parte principal	Circuito individual mediante líneas y conos para controlar el bote del balón Pases por parejas de pecho, picado y pases altos. Juego "rondo" por grupos de 3 a 5 participantes: el del medio deberá interceptar un pase, cuando esto suceda, se alternan las posiciones. Juego de dar al objetivo: establecemos dos filas, desde un mismo punto deberán dar al poste de la portería a una distancia de unos 5 metros, la fila que haya dado más veces al poste gana. Ampliamos dificultad aumentando la distancia y dando en vez de al poste, al larguero de la portería.		
V. Calma	Juego del K.O.		

SESIÓN NÚMERO 2			
Sesión: 2	Duración: 60min	Instalaciones: patio grande	Día:
Objetivos: mejorar control del bote y del pase			
Material:		Nº participantes: 22 alumnos	
Calentamiento	Juego de pillar con balón: Se la queda un jugador, y deberá tocar con el balón al resto de jugadores, una vez que pila a uno, éste pasa a pillar. (solo pilla 1 jugador)		
Parte principal	Circuito de líneas y conos, pero en determinados puntos deberán de cambiar al balón a la mano izquierda. Mismo circuito, pero en parejas, deberán dar un máximo de botes y pasar el balón. Juego de pases: con 2 equipos, haremos el juego de los 8 pases sin bote. El equipo que consiga pasar 8 veces a jugadores diferentes gana. Para aumentar la dificultad, aumentaremos el número de pases.		
V. Calma	Juego del veintiuno. .		

SESIÓN NÚMERO 3			
Sesión: 1	Duración: 60min	Instalaciones: patio grande	Día:
Objetivos: practicar las entradas a canasta y pasar y cortar			
Material: balones, aros y petos		Nº participantes: 22 alumnos	
Calentamiento	Juego de pillar: Se la quedan 2 jugadores con balón, y deberán tocar con el balón al resto de jugadores, una vez que pilla a uno, éste pasa a pillar.		
Parte principal	Mediante dos filas practicar la entrada a canasta. El profesor pondrá dos aros a cada lado de la canasta para indicar que dentro del aro es donde hay que dar los apoyos de los pies. Explicar el “pasar y cortar”. Mediante dos filas practicar el pasar y cortar. (se pueden poner 4 filas empleando 2 canastas) Ejercicio de defensa, por parejas, el atacante deberá cruzar en el menor tiempo posible el campo botando, mientras que el defensor deberá quitarle el balón, o en su defecto, ralentizarle todo lo que pueda.		

	Circuito por parejas utilizando las canastas del patio provocando el “pasar y cortar” explicado anteriormente.		
V. Calma	Juego de la bombilla.		

SESIÓN NÚMERO 4

Sesión: 4 Duración: 60min Instalaciones: patio grande Día:			
Objetivos: mejorar la precisión y la técnica de tiro			
Material: balones y conos Nº participantes: 22 alumnos			
Calentamiento	Juego de pillar: Se la queda un jugador con peto, y deberá tocar con las manos al resto de jugadores, una vez que pila a uno, pasan a pillar los dos.		
Parte principal	Pondremos conos cerca de las canastas y mediante un circuito de filas deberán tirar a canasta y contar los puntos que vayan sumando. Haremos el mismo circuito, pero en parejas, e intentamos tirar en movimiento tras recibir el pase. Dividiremos mediante dos filas la clase, y el equipo que más tiros libres meta, gana		
V. Calma	Relajación en círculo, en parejas, uno permanece tumbado boca abajo y el otro rueda el balón por su cuerpo, luego rotamos.		

SESIÓN NÚMERO 5			
Sesión: 5		Duración: 60min	Instalaciones: patio grande
Objetivos: introducir situaciones de jugo con ventaja en número			
Material: balones y petos		Nº participantes: 22 alumnos	
Calentamiento	Juego de pillar: Se la queda un jugador con peto, y deberá tocar con las manos al resto de jugadores, una vez que pila a uno, pasan a pillar los dos.		
Parte principal	Juego de los 10 pases, mediante dos equipos en un mismo campo. Explicamos bien las reglas del juego y mediante 3 filas, en medio campo haremos un 3vs2 (3 atacantes y 2 defensores) Una vez dominado, procedemos a hacer una liga de 3vs3 como si fuera juego real.		
V. Calma	Estiramientos en círculo, desde los pies hasta el cuello.		

SESIÓN NÚMERO 6			
Sesión: 6		Duración: 60min	Instalaciones: patio grande
Día:			
Objetivos: trabajar la toma de decisiones y la defensa en 2vs2			
Material: conos, petos y balones		Nº participantes: 22 alumnos	
Calentamiento	Juego de pillar: Se la queda un jugador con peto, y deberá tocar con las manos al resto de jugadores, una vez que pila a uno, pasan a pillar los dos.		
Parte principal	Primero haremos dos filas para recordar las entradas a canasta. Después haremos tiros, siguiendo con las filas. Haremos, con las mismas filas el pasar y cortar para dar paso al 2vs2 Juego de 2vs2 alternando atacantes y defensores, podemos usar varias canastas.		

V. Calma	Juego del K.O.		
----------	----------------	--	--

SESIÓN NÚMERO 7			
Sesión: 7		Duración: 60min	Instalaciones: patio grande
Objetivos: integrar todos los conceptos en el juego real			
Material: alumnos		balones y petos	Nº participantes: 22
Calentamiento	Juego de pillar: Se la queda un jugador con peto, y deberá tocar con las manos al resto de jugadores, una vez que pila a uno, pasan a pillar los dos.		
Parte principal	Haremos una liga de 5vs5, dividiendo a la clase en equipos elegidos mediante los ganadores del juego del calentamiento. (habrá dos equipos de 6 jugadores, haremos cambios para que en el campo siempre haya 5 jugadores por equipo).		
V. Calma	A elegir por votación entre los ejercicios de vuelta a la calma que hemos realizado anteriormente		

6- Trabajo por grupos:

6.1- Fases proyecto competición:

- *Preparación:* Elaboración de un calendario de actividades, identificación de roles en el grupo y responsabilidades del equipo organizador, y diseño de materiales promocionales para la competición de baloncesto. En anexos está el ejemplo de la documentación necesaria para la planificación de la competición. (ANEXOS)

Para los roles tendremos:

- Anotadores de mesa (encargados de llevar el acta de cada partido)
- Árbitro/s de campo (encargados de pitar las faltas y el resto de normas para el buen funcionamiento del juego)
- Entrenadores (encargados principalmente de sacar a los jugadores para que juegue todo el equipo el mismo tiempo)
- Equipo sanitario (encargados de, en caso de accidente, socorrer y avisar al profesorado)

Las funciones de organización deberán realizarse entre todos, y luego elegir cada uno un rol para ejercerlo durante el torneo. El rol podrá ser rotativo, de tal manera que cada uno de ellos haga las funciones de todos.

- *Ejecución:* Realización de la competición de baloncesto escolar siguiendo el calendario establecido, y ejecución de las actividades en las clases de educación física.
- *Evaluación:* Recopilación de datos sobre la participación en la competición de baloncesto mediante encuestas, observaciones y análisis de comportamiento.

En este punto se explica la ejecución de los grupos de los proyectos de acoso escolar y a continuación, de hábitos saludables.

6.2- Fases proyecto acoso escolar:

- *Preparación:* Investigación sobre el acoso escolar y Elaboración de actividades previamente hechas por el profesor, dando margen de mejoras pertinentes por parte del grupo de trabajo.

Identificación de roles y responsabilidades del equipo organizador, y diseño de materiales para las actividades de aula de anti acoso.

Para ello se organizará en dos sesiones de trabajo, donde será el grupo quien tenga que guiar las clases y, realizando las reflexiones oportunas de cada actividad:

Sesión 1:

TEJIENDO LA RED CONTRA EL ACOSO ESCOLAR (AE)	
Objetivos: - Afianzar conocimientos del AE - Promover conductas y actitudes para prevenirlo.	Material: - Recursos audiovisuales - 2 madejas de lana - Objeto representativo del acosador (pelota).
Desarrollo: - Actividad 1: “Kahoot!” (tiempo aproximado 20 min). (Véase Anexo IV) Se utilizará el proyector de clase con la pantalla. Se pedirá a los estudiantes que utilicen los portátiles de clase para registrarse online al Kahoot. Una vez conseguido esto se procederá a la realización del juego:	

El juego consiste en, mediante preguntas tipo test con cuatro opciones de respuesta y siendo una sola la opción verdadera, que los alumnos deberán contestar en sus dispositivos en menos de 20 segundos cada pregunta.

Las respuestas se acompañarán de breves explicaciones en clase para afianzar los conceptos y justificar las respuestas.

- **Actividad 2: “TELA DE ARAÑA”. (Tiempo aproximado 40 min)**

Los alumnos se colocarán en un círculo en el que se tratará de formar una “tela de araña” entre ellos/as con un ovillo de lana:

Un compañero comienza sujetando el cabo del ovillo y después de mencionar en voz alta una situación de AE o una buena actitud frente al AE, lanzará la madeja a otro compañero. De esta forma, quedan unidos entre sí por una línea de lana. El compañero que lo reciba, mencionará otra situación de AE o buena actitud frente al AE y le pasará a otro compañero. Continuaremos así hasta que se forme una red de lana, la cual pueda sostener una pelota encima representando al acosador.

Es importante ir tensando los hilos de lana en cada lanzamiento para que se cree una superficie que pueda sujetar la pelota. Cuando pidamos a algunos compañeros que vayan soltando sus hilos de lana, la pelota terminará cayéndose al igual que lo hace el AE en nuestros ambientes y colegios.

Reflexión de grupo:

Tras este pequeño juego se realizará una reflexión en la que será preciso indicar:

- El AE es un problema de todos. Quienes se encuentran en esta situación, necesitan ayuda para salir, ya que solos no pueden. Si fuéramos nosotros, ¿nos gustaría que nos ayudasen?
- El AE es cosa de tres: el acosador, la víctima y los que miran sin oponerse. Estos últimos son el grupo con mayoría de alumnos y como se ha visto, son capaces de hacer un gran efecto ante esta situación (o bien con risas, con gestos alentadores, con silencio; defendiendo y ofreciendo apoyo). El efecto que causen puede ser positivo o negativo, dependiendo de la actitud que se quiera tomar ante esta situación. Y sabiendo esto, ¿Cómo quiero actuar?

Observaciones:

- se necesitarán los portátiles, o, en su defecto, se podrá hacer a voz.

Fuente: modificado de Juárez, M. (2023)

Sesión 2:

¿Y TÚ QUIÉN ERES?	
Objetivos: - Distinguir los distintos roles implicados en el AE y la responsabilidad que posee cada uno en el mismo. - Aportar herramientas de actuación frente al AE.	Material: - Post-its - Cartulinas con frases
Desarrollo: - Actividad 1 “ADIVINA QUIÉN SOY”: (tiempo aprox. 15-20 min) Primero se empezará la actividad escribiendo en un post-it las principales figuras que tienen implicación en el acoso (acosador/a, víctima, y observador/a) y se colocarán en la frente de cada uno de los alumnos sentados en sus sitios. De esta forma ningún alumno conoce su propio rol, pero sí el de sus compañeros. A continuación, se darán instrucciones a los participantes para tratar a los demás en función al rol que tienen escrito en su papel. El objetivo de esta actividad es que cada alumno descubra que rol le ha tocado basándose en el comportamiento que tienen hacia él sus compañeros, diferenciando si son acosador, víctima u observador. A medida que lo vayan adivinando se juntarán en grupos. ○ Cuando hayan acabado de agruparse se dará especial importancia en la idea del observador/a como figura independiente y esencial dentro del proceso del acoso, ya que, es el principal eslabón para frenarlo. - Actividad 2 “QUÉ SE DEBE HACER Y QUÉ NO SE DEBE HACER”: (tiempo aproximado 20-30 min) ○ Se dividen en los grupos tal y como quedaron en la actividad anterior y se reparten cartulinas en las que se han escrito previamente distintas situaciones de AE. Los alumnos deberán identificar en cada una de ellas: - Comportamientos de actuación favorables y desfavorables. - Consecuencias derivadas de una mala actitud. - Medidas de actuación ante dicha situación. ○ Los estudiantes tendrán que colocar a un lado u otro del papel continuo formado por las cartulinas según corresponda a “qué se debe hacer o no se debe hacer”, además de	

consecuencias y medidas de actuación. En esta actividad es importante insistir en el trabajo en equipo para la toma de decisiones. ○ Después se pondrán en común las decisiones tomadas por cada grupo.
Reflexión de grupo: - Con la primera actividad se pretende enfatizar más en la empatía. El hecho de vivir una situación incómoda en primera persona, aporta a los alumnos un mayor grado de comprensión a la hora de presenciar una situación de AE, lo que hará que actúen positivamente involucrándose de una forma u otra. - La actividad 2 aporta herramientas que pueden servir a la hora de abordar una situación de AE. Esto se consigue dejando claro cuáles son los comportamientos favorables y desfavorables.
Observaciones: - Podría ser más rápido si se llevan las frases escritas con antelación en las cartulinas. - A la hora de la puesta en común se debe enfatizar la cooperación entre todos.

Fuente: modificado de Juárez, M. (2023)

- *Ejecución:* Realización de las actividades anti acoso en las dos clases establecidas de educación física.
- *Evaluación:* Recopilación de datos sobre el impacto de las actividades anti acoso, mediante la reflexión, observaciones y análisis de comportamiento.

6.3- Fases proyecto hábitos saludables:

- *Preparación:* Investigación sobre los hábitos saludables respecto a la pirámide alimenticia y puesta en práctica de las sesiones de actividades previamente hechas por el profesor, dando margen de mejoras pertinentes por parte del grupo de trabajo. (ANEXOS)
- Identificación de roles y responsabilidades del equipo organizador, y diseño de materiales para las actividades de aula.
- Para ello se organizará en dos sesiones de trabajo, donde será el grupo quien tenga que guiar las clases y, realizando las reflexiones oportunas de cada actividad:

Sesión 1:

PIRÁMIDE DE ALIMENTOS		
Material: fichas de alimentos, petos y aros		
Espacio: patio grande		
1. Explicación	El grupo explicará en qué consiste la pirámide alimenticia con la infografía (Ariza, C. 2015) u otros recursos que tendrán preparados. (ANEXOS)	20 min
2. Sacos de alimentos	Jugaremos al juego de los sacos de alimentos. Los alumnos colocarán unas fichas con diferentes nombres de alimentos repartidas por el suelo del patio del colegio. Por dos grupos deberán cogerlas y ponerlas en el aro verde (proteína), amarillo (hidratos) y rojo (grasas) según lo que crea que aporta más. Cada jugador solo podrá trasladar un alimento, y una vez dejado en el aro, ir a por otro. Cada grupo tendrá sus aros colocados en una zona del campo de baloncesto. El equipo que antes rellene los aros, finaliza el juego, luego se hará el recuento para verificar que es correcto, y el que más aciertos tenga, gana. Haremos 2 rondas.	15 min
3. Campo de alimentos	En el campo de baloncesto del patio grande, dividiremos a la clase con los dos mismos equipos. Cada uno ocupará un área y, como en los juegos clásicos de pillar, en su área no les pueden pillar, pero ellos pueden pillar al contrario que entre en esa zona. Por todo el campo habrá petos repartidos aleatoriamente (rojos grasas y verdes proteínas). Deberán entrar al campo rival para coger los petos verdes, y traerle a su campo sin ser pillados (tocados).	15 min

	Podrán coger los petos rojos y llevarlos al campo contrario sin lanzarles. En caso de ser pillados, se sientan y ya no pueden levantarse La duración de cada juego será de 3 minutos o cuando todos estén pillados. Para contabilizar puntos se hará de la siguiente manera: Cada peto verde, suma un punto. Cada peto rojo, resta un punto.	
4. Reflexión final	El grupo encargado deberá guiar la reflexión final para asentar los conocimientos a cerca de la correcta alimentación.	10 min

Sesión 2:

ES POR NUESTRA HIGIENE		
Material: petos negros y azules		
Espacio: patio grande		
1. Explicación	El grupo explicará en qué consiste la higiene corporal con la infografía (Ariza, C. 2015) u otros recursos que tendrán preparados. (ANEXOS)	20 min
2. Juego “la peste”	Se hacen tres grupos: (habrá más participantes en el grupo negro) petos negros- LA PESTE petos azules- BUENA HIGIENE sin petos- EL RESTO. Los que no tienen peto pueden ser pillados por los de negro, y al ser pillados deberán buscar a otro compañero de peto azul. Los de peto azul	15 min

	permanecerán poco móviles (andando). Los de peto negro correrán para pillar a los que no tienen peto. Cuando uno es pillado debe buscar a un alumno de peto azul, para conseguir eliminar los efectos negativos de una mala higiene y así conseguir establecer el hábito correcto. Una vez acabado el tiempo se comprobará cuantos alumnos sanos quedan. Haremos varias rondas para ir rotando posiciones.	
3. Juego “Infectado”	Elegiremos a dos alumnos que representarán el mal olor, virus, infecciones... como consecuencia directa de una mala higiene corporal. Estos alumnos deberán colocarse en la zona del área de triple del campo de baloncesto. Los demás compañeros representan el buen aseo corporal y se situarán dentro del área de triple. Los dos alumnos identificados como “infectados” lanzarán pelotas de goma espuma hacia el resto, los cuales se podrán mover por toda el área para esquivar la pelota. Si los dos compañeros elegidos dan a alguno del resto, entonces éstos pasarán a convertirse también “infectados”. Se finaliza cuando todos estén dados (infectados)	15 min
4. Reflexión final	El grupo encargado deberá guiar la reflexión final para asentar los conocimientos a cerca de la correcta higiene corporal.	10 min

- *Ejecución:* Realización de las actividades de hábitos saludables en las dos clases de educación física.

- *Evaluación:* Recopilación de datos sobre el impacto de las actividades de hábitos saludables, mediante la reflexión, observaciones y análisis de comportamiento.

7- Evaluación de la intervención:

- *Evaluación en sesiones de baloncesto:*

Para la evaluación, se procede a repartir una hoja a cada alumno en las sesiones 5 y 7, de tal forma que mediante un sistema de observación de uno a uno (coevaluación), se va tomando nota en el 3vs3 y en el juego real de la eficacia de los parámetros registrados en la hoja, durante todo el tiempo que el jugador esté en el campo, contribuyendo de esta manera a una auténtica evaluación formativa.

Tabla 5. Hoja de observación por pares.

Jugador:						
Observador:						
Marca cada acción con un palito:	PASE		TIRO		DRIBLING	
	Con éxito	Sin éxito	Con éxito	Sin éxito	Con éxito	Sin éxito
Total:						
Ratio éxito/sin éxito						
Aspectos a mejorar						

Fuente: Elaboración propia

- *Evaluación en proyectos:*

La siguiente rúbrica será completada por el maestro en los tres equipos de trabajo diferentes, para ello la valoración será conjunta para todos los miembros del grupo.

Tabla 6. Rúbrica evaluación de proyectos.

Proyecto:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Se asumen adecuadamente los roles de trabajo										
La participación de todos los compañeros es similar										
Se muestran respeto entre ellos y con el resto de la clase										
El planteamiento de la sesión se realiza de manera efectiva										
Se centran en que la clase entienda la reflexión final										

Fuente: Elaboración propia

8- Resultados

En relación a la puesta en práctica no procede, dado que no se ha llevado a cabo esta intervención educativa.

Trabajar siguiendo la rama del baloncesto como deporte principal en la educación física ha sido una elección acertada debido a mi experiencia como entrenador de este deporte en varios años.

Por otro lado, respecto al objetivo del diseño de un plan para abordar el bullying, el poder extraer información de aspectos relacionados con las sesiones del proyecto del acoso escolar me ha servido para entender la importancia de dar roles de trabajo al alumnado para que afiancen los conceptos de la mejor manera.

También para el objetivo de relacionar la práctica deportiva y los hábitos saludables, he querido establecer sesiones de hábitos saludables basándome en juegos ya existentes para modificarlos y conseguir así, mediante el juego, que los alumnos adquieran estos hábitos. Por último, para poder lograr el objetivo de descubrir la importancia de trabajar la competencia emprendedora, la competición escolar es lo que más me gustaría llevar a

cabo en un colegio real para conocer su verdadera eficacia e incluso poder crear así la “tradición” de llevar a cabo un proyecto de curso al final de la etapa de Primaria.

9- Consideraciones finales

Llegado a este punto, es importante poder resumir los principales objetivos y líneas seguidas en la elaboración de este trabajo de fin de grado de Educación Primaria.

En primer lugar, se ha procurado dotar al alumnado más avanzado de la etapa de Primaria la responsabilidad de dirigir un campeonato de baloncesto de carácter real en los patios escolares. Esta iniciativa les inculca unos saberes de gestión y liderazgo propios de una organización mucho más grande que cualquier trabajo a nivel de aula. Les sirve para trabajar en equipo mediante la implantación de roles para la ejecución satisfactoria del torneo. Han experimentado el trabajo que realizan entrenadores, árbitros, equipo de organización de calendario y formalizaciones de hojas de actas.

Por otro lado, se realizan actividades para la concienciación de conocer y erradicar un problema que se da en las aulas españolas desde hace años, el acoso escolar. El implementar sesiones donde son los propios alumnos quienes dirigen y establecen las pautas de trabajo, poniéndolo a su vez en práctica en una clase real, se debe a que así ellos mismos toman un papel mas integrador a la hora de concienciarse de lo que realmente pasa en las aulas, y viendo desde su propia perspectiva al agresor, víctima y los diferentes comportamientos del resto del alumnado.

Además, se ha querido trabajar la importancia de hábitos saludables desde higiene personal hasta aspectos relacionados con la alimentación, pasando por la importancia de la actividad física tanto para el cuerpo como para la mente, pues según la OMS, otro de los problemas principales en las primeras etapas escolares se trata de la obesidad infantil, la cual se ha visto multiplicada por 10 en los últimos cuarenta años, tratándose así de otro problema que hay que frenar desde la concienciación de los más jóvenes.

Cabe mencionar que este proyecto se alinea con los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS) de la Organización de las Naciones Unidas.

En relación al ODS 3 (Salud y Bienestar), busca fomentar hábitos saludables abordando la obesidad infantil y el sedentarismo. También respecto al ODS 5 (Igualdad de Género), ya que se enfoca en que tanto los niños como las niñas de los diferentes cursos de Primaria participen en el campeonato de Baloncesto escolar. Finalmente, respecto al ODS 10 (Reducción de las Desigualdades), donde aborda la prevención y erradicación del acoso escolar, lo que desgraciadamente afecta a los más vulnerables. En conjunto, dicha

intervención educativa no solo busca mejorar el rendimiento físico y académico de los alumnos sino que su objetivo también es lograr una sociedad más respetuosa, inclusiva y saludable.

Por último, se ha seguido la línea principal de trabajo estructurada en la parte del currículo perteneciente al deporte del Baloncesto. Este enfoque se ha usado como vehículo principal, pues enseña lecciones importantes para la vida como el respeto mutuo entre deportistas, la gestión del estrés en el juego real y la capacidad de pedir ayuda cuando sea necesaria.

Para concluir, esta intervención educativa se ha realizado de la manera más práctica posible y añadiendo todo tipo de recursos gráficos (en anexos), para que pueda ser utilizada en cualquier colegio de forma real, donde cualquier profesor pueda implementarlo en su programación anual, siendo un documento de carácter público con el más sincero objetivo de ayudar tanto al profesorado con el temario, como a nuestros jóvenes con los valores que deseo transmitir.

- Referencias bibliográficas

- Aguilar Herrero, M. García Fernandez, C. & Gil del Pino, C. (2021). Efectividad de un programa educativo en Educación Física para fomentar las habilidades socioafectivas y prevenir la violencia en educación primaria. “*Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*”, Vol 41, 492-501.
- Álamo, J.M. (2004) El Deporte Escolar en Canarias. Facultad de Ciencias de la Educación Física el Deporte. Universidad de las Palmas de Gran Canaria.
- Alba-Martín, R. (2016). Prevalencia de obesidad infantil y hábitos alimentarios en educación primaria. *Enfermería Global*. 15, (2), 40–62.
- Ariza, C., Ortega-Rodríguez, E., Sánchez-Martínez, F., Valmayor, S., Juárez, O., Pasarín, M. I., & del Proyecto POIBA, G. D. I. (2015). La prevención de la obesidad infantil desde una perspectiva comunitaria. *Atención Primaria*, 47(4), 246-255.
- E. Ortega Gómez (1979). Hacia una organización deportiva escolar autónoma Departamento de Ciencias Sociales I.N.E.F. – Barcelona.
- Guterman, T. (n.d.). *La higiene corporal y su aplicación didáctica a través de juegos*.

- Griffin, L., Mitchell, S. y Oslin, J. (1997) *Teaching sports concepts and skills: a tactical games approach*. Human Kinetics.
- Juárez Gutiérrez, M. (2023). Evaluación de la eficacia de una intervención enfermera para la prevención de acoso escolar: diseño de un proyecto de investigación. Universidad de Valladolid.
- León Moreno, V. (2015). El bullying o acoso escolar en la educación secundaria. La educación física y el deporte como medios de prevención e intervención. Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Sevilla.
- Martínez-Baena, A. y Faus-Boscá, J. (2018) Acoso escolar y Educación Física: una revisión sistemática *Bullying in schools and Physical Education: A systematic review*
- Masià, J. R., Del Carmen Mayolas Pi, M., & Plá, L. A. (2009). *La competición deportiva como medio de enseñanza en los centros educativos de primaria*. Dialnet.
- OMS (2017) La obesidad infantil y adolescente se ha multiplicado por diez en cuatro décadas. Tenfold increase in childhood and adolescent obesity in four decades: new study by Imperial College London and WHO
- Reverter-Masía, J., Legaz-Arrese, A., Jové-Deltell, M. C., Pi, M. M., & Salvo, C. V. (2012). Intervención educativa sobre hábitos nutricionales, higiene y salud en alumnos de primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 12(48), 611-623.
- Ruiz, C. Domínguez, C. & Rodríguez, G. (2021). Visión de Percepción del uso del teléfono móvil en estudiantes desde educación primaria hasta carrera universitaria. *Digital Education Review*, 39.
- Standing, R. D. y Bunker, D. J. (2019). The effectiveness of progressive and traditional coaching strategies to improve sprint and jump performance across varying levels of maturation within a general youth population. *Sports*, 7(8), 186-206.
- Víctor Borja González (2012). Bullying Y Acoso Escolar Durante El Desarrollo De Las Clases De Educación Física, Revisión Teórico-conceptual. *EmásF: Revista digital de Educación Física*, 15, 73-78.

Wilson, G. (2002). A framework for teaching tactical games knowledge. *JOPERD: The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 73 (1), 20-26.

- Anexos

Normas minibasket:

NORMAS mini-basket



- Los equipos deben ser MIXTOS. Cada equipo tendrá un máximo de 6 jugadores/as: 4 jugadores/as de campo y 2 sustitutos.
- En juego siempre tiene que haber chicos y chicas (mínimo 1).
- El tiempo regular de juego serán dos periodos de 6 minutos a reloj corrido.
- En caso de empate se tirarán 4 tiros libres para desempatar.
- No hay campo atrás.
- No se podrá presionar en campo de ataque después de conseguir canasta.
- Los tiros desde fuera de la zona valdrán 3 puntos, 2 puntos desde dentro de la zona y 1 punto los tiros libres.
- Un equipo perderá el partido si:
 - Al momento de empezar el partido no se ha presentado o no puede presentar 4 jugadores preparados para jugar.
 - Sus acciones impiden que se juegue correctamente el partido.
- Si fuera necesario aplazar un partido, se comunicará con antelación.
- El resto de reglas no reflejadas en esta normativa se aplicarán de acuerdo a las reglas oficiales de mini-basket.

**LOS DÍAS DE PARTIDO SE PUEDE VENIR
CON EL CHÁNDAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Ficha inscripción:



APÚNTATE

Inscribe tu equipo de 5-6 jugadores con nombre y apellido antes del jueves 6 de abril y entrega esta ficha en 6ºA. Los equipos deben ser mixtos.

JUGADOR/A 1 JUGADOR/A 2
 JUGADOR/A 3 JUGADOR/A 4
 JUGADOR/A 5 JUGADOR/A 6

Cartel inscripción:



APÚNTATE

Inscribe tu equipo de 5-6 jugadores con nombre y apellido antes del día 4 de abril y entrega esta ficha en 6ºA. Los equipos deben ser mixtos

FECHAS DE INSCRIPCIÓN DE EQUIPOS
 14,15 y 16 de abril

Calendario torneo:



Calendario baloncesto patio

Curso 2024/25

L 1-abril	EE.UU.	vs	Venezuela
M 2-abril	China	vs	Japón
V 3-abril	Francia	vs	Italia
L 4-abril	Argentina	vs	Brasil
M 7-abril	Corea	vs	Filipinas
V 8-abril	Alemania	vs	Lituania
L 9-abril	EE.UU.	vs	Canadá
M 10-abr	Iraq	vs	China
V 11-abr	España	vs	Finlandia
V 14-abr	Japón	vs	Filipinas
L 15-abr	Venezuela	vs	Brasil
V 16-abr	Francia	vs	Alemania
V 17-abr	Italia	vs	Lituania
M 18-abr	Argentina	vs	EE.UU.
J 21-abr	China	vs	Corea
V 22-abr	Alemania	vs	España
J 23-abr	Brasil	vs	Canadá
V 24-abr	Francia	vs	Finlandia
J 25-abr	Filipinas	vs	Iraq
M 28-abr	Venezuela	vs	Argentina
J 29-abr	Japón	vs	Corea
V 30-abr	Lituania	vs	España
M 2-may	EE.UU.	vs	Brasil
J 5-may	China	vs	Filipinas
V 6-may	Italia	vs	Finlandia
V 7-may	España	vs	Francia
M 8-may	Canadá	vs	Venezuela
J 9-may	Iraq	vs	Japón
V 12-may	Argentina	vs	Canadá
V 13-may	Finlandia	vs	Lituania
J 14-may	Corea	vs	Iraq
V 15-may	Italia	vs	Alemania
V 16-may	_____ VS _____		
	CAMPEÓN grupo A CAMPEÓN grupo B		
V 19-may	Alemania	vs	Finlandia
V 20-may	Italia	vs	España
V 21-may	Lituania	vs	Francia
V 22-may	_____ VS _____		
	CAMPEÓN semi AB CAMPEÓN grupo C		

Calendario de grupos:



calendario baloncesto patio

2024/25

Grupo A [EE.UU. - VENEZUELA - ARGENTINA - BRASIL - CANADÁ]

L 01-abr	EE.UU.	vs	Venezuela
L 04-abr	Argentina	vs	Brasil
L 09-abr	EE.UU.	vs	Canadá
L 15-abr	Venezuela	vs	Brasil
M 18-abr	Argentina	vs	EE.UU.
J 23-abr	Brasil	vs	Canadá
M 28-abr	Venezuela	vs	Argentina
M 02-may	EE.UU.	vs	Brasil
M 08-may	Canadá	vs	Venezuela
V 12-may	Argentina	vs	Canadá

Grupo B [CHINA - JAPÓN - COREA - FILIPINAS - IRAQ]

M 02-abr	China	vs	Japón
M 07-abr	Corea	vs	Filipinas
M 10-abr	Iraq	vs	China
V 14-abr	Japón	vs	Filipinas
J 21-abr	China	vs	Corea
J 25-abr	Filipinas	vs	Iraq
J 29-abr	Japón	vs	Corea
J 05-may	China	vs	Filipinas
J 09-may	Iraq	vs	Japón
J 14-may	Corea	vs	Iraq

SEMIFINAL grupos AB

V 16-may	_____	vs	_____
	CAMPEÓN grupo A		CAMPEÓN grupo B

Grupo C [FRANCIA - ITALIA - ALEMANIA - LITUANIA - ESPAÑA - FINLANDIA]

V 03-abr	Francia	vs	Italia
V 08-abr	Alemania	vs	Lituania
V 11-abr	España	vs	Finlandia
V 16-abr	Francia	vs	Alemania
V 17-abr	Italia	vs	Lituania
V 22-abr	Alemania	vs	España
V 24-abr	Francia	vs	Finlandia
V 30-abr	Lituania	vs	España
V 06-may	Italia	vs	Finlandia
V 07-may	España	vs	Francia
V 13-may	Finlandia	vs	Lituania
V 15-may	Italia	vs	Alemania
V 19-may	Alemania	vs	Finlandia
V 20-may	Italia	vs	España
V 21-may	Lituania	vs	Francia

GRAN FINAL

V 22-may	_____	vs	_____
	CAMPEÓN semi AB		CAMPEÓN grupo C



CAMPEÓN: _____

Clasificación:

CLASIFICACIÓN MINI BASKET

Grupo A

	Equipos	PJ	PG	PP	PF	PC	Ptos.
1º	EEUU						
2º	VENEZUELA						
3º	ARGENTINA						
4º	BRASIL						
5º	CANADÁ						

Grupo B

	Equipos	PJ	PG	PP	PF	PC	Ptos.
1º	CHINA						
2º	JAPÓN						
3º	COREA						
4º	FILIPINAS						
5º	IRAQ						

Grupo C

	Equipos	PJ	PG	PP	PF	PC	Ptos.
1º	FRANCIA						
2º	ITALIA						
3º	ALEMANIA						
4º	LITUANIA						
5º	ESPAÑA						
6º	FINLANDIA						

Equipos:



estrellas liga mini-basket

2024/25

grupo A AMÉRICA

EE.UU	VENEZUELA	ARGENTINA	BRASIL	CANADÁ
Nombre	Nombre	Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre	Nombre	Nombre
nombre	nombre	nombre	nombre	nombre

grupo B ASIA

CHINA	JAPÓN	COREA SUR	FILIPINAS	IRAQ
Nombre	Nombre	Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre	Nombre	Nombre
nombre	nombre	nombre	nombre	nombre

grupo C EUROPA

FRANCIA	ITALIA	ALEMANIA
Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre
nombre	nombre	nombre
LITUANIA	ESPAÑA	FINLANDIA
Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre
Nombre	Nombre	Nombre
nombre	nombre	nombre





