



Universidad de Valladolid

TRABAJO DE FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

***INICIACIÓN DEPORTIVA Y COEDUCACIÓN A TRAVÉS
DEL MODELO COMPRENSIVO EN EL TWINCON***

Autora: Lola Díaz Dillana

Tutor académico: Luis Alberto Gonzalo Arranz y Darío Pérez Brunicardi

Segovia, febrero 2025



**Facultad de Educación
de Segovia**

“Si buscas resultados distintos, no hagas siempre lo mismo”

(Albert Einstein)

“El trabajo del maestro no consiste tanto en enseñar todo lo aprendible, como en producir en el alumno amor y estima por el conocimiento”

(John Locke)

RESUMEN

En los últimos años, los deportes alternativos han ido ganando espacio en las clases de Educación Física, ya que ofrecen muchos beneficios para los estudiantes. No solo ayudan a mejorar habilidades físicas, sino que también fomentan valores esenciales como el trabajo en equipo y la convivencia. En este contexto, el presente trabajo tiene como objetivo diseñar una propuesta de intervención basada en el deporte alternativo twincon, utilizando el modelo comprensivo de iniciación deportiva. La idea es que los alumnos de Educación Primaria puedan conocer y practicar este deporte de forma progresiva, adaptándose a su propio ritmo de aprendizaje. Durante seis sesiones, los estudiantes no solo han aprendido las reglas y técnicas básicas del twincon, sino que también han fortalecido habilidades esenciales como la cooperación, la regulación emocional y el respeto por el juego limpio. A lo largo del proceso, ha sido evidente cómo el twincon puede ser una herramienta educativa muy valiosa dentro de la Educación Física, permitiendo que el alumnado se divierta mientras desarrollan competencias clave para su formación integral.

Palabras clave: deportes alternativos, twincon, modelo comprensivo, iniciación deportiva, trabajo en equipo, inclusión, Educación Física.

ABSTRACT

In recent years, alternative sports have been gaining space in Physical Education classes, as they offer many benefits for students. They not only help to improve physical skills, but also promote essential values such as teamwork and coexistence. In this context, the present work aims to design an intervention proposal based on the alternative sport twincon, using the comprehensive model of sport initiation. The idea is that primary school students can learn and practice this sport progressively, adapting to their own learning pace. During six sessions, the students have not only learned the basic rules and techniques of twincon, but have also strengthened essential skills such as cooperation, emotional regulation and respect for fair play. Throughout the process, it has been evident how twincon can be a very valuable educational tool within Physical Education, allowing students to have fun while developing key skills for their integral formation.

Keywords: Alternative sports; twincon; comprehensive model; sports initiation; teamwork; inclusion; Physical Education.

Índice de contenido

1. INTRODUCCIÓN.....	8
2. OBJETIVOS.....	10
2.1. Objetivo general.....	10
2.2. Objetivos específicos.....	10
3. JUSTIFICACIÓN.....	11
3.1. Justificación personal.....	11
3.2. Justificación educativa y metodológica.....	11
3.3. Relación con las competencias de la titulación.....	12
4. MARCO TEÓRICO.....	15
4.1. Evolución del deporte: aproximación histórica.....	15
4.2. El deporte: concepto y su clasificación.....	16
4.3. Los deportes alternativos.....	20
4.3.1. Importancia de los deportes alternativos en Educación Física.....	23
4.3.2. Ventajas del twincon como deporte alternativo.....	26
4.4. Modelo comprensivo de iniciación deportiva.....	31
4.5. La iniciación deportiva.....	35
5. DISEÑO DE LA SITUACIÓN DE APRENDIZAJE.....	39
5.1. Contextualización.....	39
5.2. Justificación.....	39
5.3. Elementos curriculares.....	40
5.3.1. Objetivos didácticos.....	40
5.3.2. Saberes básicos, contenidos de aprendizaje y contenidos específicos.....	41
5.3.3. Competencias.....	41
5.3.4. Elementos transversales.....	44
5.4. Metodología.....	44
5.4.1. Principios metodológicos.....	46
5.4.2. Recursos didácticos, espaciales y temporales.....	46
5.5. Desarrollo de las sesiones de la Situación de Aprendizaje.....	47
5.6. Atención a la diversidad.....	49
5.7. Evaluación del proceso de Enseñanza - Aprendizaje.....	50
5.7.1. Criterios de evaluación e indicadores de logro.....	51
5.7.2. Técnicas e instrumentos de evaluación.....	54
6. RESULTADOS.....	55
7. CONCLUSIONES.....	58
7.1. Conclusiones que surgen del trabajo.....	58
7.2. Futuras propuestas.....	60
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	61
9. ANEXOS.....	66

Índice de tablas

Tabla 1. Características y ventajas de los deportes alternativos.....	26
Tabla 2. Cronograma de las sesiones.....	47
Tabla 3. Estructura de las sesiones.....	48
Tabla 4. Sesión 1.....	48
Tabla 5. Relación de los criterios de evaluación y los indicadores de logro.....	51
Tabla 6. Técnica e instrumentos de evaluación.....	54
Tabla 7. Resultados de los cuestionario.....	55
Tabla 8. Análisis DAFO.....	59
Tabla 9. Saberes básicos, contenidos de aprendizaje y contenidos específicos.....	66
Tabla 10. Sesión 2.....	72
Tabla 11. Sesión 3.....	74
Tabla 12. Sesión 4.....	76
Tabla 13. Sesión 5.....	78
Tabla 14. Sesión 6.....	80
Tabla 15. Lista de control grupal.....	90
Tabla 16. Escala descriptiva individual según los indicadores de logro.....	108
Tabla 17. Escala verbal-numérica.....	117
Tabla 18. Escala descriptiva.....	120
Tabla 19. Evolución de las sesiones.....	124
Tabla 20. Distribución de alumnos según la consecución de los indicadores de logro...	125

Índice de figuras

Ilustración 1. Significado de twincon.....	27
Ilustración 2. Lanzamiento de twin.....	28
Ilustración 3. Zona izquierda del patio.....	70
Ilustración 4. Zona derecha del patio.....	70
Ilustración 5. Cartas twincon.....	70
Ilustración 6. Proceso de las medallas.....	71
Ilustración 7. Colocación del twin.....	75
Ilustración 8. Parada de reflexión-acción.....	75
Ilustración 9. Lanzamiento largo.....	77
Ilustración 10. Explicación general del twincon.....	83
Ilustración 11. Cómo iniciar el partido.....	83
Ilustración 12. Atacar o avanzar.....	84
Ilustración 13. Lanzamiento de twin.....	84
Ilustración 14. Las faltas.....	85
Ilustración 15. Tiempo de partido.....	85
Ilustración 16. Cuestionario inicial.....	86
Ilustración 17. Ejemplo de cuestionario respondido 1.....	87
Ilustración 18. Ejemplo de cuestionario respondido 2.....	88
Ilustración 19. Ejemplo de cuestionario respondido 3.....	89
Ilustración 20. Muestra 1a.....	92
Ilustración 21. Muestra 1b.....	93
Ilustración 22. Muestra 2a.....	94
Ilustración 23. Muestra 2b.....	95
Ilustración 24. Muestra 3a.....	96
Ilustración 25. Muestra 3b.....	97
Ilustración 26. Observaciones sesión 1.....	98
Ilustración 27. Observaciones de las normas.....	98
Ilustración 28. Observaciones sesión 4.....	99
Ilustración 29. Observaciones partido 1.....	100
Ilustración 30. Diana de autoevaluación del alumno.....	101
Ilustración 31. Diana respondida 1.....	101
Ilustración 32. Diana respondida 2.....	102
Ilustración 33. Diana respondida 3.....	102
Ilustración 34. Diana respondida 4.....	103
Ilustración 35. Cuestionario final.....	104
Ilustración 36. Ejemplo de cuestionario respondido 1.....	105
Ilustración 37. Ejemplo de cuestionario respondido 2.....	106
Ilustración 38. Ejemplo de cuestionario respondido 3.....	107
Ilustración 39. Muestra 1a.....	111
Ilustración 40. Muestra 1b.....	112
Ilustración 41. Muestra 2a.....	113
Ilustración 42. Muestra 2b.....	114
Ilustración 43. Muestra 3a.....	115
Ilustración 44. Muestra 3b.....	116
Ilustración 45. Muestra 1.....	118
Ilustración 46. Muestra 2.....	118
Ilustración 47. Muestra 3.....	119

1. INTRODUCCIÓN

Los deportes alternativos son actividades que, a través del juego, buscan ofrecer alternativas a los deportes convencionales, caracterizándose por ser menos conocidos y promover la innovación, especialmente en el ámbito educativo.

La práctica reiterada de deportes convencionales puede no despertar el interés de todo el alumnado, limitando las oportunidades para introducir nuevas formas de aprendizaje. En respuesta a esta necesidad, en los últimos años han surgido numerosos deportes denominados alternativos, que enriquecen las experiencias educativas y fomentan la diversidad de habilidades.

En su momento, incluso deportes ampliamente conocidos en la actualidad, como el baloncesto, tuvieron sus inicios como deportes alternativos, hasta luego convertirse en tradicionales, lo que resalta el potencial transformador de estas actividades en el ámbito educativo. Lo importante es que la experiencia en el aula en el marco de la Educación Física permita al alumnado no solo desarrollar sus habilidades psicomotrices, sino desarrollar valores como el trabajo en equipo, la cooperación y el respeto mutuo.

El presente trabajo se centra en el twincon, un deporte alternativo creado recientemente, que destaca por su capacidad para fomentar la inclusión educativa y promover relaciones equitativas entre el alumnado de diferentes edades y géneros, destacándose como una herramienta ideal para la coeducación y la participación activa. Este deporte se implementará siguiendo el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva, una metodología que ha demostrado ser efectiva para introducir a los estudiantes de Educación Primaria en la práctica deportiva de manera inclusiva y motivadora.

El twincon se presenta como una herramienta idónea para fomentar la participación activa del alumnado y para trabajar valores como la igualdad, la coeducación y la resolución de conflictos. Además, se busca que el alumnado comprenda la importancia de la actividad física en el desarrollo de un estilo de vida saludable y en su proceso de socialización. Tiene gran utilidad debido a que ha sido creado para el disfrute del jugador entre diferentes edades y con compañeros/as de ambos sexos, lo que favorece la inclusión educativa y promueve la participación de los alumnos en una relación entre iguales.

Por lo tanto, este trabajo desarrolla una propuesta de intervención didáctica basada en el

twincon, diseñada para integrar el aprendizaje de contenidos al tiempo que juegan, y desarrollan diversas competencias interpersonales y emocionales, fomentando la interacción social y la motivación hacia el ejercicio físico como base para el bienestar integral (Cansino, 2016).

De esa forma, se espera iniciarlos en la vida deportiva, para que desarrollen estilos de vida saludables y entiendan la relevancia del deporte como un medio para la socialización y para mantener a los alumnos motivados en la realización de ejercicios físicos, lo cual es vital para su bienestar.

Con base en esas consideraciones, a continuación se indican los objetivos de este trabajo.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo general

El presente trabajo tiene como objetivo principal diseñar, llevar a cabo y evaluar una situación de aprendizaje (SA) en el área de Educación Física con alumnos de 5° y 6° de Educación Primaria, basada en la iniciación deportiva del twincon como deporte alternativo a través de una metodología comprensiva.

2.2. Objetivos específicos

En consonancia con el objetivo anteriormente mencionado, se establecen objetivos específicos, los cuales servirán como guía para la elaboración, desarrollo y análisis de las conclusiones finales de este trabajo:

- Conocer y desarrollar la práctica de deportes menos convencionales en el aula mediante actividades prácticas centradas en el twincon.
- Emplear el twincon como deporte alternativo para fomentar la motivación en el alumnado en la iniciación deportiva.
- Enseñar el twincon a través de una educación en valores que fomente el respeto, la igualdad, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos, el juego limpio y la coeducación.
- Incrementar la capacidad reflexiva y la toma de decisiones en el alumnado mediante los juegos empleados.

3. JUSTIFICACIÓN

3.1. Justificación personal

Desde pequeña, la Educación Física siempre ha sido una de mis asignaturas favoritas, pero también fui consciente de algunas desigualdades que se daban en su práctica. Recuerdo que, en muchas ocasiones, cuando había que hacer equipos, los chicos solían juntarse con chicos y las chicas con chicas, lo que generaba una separación que pocas veces se intentaba romper. Además, en ciertos deportes considerados "tradicionalmente masculinos", las niñas teníamos menos participación o éramos las últimas en ser elegidas. Estas experiencias me hicieron reflexionar sobre la importancia de promover una Educación Física verdaderamente inclusiva, donde todos los alumnos y alumnas se sientan valorados y tengan las mismas oportunidades de participar y disfrutar.

A lo largo de mi formación como futura docente, he podido comprobar que estas situaciones siguen repitiéndose en las aulas, lo que refuerza mi convicción de que es necesario aplicar enfoques metodológicos que fomenten la coeducación y la igualdad de oportunidades en el deporte. Por ello, este TFG nace de mi interés en buscar estrategias que contribuyan a una Educación Física más equitativa y motivadora para todo el alumnado.

El twincon, junto con el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva, ofrece una alternativa innovadora para romper con los estereotipos de género en el deporte y promover la cooperación, la inclusión y el respeto mutuo. Considero que, como futura maestra de Educación Física, tengo la responsabilidad de diseñar y aplicar metodologías que fomenten estos valores, asegurando que todos los alumnos y alumnas disfruten y participen activamente en las clases, sin distinciones ni barreras.

3.2. Justificación educativa y metodológica

En la actualidad, los alumnos de diferentes edades muestran un interés decreciente en la realización de actividad física y deportes en general. Este fenómeno está estrechamente relacionado con la creciente dependencia hacia las nuevas tecnologías desde edades tempranas, lo que limita significativamente su participación en actividades físicas regulares.

Actualmente, los niños de entre siete y once años, hacen uso excesivo de Internet, dentro del cual las redes sociales son las que predominan en cuanto al tiempo dedicado a la hora de navegar (Hernández Aguilar, Hernández Vergara y López, 2017).

Según García (2019, p.2): “Los alumnos de primaria –5 a 11 años– pasan un total de 711 horas

y 45 minutos conectados al año, comparadas con las 792 horas que pasan en el cole”. En este contexto, la escuela desempeña un papel fundamental para motivar al alumnado a practicar deportes, inculcando hábitos de ejercicio regular desde una edad temprana. Sin embargo, se observa que, en Educación Primaria, el interés por la actividad física y los deportes ha disminuido notablemente. A ello se le suma que muchos docentes de Educación Física no siempre ofrecen alternativas innovadoras que puedan captar la atención de los estudiantes y despertar su interés.

De esta forma, el twincon, como deporte alternativo, se presenta como una herramienta eficaz para revertir esta tendencia. Este juego resulta estimulante para el alumnado, promoviendo su interés por la práctica deportiva al tiempo que facilita la integración social de manera asertiva. Además, reconoce la diversidad en las habilidades psicomotoras del alumnado, permitiendo que aquellos con menos competencias puedan mejorar de forma continua a través de la cooperación y el trabajo en equipo.

En este sentido, el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva se alinea perfectamente con estos objetivos, ofreciendo un enfoque cada vez más utilizado en las clases de Educación Física de Educación Primaria. La motivación hacia el deporte debe iniciarse desde edades tempranas, y es responsabilidad del docente diseñar estrategias y actividades que sean inclusivas, adaptadas y motivadoras para lograr tales objetivos (Barros y Aldas, 2021). Este enfoque también responde a los principios y competencias fundamentales que debe tener un docente de Educación Física, como la capacidad para comunicarse de manera efectiva, innovar en sus métodos, adaptarse a las características de su alumnado y desarrollar estrategias inclusivas que atiendan a la diversidad en el aula. Planificar actividades que permitan la integración y el desarrollo personal de todo el alumnado resulta esencial para alcanzar estos objetivos.

3.3. Relación con las competencias de la Titulación

Este trabajo de fin de grado aporta un valor significativo a la escuela, al profesorado y al centro en el que se ha implementado la situación de aprendizaje. Para la escuela, representa una innovación pedagógica que enriquece el currículo y fomenta metodologías activas. Para el profesorado, ofrece una herramienta didáctica efectiva que combina teoría y práctica, facilitando la enseñanza de deportes alternativos. Finalmente, para el centro, contribuye a la mejora de la calidad educativa al introducir una propuesta motivadora y alineada con las competencias académicas establecidas.

Además, con la elaboración de este trabajo y su aplicación en un aula real, se busca cumplir con las competencias generales académicas establecidas por la Facultad de Educación de la UVa en Segovia (s.f., pp. 2-3), las cuales se detallan a continuación:

1. *Adquirir conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de:*

- *Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículum de Educación Primaria*
- *Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.*
- *Fundamentos de las principales disciplinas que estructuran el currículum de Primaria.*

Considero que dicha competencia se ha plasmado durante la elaboración y puesta en práctica de la situación de aprendizaje, ya que, en este caso, se ha trabajado con el currículo educativo de Castilla y León para establecer los objetivos, contenidos y criterios de evaluación según del área y del curso correspondiente, aplicando los principios y procedimientos más adecuados.

2. *Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:*

- *Ser capaz de reconocer, planificar llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.*
- *Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos.*

Esta competencia se produce con la aplicación de la planificación y desarrollo de la propuesta didáctica, donde se han reconocido, llevado a cabo y evaluado buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva del twincon, justificando cada decisión tomada en función del contexto educativo.

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

Esta competencia se ha desarrollado al reflexionar sobre la enseñanza del twincon a través de los modelos pedagógicos seleccionados, considerando no solo el cómo enseñarlo, sino también el por qué y para qué, con el objetivo de favorecer un aprendizaje integral en el alumnado, además de los objetivos propuestos más específicos.

4. *Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:*

- *El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.*

Se ha fomentado la innovación y creatividad en Educación Física mediante la implementación del twincon como deporte alternativo completamente nuevo para el alumnado, combinando una ligera hibridación de los modelos comprensivo y ludotécnico para su enseñanza, lo que ha permitido una iniciación deportiva novedosa para el alumnado.

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

Dicha competencia se ha logrado al diseñar una propuesta didáctica basada en la coeducación, asegurando la participación equitativa del alumnado y promoviendo la eliminación de cualquier tipo de discriminación en la práctica deportiva.

En relación a las competencias específicas de la mención de Educación Física, cabe destacar las siguientes:

- *Desarrollar en los alumnos las capacidades y habilidades motoras, seleccionando, construyendo y adaptando los espacios y materiales a sus necesidades y garantizando la seguridad en el desarrollo de las actividades.*
- *Demostrar que se dominan los conocimientos básicos para realizar una programación, en el área de Educación Física.*
- *Programar intervenciones educativas que tengan en cuenta el desarrollo de la condición física del alumnado de Primaria, su adaptación al ejercicio físico y las rutinas adecuadas en la realización de ejercicio físico y deporte (calentamiento, estiramiento, hidratación, etc.).*
- *Detectar dificultades de aprendizaje y saber atender la diversidad del alumnado dentro de las clases de Educación Física.*

4. MARCO TEÓRICO

En este apartado, se abordará una introducción al concepto de deporte y su evolución en general, sus clasificaciones y cómo estas categorías se relacionan con los deportes alternativos. Posteriormente, se profundizará en el twincon, como una propuesta innovadora en el ámbito de los deportes alternativos, y en el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva, que sustenta la intervención pedagógica a realizar con los alumnos.

4.1. Evolución del deporte: aproximación histórica

El deporte, entendido como una actividad física guiada por reglas y normas, ha acompañado al ser humano desde tiempos ancestrales, evolucionando significativamente a lo largo de la historia.

En las antiguas civilizaciones, actividades físicas como la caza y las danzas tenían propósitos espirituales y sociales. En Grecia, en el año 776 a.C., se celebraron los primeros Juegos Olímpicos, eventos que buscaban pacificar épocas de crisis política y económica. Estos juegos se realizaron durante miles de años, hasta su prohibición por el emperador Teodoro I. Fueron reinstaurados en la era moderna en 1896 en Atenas, marcando el renacimiento del deporte organizado a nivel internacional.

A partir del siglo XIX, el deporte fue adquiriendo estructura y reglamentación, consolidándose como una actividad fundamental en la sociedad moderna.

En este contexto, según Macías (2011), el deporte moderno, estructurado y reglamentado como lo conocemos hoy en día, surge en Inglaterra del capitalismo durante la revolución industrial desde finales del siglo XVIII.

Velázquez (2001) realiza una síntesis detallada de las diversas teorías sobre el origen del deporte moderno, recopilando las ideas esenciales de distintos autores. Entre ellos, destaca Mandell (1986), quien desarrolla su explicación sobre el nacimiento y evolución del deporte desde una perspectiva socioeconómica. Como ya he señalado anteriormente, este autor también resalta el carácter solamente selectivo que marcó el acceso a los deportes en sus inicios. No obstante, a pesar de este elitismo inicial y de las largas jornadas laborales que enfrentaba la clase proletaria, los deportes terminaron expandiéndose y alcanzando a todos los niveles de la sociedad.

Tras estas ideas, puede afirmarse que, en un principio, el deporte estuvo vinculado principalmente a las élites sociales, dado que, para el resto de la población, el cuerpo era visto

como un mero instrumento destinado al trabajo.

Por otro lado, en cuanto a la evolución del deporte en España, este pasó de ser una actividad reservada a la burguesía en el siglo XIX a convertirse en una práctica más accesible en el siglo XX.

La Ley 77/61 sobre Educación Física, de 23 de diciembre de 1961, crea el Instituto Nacional de Educación Física bajo la dependencia de la Delegación Nacional de Educación Física y Deportes, lo que permitió desarrollar el deporte en el ámbito escolar y militar. (Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, s.f.)

Posteriormente, se establecieron diversas federaciones, como indican Campillo et al. (2018):

“Desde 1910 y hasta 1930 se configura definitivamente el sistema asociativo y federativo español de los deportes más populares, tanto a nivel regional como nacional. Es en este periodo cuando se fundan las siguientes federaciones: fútbol (1910), remo (1918), atletismo (1920), natación (1920), montañismo (1922), baloncesto, boxeo, hockey, rugby y motociclismo (1923)”. (p. 75)

A lo largo del tiempo, el deporte en España pasó de ser una actividad elitista a una práctica más accesible para todos. La creación de infraestructuras, federaciones y políticas de apoyo favorecieron su expansión, convirtiéndolo en una parte importante de la vida cotidiana y en un medio para mejorar la salud de la población.

4.2. El deporte: concepto y su clasificación

El concepto de deporte presenta una conceptualización confusa, ya que ha sido abordado desde diversas disciplinas como la educación, la sociología, la psicología y la medicina. Esto ha dado lugar a una variedad de definiciones que reflejan sus múltiples dimensiones y matices. A continuación, se expondrán algunas definiciones recopiladas por Monjas (2008):

Parlebas (1988) destaca tres componentes principales que caracterizan el deporte: la situación motriz, la competición reglada y la institucionalización. Según su definición, el deporte se define como “el conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición y con un carácter institucional”. (p.9)

Hernández Moreno (1989) define el deporte como una extensión del juego, destacando que este surge a partir de las características esenciales del juego, como la acción libre, el placer y su naturaleza social, pero incorporando además la existencia de reglas.

Por su parte, Castejón (1995), lo define cómo:

Es una actividad física, lúdica, donde la persona, de forma individual o en cooperación con otro(s), puede competir consigo mismo, con el medio o contra otro(s) tratando de superar sus propios límites (tiempo, distancia, habilidad, etc.) respetando las normas establecidas pudiendo valerse de algún material para practicarlo. (p.18)

Por otro lado, según Ruíz Omeñaca (2012), el deporte se define cómo:

Todo tipo de actividad motriz institucionalizada, estructurada, organizada, codificada en forma de competición, con metas bien definidas y regida por reglas específicas, donde se destacan el esfuerzo intenso, el uso de destrezas técnicas relativamente complejas, la puesta en juego del pensamiento táctico y la aplicación de estrategias, con el fin de alcanzar un rendimiento exitoso mediante la demostración de aptitudes, la superación del adversario en competición, o el enfrentamiento a los elementos no humanos de la situación. (p.24)

Y, por último, Sánchez Bañuelos (1992), nos dice que el deporte está relacionado con toda actividad física, que el individuo asume como esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo.

A través de las definiciones presentadas, se observa que el deporte abarca tanto aspectos físicos y motrices como elementos sociales, psicológicos y culturales. Esta diversidad conceptual resalta la importancia del deporte no solo como una actividad física, sino también como un fenómeno integral que fomenta el desarrollo personal, la interacción social y el enfrentamiento a retos individuales y colectivos.

Según José María Cagigal (1979), el deporte puede orientarse en dos direcciones principales: el deporte-espectáculo y el deporte-práctica, también conocido como deporte para todos. La primera orientación se centra en la búsqueda de grandes logros deportivos y el entretenimiento masivo, mientras que la segunda pone el énfasis en el ocio, el bienestar físico y mental, y la participación generalizada. En la actualidad, estas dos orientaciones han dado lugar a múltiples concepciones que se clasifican según el ámbito o campo al que pertenecen. A continuación, se presentan las más destacadas:

- Deporte escolar:

Se trata de todo deporte practicado en la escuela durante las sesiones de Educación Física programadas por el centro escolar. Aquí también entrarían aquellas actividades deportivas llevadas a cabo fuera de la institución escolar pero que hayan sido planificadas y programadas por el centro dentro del horario lectivo del mismo. (Giménez, 2009)

- Deporte en edad escolar:

Vázquez-Pérez y Vázquez-Calleja (2013), lo describen de la siguiente manera:

La práctica deportiva de iniciación, promoción y rendimiento de base organizada o espontánea- que realizan personas en edad escolar - escolarizadas o no escolarizadas- en su tiempo libre, de manera voluntaria. Para la práctica organizada, los equipos -en representación de un club deportivo- podrán estar integrados por escolares matriculados en diversos centros educativos, y por no escolares de las mismas edades. (p.65)

- Deporte para todos:

El concepto de Deporte para todos hace alusión al hecho de que toda persona tiene el derecho de practicar una actividad deportiva independientemente de su clase socio-económica, sexo, etc., (Giménez, 2002).

Este enfoque promueve la igualdad de oportunidades en la práctica deportiva, fomentando la inclusión y el acceso universal.

- Deporte recreativo:

Pretende que el individuo se entretenga y se divierta corporalmente de manera que logre su equilibrio personal. Se trata de una práctica abierta, donde nada está prefijado con anterioridad y donde lo que menos importa es el resultado (Blázquez, 1999).

En definitiva, el deporte recreativo busca ante todo el disfrute y el bienestar personal, priorizando la experiencia sobre la competencia.

- Deporte competitivo:

Hace referencia a aquellas prácticas deportivas en la que el objetivo consiste en superar, vencer a un contrario o a sí mismo (Blázquez, 1999).

Este tipo de deporte pone el foco en la excelencia y el rendimiento, destacando la disciplina y el esfuerzo constante como pilares fundamentales.

- Deporte educativo:

Según Devís-Devís (2001) este tipo de deporte se describe como, “aquel que se practica en contextos escolares y comunitarios, donde el principal objetivo es la formación integral de los participantes, abarcando aspectos físicos, psicológicos y sociales.” (p. 48)

Por lo tanto, el deporte educativo tiene como principal objetivo el desarrollo integral de los individuos atendiendo a la diversidad que encontramos en el aula, favoreciendo no solo su condición física, sino también su bienestar emocional y social, contribuyendo a su formación como personas completas.

- Deporte de iniciación deportiva:

Según Hernández y Cols. (2001), la iniciación deportiva se entiende como:

El proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional. (p.1)

En definitiva, la iniciación deportiva es un proceso crucial para el desarrollo de habilidades y conocimientos básicos en un deporte, además de fomentar valores como la disciplina y el trabajo en equipo. Al ser el enfoque principal de nuestra propuesta de intervención, lo abordaremos con mayor detalle en apartados posteriores.

- Deporte adaptado:

Según Giménez (2009), el deporte adaptado se entiende cómo:

Todas aquellas actividades deportivas en las es necesario reestructurar, acomodar y ajustar las condiciones de práctica, es decir, las normas y reglas, los móviles o aparatos, la técnica o formas de ejecución, el espacio y el tiempo de juego, etc., para que puedan ser practicadas por las personas que presentan alguna discapacidad física, psíquica o psicofísica.

En conclusión, podemos ver que las distintas orientaciones del deporte se adaptan a las necesidades y objetivos de los individuos, reflejando la diversidad del deporte como fenómeno social, cultural y educativo, y favoreciendo su práctica e inclusión en diversos contextos.

4.3. Los deportes alternativos

Los juegos y deportes alternativos no son una novedad, ya que la mayoría de los juegos hoy altamente conocidos se iniciaron de esa manera hasta que lograron convertirse en deportes seguidos y practicados por mayorías (Jiménez, 2010). La idea es poder innovar y crear nuevas prácticas deportivas que hoy se dan de manera frecuente dentro del ámbito de la Educación Física.

El fin es poder desarrollar deportes novedosos que ayuden a las personas a interesarse en ello, y en el caso de la Educación Física, que promuevan que los estudiantes sientan motivación por practicar deportes de forma frecuente. En ese sentido, docentes que han querido innovar en sus clases, se han preocupado por combinar reglas y estilos de otros deportes para crear uno nuevo (Carriedo et al., 2021).

En los últimos años han sido varios los deportes alternativos que han surgido, algunos pueden ser parecidos entre sí, todos cuentan con la particularidad de ser versátiles y poder adaptarse a diferentes cursos y niveles. Si bien pueden contar con reglas como cualquier deporte, los docentes cuentan con la posibilidad de alterarlas o crear otras nuevas con el fin de hacer más dinámicos los juegos.

De esa manera, los deportes alternativos, más allá de su diversidad, cuentan con los siguientes aspectos en común según Barros y Aldas (2021):

- Promueven la participación activa de los estudiantes, promoviendo siempre el trabajo en equipo.
- Buscan desarrollar valores como el compañerismo y el interés por la interacción entre iguales.
- Se centran más en el proceso que en el resultado, priorizando la diversión de los alumnos.
- Utilizan materiales diversos y novedosos para hacer el juego más atractivo.

- Las reglas que se utilicen pueden ser cambiantes o alteradas por el docente para aumentar el disfrute del juego.

Se define como alternativo precisamente por apartarse de los métodos y reglas convencionales que se aplican en deportes ya conocidos. Un factor clave para que un deporte sea considerado alternativo es su baja frecuencia de práctica, ya que no es comúnmente jugado en comparación con los deportes más populares como el fútbol, baloncesto, tenis o béisbol, los cuales son ampliamente conocidos y practicados por la mayoría de las personas.

En cambio, aunque algunas personas pueden haber oído hablar de los deportes alternativos, estos no tienen un alcance masivo. Eso provoca que, en la mayoría de los casos, sean desconocidos y se opte por utilizarlos como parte de las rutinas de Educación Física como una forma de motivar a los alumnos (Martínez, 2021).

No todos los estudiantes tienen las mismas habilidades ni se sienten atraídos por los deportes tradicionales. A menudo, los docentes no ofrecen alternativas que despierten su interés. En Educación Física, lo esencial es fomentar el interés por la actividad física y deportiva, independientemente de la disciplina. De igual manera, todas las actividades físicas ofrecen beneficios para los estudiantes y contribuyen de manera positiva a su desarrollo físico. Existe una amplia variedad de deportes alternativos, los cuales han sido clasificados según diversos factores, como la cantidad de participantes, las reglas, los estilos y otros aspectos relevantes (Cañón y Villarreal, 2022).

Los juegos alternativos también implican el desarrollo de tácticas y estrategias, además de ciertas condiciones físicas. Su ajuste a determinadas edades depende del nivel de dificultad que presenten. En este sentido, Méndez Giménez (2009) propone una clasificación que incluye las siguientes categorías:

- Juegos de invasión: requieren habilidades tácticas avanzadas, estrategias complejas y trabajo en equipo.
- Juegos de cancha dividida: consisten en superar al equipo contrario, generalmente utilizando un balón como elemento central.
- Juegos de golpeo y fildeo: enfocados en acciones específicas como golpear o atrapar objetos.
- Juegos de diana móvil: actividades donde se apunta a un blanco en movimiento, como en el caso del balón sentado.

- Juegos de blanco o diana fija: se busca acertar en un objetivo estático, como en el disco-golf.

Esta clasificación refleja cómo los juegos alternativos pueden variar en función de los objetivos y la forma en que se practican. Algunos demandan gran movilidad, mientras que otros se desarrollan en posiciones estáticas. A pesar de estas diferencias, comparten principios comunes con cualquier deporte. Sin embargo, en los juegos alternativos, el énfasis no está en la competencia, sino en la cooperación para alcanzar un objetivo común entre los jugadores.

Además, existen otras formas de clasificar los juegos alternativos. Una de las más reconocidas es la de Parlebas (1988), quien los divide según los siguientes criterios:

- Psicomotrices: juegos y deportes individuales en los que no se interactúa con otros participantes, como actividades en solitario.
- Sociomotrices: juegos y deportes en equipo que combinan competencia y cooperación entre los integrantes del mismo grupo.
- De cooperación: actividades centradas únicamente en el trabajo conjunto, como el *Stacking cooperativo*
- De cooperación y oposición (al mismo tiempo): juegos que combinan ambos aspectos, como el *Goubak*.

Existen múltiples formas y tipos de deportes alternativos, lo que permite a los docentes de Educación Física seleccionar aquellos que mejor se ajusten a los objetivos que desean alcanzar con sus estudiantes. Generalmente, se prefieren los juegos de cooperación que ayuden a desarrollar habilidades sociomotrices. Esto en función de poder alcanzar objetivos actitudinales de trabajo en equipo (Sánchez, 1998).

Es posible combinar varios tipos de juegos, e incluso incorporar actividades individuales cuando el propósito es ayudar a un alumno a desarrollar habilidades psicomotrices específicas en las que pueda presentar dificultades. En cualquier caso, es fundamental tener en cuenta hacia quién va dirigido el juego, y no solo con respecto a la edad, sino también en relación con las capacidades y necesidades previamente diagnosticadas de los alumnos (Carriedo et al., 2021).

Esto subraya la importancia de que los maestros de Educación Física planifiquen cuidadosamente las actividades. Los juegos, deportes y estrategias no deben seleccionarse al azar, sino que deben estar orientados a satisfacer los intereses de los estudiantes y promover el desarrollo de las habilidades necesarias de cada etapa de su aprendizaje.

4.3.1. Importancia de los deportes alternativos en Educación Física

Los deportes alternativos han emergido como una herramienta eficaz para alcanzar los objetivos de aprendizaje en Educación Física. Esto se debe a diversas razones, entre las que destaca la capacidad del docente para motivar a los estudiantes mediante juegos novedosos que no son tan conocidos, lo cual genera un interés generalizado y fomenta la participación activa.

La importancia de los juegos alternativos en el caso de la Educación Física son los siguientes según Martínez (2018):

- La mayoría de los deportes alternativos están ya previamente integrados con aspectos coeducativos.
- Son juegos y deportes cuyas reglas son versátiles, lo cual es ideal cuando se trabaja con alumnos de diferentes edades y con distintas necesidades.
- Las habilidades psicomotrices a desarrollar a través de juegos alternativos son muy variadas, lo cual ayuda a que se pueda ayudar a los alumnos a lograr una educación física integral.
- No son juegos diseñados para ser practicados por niños o niñas, sino que carecen de sesgos de género de cualquier tipo lo cual ayuda a la inclusión.
- Las instalaciones y recursos que suelen necesitar suelen ser sencillas por lo cual se requieren pocos materiales y espacios.
- Permiten cumplir con el principio de la innovación al salirse de los juegos tradicionales y probar con otros novedosos.
- Por su versatilidad y adaptación suelen lograr que la participación y el interés sea elevado en los alumnos.
- Aunque también hay juegos de competición, a diferencia de los tradicionales, en los deportes alternativos el énfasis está puesto siempre en la cooperación entre los diferentes participantes.

Estas son algunas de las principales ventajas de los deportes alternativos, lo que explica su creciente popularidad. Sin embargo, también presentan desventajas si no se aplican adecuadamente, al igual que ocurre con los deportes convencionales. Por ello, la orientación y supervisión del docente son fundamentales para garantizar una implementación efectiva y asegurar que los beneficios de estas actividades sean plenamente aprovechados.

Entre los problemas más comunes que suelen presentarse, según Prieto (2014), se encuentran

los siguientes:

- Falta de una explicación adecuada por parte del docente, lo que dificulta que los estudiantes comprendan las reglas y dinámicas del juego.
- La dificultad inicial de algunos deportes, que si no son bien adaptados, pueden resultar complicados para los alumnos.
- La falta de interés de los alumnos por practicar un deporte poco conocido.

Estas son algunas de las complicaciones que pueden surgir, ya que puede haber un grupo de alumnos que prefiera practicar deportes como fútbol o baloncesto y no sienta interés por otros deportes alternativos. Sin embargo, como ocurre con cualquier actividad, el profesor de Educación Física debe "vender" la idea de forma entusiasta, motivando a los estudiantes a probar nuevas opciones.

Una vez aplicada la actividad con un deporte alternativo, se debe evaluar los resultados, de forma de comparar los resultados alcanzados con respecto a otros deportes. Si bien todo deporte tiene sus ventajas, hay que tener en cuenta que no todos son del agrado de los estudiantes (Sancho, 2021). Por ello es relevante que el docente no pase todo el año escolar practicando un solo deporte, sino que haga las variaciones necesarias para que pueda mantener el interés de los estudiantes. Puede que en algunos casos haga falta otro tipo de adaptaciones para lograr mejores resultados.

La forma de aplicar los deportes alternativos puede variar según el caso, pero el docente de Educación Física debe tener en cuenta ciertos aspectos generales, independientemente del deporte que utilice en clase, según Prieto (2014):

- Siempre debe existir un fin educativo que sea explicado a los estudiantes, para facilitar su aprendizaje.
- El objetivo principal es la inclusión de todos los estudiantes en la clase, por lo que la participación debe ser fomentada en todo momento.
- El reglamento debe ser sencillo y fácil de comprender, evitando un exceso de normas.
- Es fundamental promover valores transversales, como el respeto a la diversidad, que sirvan como base de la práctica deportiva.

La ética del deporte es un principio universal, por lo que en todo momento se debe asegurar que la clase de Educación Física promueva un ambiente libre de discriminación o acoso. Esto

es especialmente importante en casos donde algunos alumnos, al ser menos habilidosos en los deportes, pueden ser objeto de burlas o comentarios por parte de sus compañeros.

Es algo que debe ser evitado en las clases de Educación Física, por lo que es fundamental dedicar tiempo a las charlas y reflexiones con los alumnos. En muchos casos, este aspecto suele ser descuidado, ya que los estudiantes no muestran empatía hacia sus compañeros, y los docentes a menudo no asignan tiempo en la clase para fomentar valores como el respeto y la inclusión (Sancho, 2021).

Los deportes alternativos han sido ampliamente utilizados para promover la inclusión en el aula, ya que se adaptan a todo tipo de alumnos. Sin embargo, lo más relevante de estos deportes es que fomentan la cooperación como base fundamental de la práctica deportiva, un valor que puede extrapolarse a otros aspectos de la vida cotidiana, promoviendo el trabajo en equipo y la solidaridad entre los estudiantes. De esta forma, estos deportes tienen conexión con el currículum escolar y los saberes básicos, ya que ayudan a que los alumnos aprendan a resolver problemas de forma integrada a través del juego. Asimismo, contribuye a que desarrollen habilidades motrices básicas de acuerdo a sus edades (Martínez, 2021).

En general, mejoran la condición física y promueven un estilo de vida saludable, además de fomentar la disciplina y el respeto por las normas. Este último aspecto es fundamental en el deporte en general, ya que enseña a los estudiantes a no violar las reglas en busca de la victoria, subrayando la importancia de jugar de manera justa y ética.

El hacer trampa suele ser un problema en general que se comete en los deportes, cuando el deseo de ganar está por encima de las normas éticas. Por ello cuando se trabaja en función de que los estudiantes puedan cumplir con una serie de reglas también se fomenta en ellos el cumplimiento de la ley, y el respeto por los derechos de los demás (Vargas y Orozco, 2011). Esto es clave por varias razones, ya que en la actualidad se pone un énfasis particular en el respeto a los derechos de las minorías, lo cual requiere cumplir con una serie de deberes para que sea verdaderamente efectivo. Al enseñar a los alumnos a respetar las reglas de un deporte, lo que se busca en realidad es promover el respeto hacia los compañeros, el equipo contrario y el propio docente, quien establece las normas (Vaca et al., 2005).

Todo ello es importante para enseñar a los alumnos a vivir en sociedad, en armonía con los demás, entender que el cumplimiento de reglas no responde a caprichos, sino que son clave para que las personas puedan convivir de forma sana, pensado no solo en el beneficio propio

sino también en el de los demás. Esto muestra como los deportes alternativos tienen una gran relevancia para las clases de Educación Física. Depende del docente aplicarlo de la forma más dinámica posible y acorde a las necesidades de sus alumnos, de forma que se puedan cumplir con los objetivos didácticos (Romero, 2001).

Para terminar este apartado, en la Tabla 1 se presenta un resumen de las características fundamentales de los deportes alternativos y las ventajas que, en mi opinión, ofrecen.

Tabla 1. *Características y ventajas de los deportes alternativos*

Características	Ventajas
Actividades adaptadas o modificadas con base en deportes tradicionales.	Favorecen la accesibilidad y diversifican las experiencias deportivas.
Énfasis en el carácter lúdico.	Aumentan la diversión y reducen el estrés competitivo.
Fomentan la implicación, motivación y cooperación de los participantes.	Mejoran el trabajo en equipo y fortalecen las relaciones sociales.
Uso frecuente de material innovador o poco empleado en deportes tradicionales.	Estimulan la creatividad y permiten mayor flexibilidad en la práctica.
Integración de los participantes sin importar sus capacidades físicas.	Promueven la igualdad y la inclusión.
Se tiene más en cuenta la igualdad de género y su inclusión, en algunos como norma (ej. twincon).	Fomenta la coeducación y rompe estereotipos de género en el deporte.

Fuente. Elaboración propia

4.3.2. Ventajas del twincon como deporte alternativo

El twincon es un deporte alternativo todavía poco conocido, pero que cuenta con diversas ventajas para los alumnos. Se clasifica como juego de invasión colectivo entre dos equipos mixtos de 6 jugadores, por lo cual el docente debe planificar bien la actividad según la cantidad de alumnos (Twincon, 2022).

Este deporte se basa principalmente en la conquista de los conos del equipo contrario. Sus reglas son simples y fáciles de seguir, lo que hace que el objetivo principal sea derribar los conos del equipo rival mediante pases, asegurándose de que la pelota no toque el suelo, y realizando lanzamientos de precisión. Estas características convierten al twincon en una opción atractiva y accesible para los estudiantes, promoviendo valores como la colaboración, la estrategia y la precisión.

Es un juego que requiere habilidades psicomotrices similares a los de otros deportes más conocidos como es el caso del balonmano, el rugby, el baloncesto, la pelota valenciana, el ultimate y el floorball. Por ello, en un principio los alumnos no tendrán mayores complicaciones para aprender las normativas ni tampoco para llevar a cabo las dinámicas del juego (Virosta, 2014).

Es un deporte colaborativo, cuyo significado es simple de comprender, así como de ejecutar:

Ilustración 1. *Significado de twincon*



Fuente. Twincon (2022)

El twincon presenta un principio de defensa y ataque, característico de los juegos de cooperación y competición. Esto implica que los jugadores deben ser precisos tanto al lanzar como al interceptar los balones. Al ser un juego muy dinámico, mantiene a los estudiantes motivados y comprometidos, lo que favorece su participación activa y el desarrollo de habilidades tanto individuales como grupales.

Es un deporte que nació en Valencia (España) durante el curso 2018-2019, lo que lo convierte en una disciplina de reciente creación. Fue diseñado inicialmente para alumnos de quinto y sexto de Educación Primaria, con el objetivo de generar mayor motivación en aquellos alumnos que mostraban apatía hacia la práctica de deportes convencionales en general (Twincon, 2022).

La falta de participación e interés en los deportes tradicionales motivó la creación del twincon, un deporte que combina elementos de otros juegos, como se ha mencionado anteriormente.

Según Sancho (2021), los objetivos principales de este deporte son los siguientes:

- Ayudar a motivar a los alumnos que no muestran interés por otros tipos de deportes en general.
- Lograr que los alumnos cooperen entre sí para el cumplimiento de diferentes metas educativas.
- Promover la cohesión entre los compañeros, desarrollando un sentido de equipo y pertenencia.
- Estimular la creatividad de los estudiantes a través de un juego que promueve la resolución de problemas y el desarrollo creativo.

Es evidente que los objetivos a alcanzar en el twincon son diversos y van más allá de simplemente derribar los conos; implica un enfoque más integral. La dinámica del juego no solo se centra en la competencia física, sino que también promueve la cooperación, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades cognitivas y creativas. A continuación, se muestra una imagen que ilustra cómo debe llevarse a cabo la dinámica del juego:

Ilustración 2. Lanzamiento de twin



Fuente. Twincon, 2022

Dentro del proceso de derribar los conos, los jugadores deben superar la defensa del equipo contrario y trabajar en conjunto con sus compañeros de equipo. Los resultados han demostrado la versatilidad del twincon, logrando cumplir con los objetivos educativos establecidos por los docentes.

Este deporte es novedoso para los alumnos y, además, en cada equipo debe haber tanto chicos como chicas, fomentando la inclusión y la colaboración entre ambos géneros. Es una actividad

divertida que les enseña una forma saludable de entrenamiento, lo que permite que los estudiantes puedan incorporarlo a su rutina con frecuencia, incluso fuera del aula.

El twincon (2022) ha extendido su práctica a diferentes países, siendo utilizado con diversos objetivos educativos. Ha mostrado resultados favorables, especialmente en el ámbito de la educación primaria, donde se aplica comúnmente, logrando incrementar la motivación de los alumnos.

Este deporte también contribuye a promover hábitos saludables entre los estudiantes a través del juego, uno de los propósitos fundamentales de la educación física. Recientemente, ha crecido la cantidad de personas que lo practican, por lo que, aunque sigue siendo un deporte alternativo, cada vez es más conocido y popular.

Este deporte se desarrolla en un campo rectangular con características similares a los de una cancha de fútbol, por lo cual dentro de las instituciones educativas es común que se cuente con ese tipo de espacios abiertos en los cuales se hacen diferentes actividades deportivas en general (Twincon, 2022).

Las medidas de la cancha donde se lleva el juego son de 40 metros de largo por 20 metros de ancho. Las zonas defensivas se encuentran ubicadas a 4 metros de cada línea de fondo dentro de las cuales albergan los conos a derribar, y cuyas medidas son de 7 metros de ancho y 2 metros de largo. Asimismo, existe una línea de penalti, que en este deporte se denomina como Línea de lanzamiento de Twin. También es posible realizar cambios, lo cual permite que todos los alumnos puedan participar, lo cual es una de las exigencias de la educación inclusiva actual (Sancho, 2021).

Igualmente, de acuerdo a las reglas, se puede expulsar a los jugadores, por lo cual hay algunas normativas similares a las del fútbol. Como es un deporte que promueve la inclusión, como norma debe existir al menos dos jugadores de cada sexo, aunque no existe un máximo como tal.

El número de jugadores/as durante el partido debe ser de 6 deportistas en total, lo que resulta adecuado para promover la participación activa de todos los integrantes del equipo. Además, este formato permite realizar los cambios necesarios para que todos los jugadores puedan participar. El twincon es un deporte interactivo que motiva a los alumnos a practicar actividad física con mayor frecuencia, incentivándolos a repetir varias sesiones de juego para mejorar sus habilidades y disfrutar de la experiencia (Martínez, 2018).

La duración del juego suele ser de un tiempo estimado de 60 minutos, aunque es posible hacer partidos más cortos y, al igual que en el fútbol, se lleva a cabo en dos mitades, con tiempo de descanso entre ellas para que los deportistas puedan recuperar energías de cara a la segunda mitad.

Como se ha planteado, este deporte puede ser adaptado según las características de los alumnos, de tal forma que en todo momento el docente de Educación Física puede hacer los ajustes que sean requeridos. Si se trata de estudiantes de 8 a 12 años, por lo general se reduce el tiempo de juego a un estimado de 15 minutos por cada tiempo con el periodo de descanso respectivo (Twincon, 2022).

No solo tiene que ver con la edad, sino con las condiciones físicas en general, por ello es que el diagnóstico previo siempre es relevante para que el docente conozca cuales son las capacidades de los alumnos, y en función de ello, y del tiempo de las clases, pueda hacer ajustes en cuanto al tiempo de juego. Cuando se trabaja con adolescentes, entonces es más probable que el tiempo de juego pueda extenderse a un estimado de 20 minutos o más, la exigencia también es relevante para ayudar a los estudiantes a desarrollar su capacidad de resistencia para poder mantener un ritmo de juego (Martínez, 2018).

Es importante tener en cuenta el momento en que se comienza a practicar este deporte. Si se inicia al comienzo de un nuevo año escolar, es probable que los alumnos se encuentren en una baja condición física debido al tiempo sin actividad física. Por ello, se recomienda comenzar con ejercicios de acondicionamiento para ayudar a los estudiantes a retomar su nivel de condición física y prepararlos de manera adecuada para el juego.

A medida que retoman su condición física, se pueden introducir nuevos retos y exigencias deportivas. En algunos casos, también es posible modificar las reglas, como realizar partidos sin tiempo de descanso entre dos mitades, con el objetivo de evaluar y medir la capacidad de resistencia de los alumnos (Sancho, 2021).

En cuanto a la puntuación, por cada cono derribado se obtiene un punto. Posteriormente, se realiza el lanzamiento de "Twin", que consiste en un lanzamiento desde la línea de 3 metros, con el objetivo de seguir derribando los conos restantes. Esta dinámica agrega un componente de precisión y estrategia al juego, permitiendo que los jugadores avancen en la competencia mientras desarrollan habilidades técnicas.

El twincon (2022) requiere de mucha precisión, así como de acciones defensivas y ofensivas

en todo momento. Se requiere de altos niveles de concentración, por lo cual es importante no distraerse para no perder ante los rivales. Como actividad psicomotriz, se basa esencialmente en acciones de pase y recepción, sumado a lo que son los lanzamientos para tumbar los conos.

Los diferentes tipos de pases que pueden realizar los jugadores durante el juego son los siguientes:

- Pase corto: es el más común y el que se utiliza para avanzar rápidamente la pelota entre jugadores cercanos, favoreciendo el control y la precisión.
- Pase largo: se emplea para cubrir mayor distancia, permitiendo que el balón llegue a un compañero en una posición más alejada y demanda mayores habilidades técnicas y de fuerza tanto para el pasador como para el receptor.
- Pase lateral: se produce cuando hay jugada rápida, y en ese caso es importante un pase de balón eficaz.
- Pase globo: es un pase largo, que se da cuando existen defensores en la línea de pase que buscan interceptarlo.
- Pase por la espalda: es el que se da, como su nombre indica, por detrás de la espalda con la mano contraria al lado en que se encuentra el receptor.

Esos últimos pases, el de espalda, cadera, pecho, entre otros, son los más complicados de ejecutar, por lo cual requiere de una adecuada velocidad de reacción, así como coordinación de las habilidades psicomotrices. Es parte del juego saber cuándo dar el paso adecuado a un compañero (Martínez, 2018).

El twincon, al igual que deportes como el fútbol o el baloncesto, requiere habilidades físicas y rápidas decisiones, donde la concentración es clave para el éxito. Además, incluye penalizaciones por incumplir las normas, fomentando el respeto, la disciplina y un juego justo. Su versatilidad lo hace ideal para estudiantes de distintas edades, y los resultados suelen ser positivos, siempre que el docente emplee metodologías adecuadas.

4.4. Modelo comprensivo de iniciación deportiva

En el marco de la Educación Física son diversas las estrategias y metodologías que pueden aplicarse en función de lograr los mejores resultados. Atrás han quedado los métodos convencionales en los cuales solo se trata de que los alumnos sean pasivos en su aprendizaje y no tengan mayor participación (Hernández et al., 2000).

Esto ha dado lugar al uso de metodologías activas, mediante las cuales los alumnos asumen

un rol protagonista en su proceso de aprendizaje. Estas metodologías permiten que los estudiantes no solo participen activamente, sino que también tengan la oportunidad de recibir una formación integral, que abarca aspectos tanto físicos como cognitivos, emocionales y sociales. Eso implica que, en el caso de la Educación Física, no se trata solo que los alumnos aprendan a jugar un determinado deporte, sino a desarrollar también actitudes y valores favorables hacia la inclusión y la igualdad.

Es fundamental considerar, en primer lugar, las formas más adecuadas de introducir a los alumnos en un nuevo deporte. A pesar de lo que comúnmente se cree, la parte teórica en Educación Física tiene un papel crucial, ya que proporciona los cimientos necesarios para comprender el deporte en su totalidad. Por lo tanto, es recomendable comenzar con la explicación de las reglas y los conceptos vinculados al deporte, ya que esto facilita una mejor comprensión y un aprendizaje más efectivo (Herrero, 2014).

De esta forma, surgen modelos de enseñanza como el comprensivo, el cual busca que exista una verdadera comprensión en los juegos deportivos, se menciona por primera vez en los años 80 con Thorpe, Bunker y Almond (1986). La finalidad es “encontrar un nuevo enfoque de enseñanza deportiva para la EF que sea accesible para todo el alumnado, que descubra las posibilidades de mejorar su autoestima y las relaciones sociales a través de su participación en el deporte, de modo que hasta los menos habilidosos puedan sentirse interesados por el tema” (Monjas, 2008, pp.66-67).

Como puede verse, es un modelo de enseñanza que va más allá de lo meramente técnico, sino que se centra en diferentes aspectos que son fundamentales, como es la interacción con los compañeros, y para eso el desarrollo de competencias emocionales e interpersonales son esenciales.

El modelo también enfatiza la resolución táctica del juego, que implica comprender las acciones y mejorar la toma de decisiones durante el partido. Esta habilidad es clave para ejecutar jugadas exitosas y desarrollar la inteligencia táctica en los estudiantes.

Otro aspecto fundamental es que, aunque la técnica del deporte sigue siendo importante, ya no es el factor más determinante. De hecho, se aplican adaptaciones para facilitar la práctica del deporte, haciéndolo más accesible para todos los alumnos.

Por ello es que se suele reducir la exigencia técnica y busca que los movimientos y jugadas sean más simples, esto en función de conseguir que se cumplan con los objetivos pedagógicos,

más allá de lo que tenga que ver propiamente con la práctica deportiva (Monjas, 2008).

Bajo la enseñanza tradicional, el resultado es lo más relevante, por lo cual se busca fomentar la competencia en que unos alumnos ganan y otros pierden. El objetivo del deporte en esos casos es simplemente ganar, más allá de si se cumplen o no con otros objetivos educativos (Herrero, 2014).

Para el desarrollo de la técnica, se suelen emplear juegos modificados, los cuales buscan la comprensión de los principios tácticos básicos del deporte o deportes que son objeto de aprendizaje dentro de una planificación escolar (López et al., 2003).

El fin no es solamente enseñar un deporte, sino también conseguir el cumplimiento de fines educativos. Eso implica que el deporte no es solo recreación o diversión, aunque eso es un componente relevante, así como el desarrollo de condiciones físicas en general, más relevante aún es integrar esos factores con otros fines.

Cuando se inicia a los alumnos en un deporte determinado, se deben tener en cuenta los siguientes factores según Lisboa et al. (2009):

- Las características de los alumnos que aprenden, es decir, debe haber un diagnóstico previo por medio del cual se conozca sus habilidades y también sus limitaciones, y en función de ello llevar a cabo una planificación deportiva adecuada según cada caso.
- Las características de la actividad deportiva, tiene que ver con las condiciones físicas que demanda su realización, así como las reglas que deben ser adecuadamente explicadas a los alumnos.
- Los objetivos que se pretenden alcanzar que es un punto clave en cualquier deporte, por lo cual los alumnos deben estar al tanto de que rendimiento y competencias se va a desarrollar por medio de la práctica deportiva.
- Los planteamientos pedagógicos o métodos didácticos a emplear, hoy predominan las metodologías activas en general.

Con base en esos principios, el aprendizaje debe ser progresivo, la exigencia física debe hacerse de forma sistemática, como ocurre con cualquier asignatura en general. Eso implica entender cuáles son las capacidades de los alumnos y llevarlos a mejorar, sin que eso implique tampoco un nivel alto de exigencia que los lleva a no poder cumplir con ciertas expectativas.

Las mejoras se logran a través de la práctica, lo que implica que el dominio de un juego o deporte se alcanza mediante el entrenamiento. La observación del docente es crucial para identificar y corregir posibles errores. Además, se pueden utilizar estrategias de cooperación, donde los alumnos que dominen mejor ciertas técnicas y movimientos ayuden a enseñar a sus compañeros (López et al., 2003).

La enseñanza de la Educación Física ha variado mucho a lo largo de los años, por medio de nuevos métodos utilizados con los alumnos. Así ha surgido lo que se conoce como Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva, el cual es de gran utilidad ya que se basa en metodologías activas.

Lo que busca este método es que los alumnos no solo aprendan un determinado deporte, sino que su práctica estuviera relacionada con la comprensión y la reflexión constante, por lo cual debía aprenderse los diferentes elementos como técnica, táctica, entre otros factores relevantes (Lisbona et al., 2009).

También se aplica lo que es la modificación de juegos, con el fin de poder adaptarlo a las necesidades del grupo al cual va dirigido. Uno de los objetivos principales es que todos puedan participar por igual, más allá de las habilidades que demuestren dentro de la práctica deportiva. Es un aspecto clave ya que es evidente que siempre va a existir mejor rendimiento por parte de algunos alumnos, pero bajo este método no se trata de que jueguen solo los más habilidosos, sino que todos deben tener la oportunidad de mejorar para obtener los mejores resultados posibles (Méndez, 2005).

En el marco de la Educación Física, no se trata solo de enseñar a practicar un deporte, sino de que puedan jugar e integrarse con sus compañeros. No se trata de excluir a los menos capaces, sino de incluirlos por igual dando las oportunidades para que puedan mejorar de una forma efectiva.

Existen varios principios a aplicar dentro de esta metodología de Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva y, según Lisbona et al. (2009), los más relevantes son los siguientes:

1. Juego: se plantea un juego deportivo que sea del interés del alumno, tomando en cuenta su edad y características para luego proponer las modificaciones y adaptaciones requeridas para su fácil aplicación.
2. Apreciación del juego: no se trata solo de que conozca los movimientos que debe usar en medio del deporte, sino que realmente el alumno comprenda y entienda el juego de

manera integral.

3. Conciencia táctica: una vez que el alumno ha comprendido el juego con todas sus normas y reglas, se pasa a la siguiente etapa de iniciación la cual es entender cuáles son los aspectos tácticos relevantes, de esa forma, puede tomar las mejores decisiones para lograr unos adecuados resultados.
4. Toma de decisiones: implica un pleno nivel de concentración y entendimiento acerca de qué debe hacer según cada momento del juego.
5. Ejecución de habilidades: comprendido todos los aspectos del deporte y practicándolo con cierta frecuencia, debe existir un desarrollo de habilidades que lleve al alumno a saber qué hacer en cada momento.
6. Resultados de la realización: Resultado que se obtiene de la práctica del juego modificado que debe ser evaluado por el docente.

En resumen, el Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva promueve una enseñanza inclusiva y accesible, centrada en la participación activa de los alumnos. A través de metodologías activas y adaptaciones del juego, se fomenta tanto el desarrollo físico como los valores de cooperación, respeto y toma de decisiones. Este enfoque contribuye a un aprendizaje integral y motiva a los estudiantes a disfrutar del deporte, independientemente de su nivel de habilidad.

4.5. La iniciación deportiva

La manera de iniciar a un alumno o cualquier persona dentro de un nuevo deporte debe responder a una planificación y metodología adecuada según las necesidades de la o las personas a las cuales va dirigida. Por ello es relevante en todo momento dar las instrucciones de forma progresiva.

Es por ello que resulta clave el modelo de Iniciación Deportiva, el cual puede ser entendido como aquel en el cual el “conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional” (Hernández, 2000, p. 12). Esto implica el cumplimiento de toda una serie de fases previas en las cuales las personas deben ir dominando capacidades psicomotoras para poder practicar un deporte de forma efectiva. Todos los deportes cuentan con algunos patrones que deben aprender a dominarse de forma adecuada.

Según Blázquez (1986), la Iniciación deportiva:

No debe entenderse como el momento en el que se comienza con la práctica deportiva, sino como la acción pedagógica que, teniendo en cuenta las características del niño y los fines a conseguir, van evolucionando progresivamente hasta llegar al dominio de cada especialidad. (p.35)

Además, la práctica es un aspecto común en todos los casos, por lo cual quien se inicia en el deporte debe desarrollar también disciplina y constancia. Esos dos aspectos son vitales para lograr la consecución del deporte y para que no abandonen, como es común en la mayoría de los casos (Hernández et al., 2001).

Lo que se busca en el contexto de la Educación Física no es realmente que los alumnos se vuelvan profesionales en un deporte específico, pero sí que puedan desarrollar habilidades psicomotoras que son básicas en general, y, además, que puedan aprender a valorar la actividad física y el deporte como algo positivo.

Dentro de las competencias que deben dominarse al iniciar un deporte, las más comunes son las siguientes, de acuerdo con Giménez (2003):

- Dominio de la técnica y la táctica necesaria para poder ejecutar jugadas de forma efectiva de forma individual y grupal según el caso.
- Aprendizaje y comprensión de las reglas del juego, para entender cómo se juega y cuáles son las faltas que deben evitarse.
- Desarrollo de condiciones físicas en general como fuerza y velocidad según la exigencia deportiva.
- Desarrollo de habilidades específicas asociadas propiamente a lo que es la práctica deportiva en particular.
- Aprender a jugar en equipo con el resto de los compañeros para ser efectivo en las diferentes jugadas.

En cuanto a las habilidades relacionadas con los valores y actitudes que se desarrollan al iniciar un deporte, Gonzalo (2013) señala las siguientes:

- Respeto por los compañeros y empatía hacia las necesidades de los demás.
- Hábitos saludables de entrenamiento y de alimentación.

- La ética deriva para el cumplimiento de las reglas.
- Desarrollo de valores vinculados al trabajo en equipo para el cumplimiento de metas en común.

Cuando se trabaja la Iniciación Deportiva, especialmente con niños y niñas que no han practicado deportes antes, es fundamental enseñar las reglas generales que son comunes a todos los deportes. Esto se debe hacer de manera particular en el área de la Educación Física, donde los valores juegan un papel crucial. Según lo expuesto por Gonzalo-Arranz (2013), la Iniciación Deportiva se basa en los siguientes principios:

Aquellas actividades formativas que se corresponden al proceso de aprendizaje de habilidades deportivas técnico-tácticas, para iniciar la práctica de uno o de varios deportes, considerando que muchas de estas habilidades son comunes a diferentes deportes (patrones motores, habilidades físicas básicas, habilidades físicas específicas, como botar, conducir un móvil, golpear, etc.). (p.13)

Todas esas habilidades se van desarrollando desde los primeros años de formación de los alumnos, pero hay que tener en cuenta como algunos no logran dominarlas de forma adecuada. Eso hace que muestren dificultades en diferentes deportes, lo cual les resta ánimo para practicarlo. Esto también puede ocurrir si recibe burlas de sus compañeros por su falta de capacidades. De esta forma, el apoyo no debe limitarse únicamente a las técnicas y tácticas, sino que también debe abarcar la motivación y el compañerismo en general. Dentro del deporte escolar, Guerrero (2000) explica que la Iniciación Deportiva debe contemplar diferentes aspectos, siendo en primer lugar la óptica formal, vinculada específicamente a los contenidos de educación física. Esta óptica formal se refiere a la enseñanza estructurada de los conceptos, reglas y habilidades básicas que son esenciales para la práctica deportiva. Además, debe integrarse con la promoción de valores como el respeto, la responsabilidad y la cooperación, lo que permite una formación integral de los alumnos.

En relación a lo anterior, está lo relacionado con el fomento de valores, lo cual también forma parte de los ejes transversales que demanda el currículo actual. Esto busca fomentar conductas en las cuales los alumnos muestren actitudes positivas tanto dentro como fuera de las instituciones educativas.

En ambos casos, hoy se demanda que se deben plantear estrategias que atiendan necesidades específicas de los alumnos, de tal forma que el sistema escolar se adapte a ellos, y no a la

inversa. Por tales razones, uno de los objetivos principales es lograr que la educación pueda ser de utilidad para los estudiantes tanto de forma teórica, como de manera práctica (Monjas, 2006).

Con base en lo expuesto por Hernández (2001), la Iniciación Deportiva se basa en un modelo que busca la adquisición de conocimientos y la capacidad de ejecución práctica de un deporte. A través de este proceso, los estudiantes desarrollan habilidades esenciales que les permiten jugar de manera más formal y estructurada.

La idea también es fomentar en ellos la motivación por deportes en general, por eso hoy se les ofrece una preparación que en general les puede servir de inicio para cualquier tipo de práctica deportiva. Es así como hay que tomar en cuenta de qué forma se puede ayudar a los niños a sentir motivación por deportes, ya sean convencionales o alternativos (Cañon-Salinas y Villarreal, 2022).

Teniendo en cuenta todo esto, podemos decir que el objetivo de la iniciación deportiva es ofrecer una preparación integral que no solo desarrolle habilidades técnicas, sino que también fomente valores como el respeto, la cooperación y el compañerismo. Según Monjas (2008), se busca generar un interés continuo por la actividad deportiva, promoviendo tanto la destreza física como la formación en valores.

Finalmente, el objetivo de la Educación Física no es convertir a los estudiantes en profesionales ni enfocarlos en un deporte específico, sino dotarlos de habilidades físicas útiles para diversas actividades deportivas y fomentar un estilo de vida activo y disciplinado.

5. DISEÑO DE LA SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

5.1. Contextualización

La presente programación se lleva a cabo en el colegio público del CRA “Los Almendros”, ubicado en la localidad de Bernuy de Porreros, en la provincia de Segovia. Este municipio se encuentra próximo tanto a la capital segoviana como a la cabecera del CRA, situada en La Lastrilla.

La situación de aprendizaje planificada está implementada con los alumnos del tercer ciclo de Educación Primaria, que incluye de manera conjunta a los cursos de 5º (12 estudiantes) y 6º (8 estudiantes), al tratarse de un grupo multinivel. Bajo el título “Twincon: un deporte para todos”, esta SA consta de un total de 6 sesiones, a través de las cuales se trabajará este deporte alternativo en el marco del área de Educación Física.

El grupo está formado por 20 estudiantes que, tras mi observación previa durante las clases y la información proporcionada por el maestro del área, muestran en general un alto nivel de motivación hacia los juegos competitivos. Sin embargo, se observa un menor interés en los deportes convencionales y en los juegos cooperativos que se les han presentado. Este bajo nivel de motivación es especialmente notable entre las chicas, quienes argumentan que *los chicos siempre quieren ganar*, entre otras razones.

5.2. Justificación

La presente Situación de Aprendizaje está basada en el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación en Castilla y León, el cuál está basado en el Real Decreto 57/2022, de 1 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Con esta propuesta de intervención a través del twincon, se busca introducir a los alumnos a un deporte alternativo, promoviendo una metodología comprensiva que favorezca el desarrollo integral de diversas competencias. Este deporte, al ser inclusivo y fomentar la cooperación, permite trabajar valores como el compañerismo, la participación y el trabajo en equipo, esenciales para la formación integral del alumnado.

A través del twincon, los estudiantes desarrollarán competencias motrices y tácticas en un entorno de competencia saludable y colaborativa. Además, se asegura la igualdad de género, ya que el deporte es accesible para todos, sin importar el sexo, y favorece la participación

equitativa entre niños y niñas. De este modo, se cumple con los principios de la educación inclusiva y se garantiza el cumplimiento de los objetivos didácticos y pedagógicos establecidos en el currículo y el método comprensivo de iniciación deportiva.

5.3. Elementos curriculares

5.3.1. Objetivos didácticos

Los objetivos de etapa que se busca desarrollar con esta propuesta de intervención han sido seleccionados del Real Decreto 157/2022 y se detallan a continuación:

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de las otras personas, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

En relación con los objetivos específicos de la situación de aprendizaje, estos son los siguientes:

- 1) Conocer el twincon, sus reglas, respetándolas e incorporando valores esenciales como el respeto, la deportividad y el juego limpio, enfatizando su relevancia tanto en el twincon como en el deporte en general.
- 2) Fomentar la inclusión y la cooperación a través de actividades dinámicas y participativas basadas en la práctica del twincon, creando un entorno integrador y enriquecedor para todo el alumnado.
- 3) Impulsar la participación activa de todos los estudiantes mediante la aplicación de la metodología comprensiva en la enseñanza del twincon.
- 4) Despertar el interés y la motivación por la práctica del twincon y el deporte en general, generando entusiasmo hacia actividades físicas que favorezcan el desarrollo integral de los estudiantes.

- 5) Fortalecer el trabajo cooperativo y en equipo a través de las dinámicas del twincon que promuevan la colaboración y el apoyo mutuo entre los alumnos.
- 6) Optimizar las habilidades físicas básicas, como correr, pasar, recibir y esquivar, además de la capacidad de reflexión y toma de decisiones en cuanto a la táctica durante las actividades realizadas.

5.3.2. Saberes básicos, contenidos de aprendizaje y contenidos específicos

Considerando los bloques que estructuran los contenidos del área de Educación Física según lo establecido en el Real decreto 38/2022, se presenta en una tabla ([ver Anexo 1](#)) la relación entre los saberes básicos, los contenidos de aprendizaje y los contenidos específicos. A continuación, se desarrollan los contenidos específicos que complementan los saberes básicos y los contenidos de aprendizaje detallados en la tabla del Anexo I:

- 1) Respeto y cumplimiento de las normas, reglas, roles y objetivos del juego, promoviendo el juego limpio, la equidad y la coeducación como principios esenciales en la práctica deportiva.
- 2) Fomentar el respeto, la tolerancia y la no discriminación hacia las normativas y los compañeros, asegurando el cumplimiento de las mismas como una forma de construir un ambiente deportivo inclusivo y respetuoso.
- 3) Reconocimiento del valor de las actividades deportivas como una forma de disfrute, interacción social positiva y una alternativa saludable para el tiempo libre.
- 4) Conocimiento de diferentes deportes y aplicación de estrategias locomotrices para mejorar la práctica deportiva.
- 5) Ejecución de situaciones jugadas de igualdad numérica (3X3) y en condiciones de superioridad (3X1 o 3X2), fomentando la toma de decisiones y la adaptación al juego.
- 6) Promoción de la cooperación como base fundamental de la práctica deportiva, fortaleciendo el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales.

5.3.3. Competencias

Conociendo los objetivos propuestos para la presente Situación de Aprendizaje y teniendo en cuenta que las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, se van a desarrollar las siguientes competencias clave y específicas:

Competencias Clave:

La Competencia en Comunicación Lingüística (CCL 1, CCL 2, CCL 3, CCL 4, CCL 5): se fomenta a través de la comunicación en las asambleas y momentos de reflexión, destacando el uso adecuado del vocabulario específico del deporte, como el término "Twin", fundamental durante todo el proceso.

La Competencia Matemática y en Ciencia, Tecnología e Ingeniería (STEM 1, STEM 2, STEM 5): se desarrolla mediante el reconocimiento de formas geométricas en el espacio de juego y el cálculo mental para llevar el control de las puntuaciones, las interacciones, los pases y los tiempos de actividad y descanso.

La Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA 1, CPSAA 2, CPSAA 3, CPSAA 4, CPSAA 5): los estudiantes reflexionan sobre sus errores y áreas de mejora durante las paradas de reflexión-acción, lo que favorece el autoconocimiento y un aprendizaje más significativo. El trabajo en equipo y el respeto mutuo refuerzan su competencia social.

La Competencia Ciudadana (CC 2, CC 3): se promueve la cooperación, el respeto y la responsabilidad dentro de un juego inclusivo, fomentando la resolución pacífica de conflictos y el compromiso con el bienestar colectivo, lo que desarrolla una actitud cívica en los estudiantes.

La Competencia Emprendedora (CE 1, CE 3): se estimula la creatividad, la iniciativa, la toma de decisiones y la colaboración en equipo. Los estudiantes asumen responsabilidades, experimentan con nuevas estrategias y aprenden a adaptarse a situaciones cambiantes, fomentando su capacidad de iniciativa y resolución de problemas.

Competencias Específicas:

Las competencias específicas que se busca alcanzar al finalizar la situación de aprendizaje han sido seleccionadas del Real Decreto 157/2022 y son las siguientes:

Competencia Específica 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 antes, durante y después de la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos sistemáticos de actividad física, cuidado del cuerpo y alimentación saludable que contribuyan al bienestar.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores operativos: STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5.

Competencia Específica 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 operativos: STEM1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3.

Competencia Específica 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 étnico-culturales, 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 operativos: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.

Además, tener en cuenta que el mapa de relaciones competenciales de dicha área se establece en el anexo IV del Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, concretamente en la página 528.

5.3.4. Elementos transversales

En relación con los contenidos de carácter transversal, nos basamos en los establecidos en el Real Decreto 38/2022, específicamente en los apartados 3 y 5.

- Comprensión lectora: los estudiantes mejoran su capacidad de comprensión lectora a través de diversas actividades que implican leer las normas del juego, recordarlas y entenderlas correctamente.
- Expresión oral: La expresión oral se da de manera constante durante las sesiones, desde las explicaciones iniciales hasta las paradas de reflexión y la puesta en común final. Además, se fomenta la comunicación entre los estudiantes y con la docente, abarcando la expresión de ideas, emociones y la resolución de conflictos.
- Igualdad entre hombres y mujeres: durante las actividades, los grupos de trabajo se conformarán de manera mixta y equilibrada, promoviendo la inclusión de todo el alumnado sin importar sus características o género.
- Educación para la paz: se trabaja la resolución de conflictos de manera dialogada, evitando cualquier tipo de discriminación por raza o habilidades motrices. Se crea un ambiente basado en el respeto, la igualdad y la tolerancia.
- Educación para la salud: dado que se trata de un deporte alternativo, puede ser una opción interesante de ocio para los estudiantes. Además de fomentar la actividad física dentro del entorno escolar, se les da la oportunidad de practicarlo fuera del horario lectivo, aprovechando lo accesible que es el material necesario.

Igualmente, desde todas las áreas se trabajará la educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza. También se fomentará la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como los valores que sustentan la libertad, la igualdad, la paz, la pluralidad, el respeto, el rechazo a cualquier tipo de violencia y el fomento de la creatividad y del espíritu crítico.

5.4. Metodología

El planteamiento metodológico que vamos a emplear en esta Situación de Aprendizaje se enmarca dentro de una metodología activa, centrada en el alumno como eje fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Esta metodología busca generar aprendizajes significativos, poniendo especial atención en el proceso de aprendizaje más que en el logro de un resultado final. Esto implica que las experiencias vivenciales sean las protagonistas, permitiendo al alumnado comprender la esencia del twincon como deporte alternativo y coeducativo.

En esta propuesta, se prioriza un enfoque comprensivo, alejado de las metodologías tradicionales basadas en la adquisición de habilidades técnicas previas para, posteriormente, aplicarlas en situaciones jugadas. En lugar de eso, los alumnos participarán desde el inicio en actividades globales y contextos reales del twincon, integrando las reglas, valores y dinámicas propias de este deporte desde una perspectiva práctica y vivencial.

Teniendo en cuenta esto, esta Situación de Aprendizaje, además, destaca por basarse en una educación en valores, como defiende Monjas (2006):

Una educación que ponga el acento en valores como la cooperación, solidaridad, igualdad..., frente a otras opciones que buscan los resultados o el rendimiento por encima de todo sin tener en cuenta que lo más importante deberían de ser las personas, TODAS, ya que no vale tener en cuenta sólo a unas pocas. (p.31)

Además, la propuesta incorpora una ligera hibridación con el Modelo Ludotécnico, propuesto por Valero y Conde (2003) en las dos primeras sesiones. Aunque la metodología principal es la enseñanza comprensiva, el núcleo principal de este enfoque ludotécnico radica en las propuestas ludotécnicas, que consisten en una variación de las formas jugadas, transformándolas en ejercicios con un importante enfoque lúdico. Estos ejercicios están basados en el juego y se adaptan según las necesidades de los alumnos/as, permitiendo que la práctica sea más accesible y adecuada a su nivel. Esto facilita una integración más fluida del twincon en el proceso de aprendizaje.

En cuanto a los estilos de enseñanza, nos basaremos en estilos cognoscitivos como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado. Estas estrategias fomentan la participación activa del alumnado, promoviendo la reflexión, la toma de decisiones y el aprendizaje significativo a través de la indagación y la experimentación motriz.

Además, se emplearán estilos como el mando directo, para la explicación de normas o instrucciones básicas y la asignación de tareas por parte de la maestra, permitiendo que los

alumnos trabajen de manera autónoma y a su propio ritmo, adaptándose a las necesidades del grupo y asegurando el progreso de todos.

5.4.1. Principios metodológicos

La metodología se fundamenta en varios principios clave. En primer lugar, se adopta un enfoque globalizado, integrando conceptos, habilidades y valores en actividades que representen situaciones reales del twincon. Esto facilita aprendizajes significativos, permitiendo al alumnado conectar los contenidos con sus experiencias previas y aplicarlos de manera práctica.

La inclusión y la coeducación son otros pilares esenciales, asegurando que todos los alumnos, independientemente de sus capacidades y género, participen activamente y en igualdad de condiciones. Asimismo, se fomenta la cooperación a través del trabajo en equipo, promoviendo valores como el respeto, la solidaridad y la empatía.

Por último, se enfatiza la reflexión y la autonomía del alumnado, estimulando su capacidad de analizar, tomar decisiones y gestionar sus aprendizajes de forma progresiva.

5.4.2. Recursos didácticos, espaciales y temporales

En el [anexo II](#) se incluyen fotografías de varios de los recursos utilizados, concretamente de los materiales y espaciales.

Recursos didácticos:

- Recursos materiales: pelotas, conos (2 por equipo), conos chinos o cintas para delimitar el espacio del campo, silbato para el árbitro, chalecos... (se especifican en cada sesión).
- Recursos impresos: tarjetas con las normas, autoevaluación docente, autoevaluación de los alumnos, evaluación entre iguales (heteroevaluación), diplomas y medallas.
- Recursos tecnológicos: pantalla proyectora y altavoces.
- Recursos humanos: El docente de Educación Física, que me guiará y acompañará, los 22 estudiantes de 5º y 6º de Educación Primaria y yo, como maestra en prácticas y creadora de la presente propuesta de intervención.

Organización del espacio:

Se utilizará el patio del colegio, adaptándolo a las medidas reglamentarias del twincon. Se delimitarán las líneas correspondientes y se colocarán los conos necesarios para garantizar el correcto desarrollo de las actividades.

Organización del tiempo:

La propuesta se llevará a cabo durante el segundo trimestre, momento en el que los alumnos ya han participado en diversas actividades que les han permitido mejorar su condición física general, lo que resulta ideal para introducir un deporte alternativo.

Se desarrollará a lo largo de 6 sesiones lectivas, cada una de 60 minutos, distribuidas en dos sesiones semanales, los días martes y jueves.

La organización de las sesiones es la siguiente (ver tabla 2):

Tabla 2. Cronograma de las sesiones

Sesiones	¿Qué trabajamos?	Día
Sesión 1	Introducción al twincon.	5 de marzo 2024
Sesión 2	Conocemos las reglas.	7 de marzo 2024
Sesión 3	Coordinación de pases y jugadas. Introducimos el Twin.	12 de marzo 2024
Sesión 4	Distribución de roles en el campo	14 de marzo 2024
Sesión 5	Ponemos en práctica todo lo aprendido. Primeros partidos.	19 de marzo 2024
Sesión 6	Partidos finales. Seguimos practicando y aprendiendo.	21 de marzo 2024

Fuente. Elaboración propia

5.5. Desarrollo de las sesiones de la Situación de Aprendizaje

En cuanto a la estructura de sesión, considero que establecer una rutina consistente a lo largo de todas las sesiones resulta altamente beneficioso para el alumnado, ya que les permite orientarse adecuadamente y llevar a cabo la actividad motriz de forma estructurada y segura. Además, como señala López (2004), esto contribuye a que los estudiantes adquieran comportamientos apropiados para cada momento, lo que facilita el desarrollo efectivo de las sesiones (ver tabla 3).

Tabla 3. Estructura de las sesiones

ESTRUCTURA DE SESIÓN	
Asamblea inicial/ puesta en acción	Saludo, recordamos lo realizado el último día (enganche, proceso), nombramos lo que vamos a hacer hoy y recordamos las normas de convivencia. Actividades o juegos de puesta en acción a modo de calentamiento.
Actividad motriz/ parte principal	Realización de la actividad motriz planificada (actividades de twincon).
Asamblea final/ vuelta a la calma	Actividad o juego de vuelta a la calma, puesta en común (verbalización de lo realizado), problemas surgidos, posibles mejoras y despedida.

Fuente. Basado en López (2004)

A continuación, se detalla la primera de las sesiones planificadas junto con sus actividades correspondientes, mientras que el resto se encuentra disponible en el [anexo III](#).

Tabla 4. Sesión 1

SESIÓN 1: DESCUBRIMIENTO DEL TWINCON			
Fecha: 05/03/2024	Curso: 5º y 6º EP	Nº de alumnos: 22	Duración: 1 hora
PUESTA EN ACCIÓN (10´)			
Materiales: 3 o 4 pelotas		Espacio: patio	
• “¿De qué va este deporte?”: presentaremos una nueva experiencia de aprendizaje que realizaremos en unas semanas, centrada en un deporte alternativo de invasión-oposición. Explicaremos que el deporte se llama <i>twincon</i> y que su nombre combina dos ideas clave: <i>twin</i> (gemelos) y <i>con</i> (conos, en valenciano). A partir de esto, los alumnos intentarán deducir cómo se juega. Después de escuchar sus propuestas y debatir, les desvelaremos las características principales de este deporte. • “Pelota sentada”: como calentamiento, dividiremos el espacio en una cancha delimitada y soltaremos tres balones. Los jugadores que consigan un balón deberán lanzarlo para intentar tocar a los demás. Si un jugador es alcanzado por el balón, deberá sentarse en el suelo. Los jugadores sentados podrán volver al juego si logran tocar un balón que pase cerca. Si alguien atrapa un balón lanzado al aire, quien lanzó el balón será el que se siente.			
ACTIVIDAD MOTRIZ (40´)			
Materiales: 5 conos, 22 pelotas.		Espacio: patio	
• “Las esquinas en movimiento”: organizamos a los alumnos en cinco equipos. En el centro del espacio de juego marcamos cuatro esquinas con conos y un punto adicional en el centro. Cada equipo deberá situarse en una esquina del cuadrado. A la señal de inicio, todos deberán cambiar rápidamente de esquina con el objetivo			

de evitar quedarse en el centro. Los integrantes de cada equipo deberán mantenerse agarrados de las manos en todo momento. Si se sueltan, todo el equipo tendrá que colocarse en el centro. El equipo que menos veces ocupe el centro será el ganador. ● “¡Lanzamientos hacia el cielo!”: de forma individual, cada alumno trabajará con una pelota. El objetivo será lanzarla hacia arriba utilizando una mano y atraparla con ambas. Durante la actividad, la profesora irá marcando momentos para cambiar de mano, observando el nivel de control y motricidad de cada alumno. ● “¿Y en movimiento?”: este ejercicio sigue la dinámica anterior, pero ahora se incorpora el desplazamiento. Los alumnos deberán lanzar y atrapar la pelota mientras se mueven según las instrucciones: caminando, trotando, retrocediendo o avanzando a un ritmo más rápido. ● “Coordinación en pareja”: en esta actividad los alumnos trabajarán por parejas. Comenzarán lanzándose una pelota entre ellos y, a medida que se sientan más cómodos, se añadirá una segunda pelota. Así, mientras un alumno lanza su pelota, el compañero deberá hacer lo mismo. Como variante, las parejas realizarán pases mientras se desplazan por el espacio, fomentando la coordinación dinámica y el trabajo conjunto.	
VUELTA A LA CALMA (10´)	
Materiales: 1 pelota	Espacio: patio
● “Bomba”: para terminar la sesión relajadamente, los alumnos se dividirán en dos grupos y formarán círculos. Dentro de cada círculo, pasarán la pelota de mano en mano siguiendo el sentido de las agujas del reloj. Mientras tanto, un compañero se sentará en el centro del círculo con los ojos cerrados y contará rápidamente hasta 50, levantando los brazos al llegar a los números 10, 20, 30 y 40. Al llegar a 50, gritará ¡BOMBA! El jugador que tenga la pelota en ese momento deberá sentarse en el suelo con las piernas abiertas. A partir de ahí, el compañero que reciba la pelota tendrá que saltar por encima de quien esté sentado para continuar pasándola. ● “Comparte tus expectativas”: en esta parte final de la sesión, los alumnos podrán compartir sus ideas y expectativas sobre este nuevo deporte. Hablarán sobre lo que más les ha llamado la atención, qué creen que les gustará, y reflexionaremos juntos sobre el origen y las características del twincon.	

Fuente. Elaboración propia

5.6. Atención a la diversidad

No contamos con ningún alumno con necesidades específicas de apoyo educativo (ACNEAE). Sin embargo, se contempla la atención a la diversidad en el diseño de las actividades, garantizando que todos los estudiantes, independientemente de sus características individuales, puedan participar activamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las actividades se adaptarán en función de las características del grupo, asegurando que todos los alumnos puedan acceder al contenido y desarrollar sus habilidades de manera

equitativa. En caso de que se identifique alguna necesidad específica a lo largo de la implementación de la Situación de Aprendizaje, se adoptarán medidas de ajuste razonable, como la modificación de tareas, la asignación de apoyos adicionales, la delimitación del campo de forma más visual, el uso de material adaptado o incluso la modificación de las reglas para favorecer la inclusión y la participación plena de todos los estudiantes.

A pesar de no contar con alumnado con necesidades educativas específicas, la diversidad presente en el aula sigue siendo un reto significativo. Por ello, tenemos en cuenta el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA), un enfoque clave en la educación moderna, ya que, independientemente de las diferencias en capacidades cognitivas, físicas, niveles de motivación, contextos culturales o estilos de aprendizaje, cada estudiante tiene necesidades únicas. El DUA tiene como objetivo eliminar las barreras en el proceso de enseñanza y aprendizaje, ofreciendo una metodología flexible que se adapta a las distintas necesidades del alumnado. A través de este enfoque, se fomenta la creación de entornos educativos accesibles para todos, proporcionando diversas formas de presentar la información, de expresarse y de comprometerse con el aprendizaje. Su principal propósito es garantizar que todos los estudiantes tengan las mismas oportunidades para alcanzar el éxito.

5.7. Evaluación del proceso de Enseñanza - Aprendizaje

La evaluación se realizará siguiendo las orientaciones establecidas en el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, definidas en el Anexo II.B. Será un proceso continuo, formativo, integrador y compartido, con el objetivo de evaluar todo el proceso de aprendizaje. Esto permitirá proporcionar una retroalimentación constante, identificando tanto las fortalezas como los aspectos de mejora de los alumnos. Además, se fomentará la autoevaluación, de modo que los estudiantes puedan valorar su propio aprendizaje y progreso.

El proceso de evaluación se estructurará en tres momentos clave:

- 1. Inicio:** al comenzar la puesta en práctica, se realizará un cuestionario inicial ([Anexo V](#)) tipo test en el que los estudiantes responderán a preguntas relacionadas con qué entienden por deporte alternativo, qué es el twincon y qué valores se buscan fomentar con dicha actividad.
- 2. Durante las sesiones:** a lo largo de las sesiones, se llevará a cabo una evaluación continua mediante la observación directa y el seguimiento del progreso de los alumnos. Para ello, se utilizará una lista de control grupal ([Anexo VI](#)) específica para cada sesión, así como registros de anotaciones

sobre la participación, habilidades y comportamientos en el cuaderno de la maestra ([Anexo VII](#)).

3. **Final:** al finalizar la situación de aprendizaje, se revisarán todas las listas de control completadas hasta el momento. Los alumnos realizarán una diana de autoevaluación ([Anexo VIII](#)), que les permitirá reflexionar sobre su progreso. Asimismo, se repetirá el cuestionario inicial ([Anexo IX](#)) con el fin de comparar los conocimientos previos y los adquiridos durante el proceso. También se elaborará una escala descriptiva individual ([Anexo X](#)), que responderá la maestra según los indicadores de logro propuestos.

En relación con la coevaluación, cada alumno completará de forma individual una escala verbal-numérica ([Anexo XI](#)) para valorar el desempeño de sus compañeros de equipo. Esta evaluación se llevará a cabo de manera autónoma en casa al finalizar todas las sesiones.

Finalmente, como parte de la autoevaluación docente, se aplicará una escala descriptiva ([Ver anexo XII](#)) que analizará aspectos como, entre otros, la planificación y organización de la situación de aprendizaje, el desarrollo de las actividades, el conocimiento de la materia, las adaptaciones realizadas, la interacción con los estudiantes, así como la supervisión y el feedback proporcionado.

5.7.1. Criterios de evaluación e indicadores de logro

Los siguientes criterios de evaluación se extraen del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Tabla 5. *Relación de los criterios de evaluación y los indicadores de logro*

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INDICADORES DE LOGRO
1.1 Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria.	Identificar y describir al menos tres beneficios físicos y mentales asociados a la práctica regular de twincon.
	Comenta cómo incluir la actividad física en su día a día para sentirse mejor y estar más saludable.

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.	Participa en los ejercicios o juegos de calentamiento previos a la práctica de twincon.
	Colabora en las rutinas de relajación al finalizar la actividad deportiva, adquiriendo buenos hábitos para cuidar el cuerpo.
1.4 Identificar y abordar conductas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o 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.	Reconoce situaciones injustas o de discriminación durante los juegos y propone maneras de solucionarlas.
	Participa en actividades deportivas respetando las diferencias entre compañeros, fomentando un ambiente de igualdad.
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	Organiza junto con su equipo una estrategia sencilla para jugar un partido de twincon.
	Evalúa cómo les ha ido en el juego, destacando cosas positivas y sugiriendo mejoras.
2.2 Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados 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.	Toma decisiones rápidas durante el juego para colaborar con su equipo en situaciones sencillas.
	Ajusta su forma de jugar según los cambios en el juego o las instrucciones del equipo.
3.1 Participar en actividades motrices, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de	Participa con entusiasmo en las sesiones de twincon, mostrando esfuerzo y ganas de mejorar.

crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándolas de forma asertiva.	Aprende a controlar sus emociones durante el juego, celebrando los éxitos y aceptando los errores.
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.	Sigue las reglas del twincon en todo momento, demostrando compromiso con el juego limpio.
	Felicita a compañeros y rivales por sus buenas acciones durante el juego.
3.3 Convivir 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.	Resuelve pequeños conflictos durante los juegos hablando con sus compañeros de manera respetuosa.
	Ayuda a compañeros con más dificultades, mostrando respeto y tolerancia hacia todos.

Fuente. Elaboración propia

5.7.2. Técnicas e instrumentos de evaluación

Tabla 6. *Técnica e instrumentos de evaluación*

TIPO DE EVALUACIÓN ¿Quién evalúa?	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Heteroevaluación (docente-alumno)	Observación directa	Lista de control grupal
		Escala descriptiva individual
	Fotografías	Teléfono móvil
	Análisis de documento	Cuestionario inicial y final
	Observación directa	Cuaderno de la maestra
Evaluación compartida (participación del alumnado en la evaluación)	Observación directa y análisis de lo vivido	Paradas de reflexión-acción
		Reflexiones finales (asambleas)
Autoevaluación del alumno	Observación directa y análisis de lo vivido	Cuestionario individual
		Escala gráfica: diana de autoevaluación
		Cuestionario final
Autoevaluación docente	Observación directa y análisis de lo vivido	Escala descriptiva
Coevaluación (entre iguales)	Observación directa y análisis de lo vivido	Escala verbal-numérica

Fuente. Elaboración propia.

6. RESULTADOS

Para evaluar la eficacia de la Situación de Aprendizaje, se aplicó un cuestionario tipo test antes de comenzar las sesiones y al finalizar todas ellas. Este instrumento permitió identificar los conocimientos previos de los alumnos sobre los deportes alternativos y los valores asociados a estos, así como medir los aprendizajes adquiridos tras el desarrollo de las actividades.

En el cuestionario inicial, los resultados mostraron un conocimiento limitado de los deportes alternativos y del twincon en concreto. Aunque algunos alumnos identificaron correctamente conceptos relacionados con los valores de respeto, trabajo en equipo y juego limpio, los datos revelaron una dispersión de respuestas, evidenciando la necesidad de trabajar de manera específica estos aspectos.

Tras las seis sesiones diseñadas con base en los objetivos pedagógicos de la SA, los resultados del cuestionario final mostraron una mejora total: todos los alumnos respondieron correctamente a todas las preguntas del cuestionario. Este cambio refleja un aprendizaje significativo, no solo a nivel conceptual, sino también en la interiorización de valores esenciales como la inclusión, la cooperación y la deportividad. A continuación, se presenta una tabla con los resultados comparativos de ambos cuestionarios:

Tabla 7. Resultados de los cuestionario

Pregunta	Respuesta correcta	Inicial (correctas)	Final (correctas)
1. ¿Qué es un deporte alternativo?	b	10	20
2. ¿Cómo se juega al twincon?	a	5	20
3. ¿Qué se busca lograr al jugar twincon?	b	16	20
4. ¿Qué valores se enseñan al jugar twincon?	b	17	20
5. ¿Por qué los deportes alternativos, como el twincon, son buenos para todos?	a	13	20
6. ¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de twincon?	a	16	20
7. ¿Por qué es importante calentar antes de jugar twincon?	a	18	20
8. ¿Qué puedes hacer si durante el juego de twincon alguien se siente mal o frustrado?	b	19	20

Fuente. Elaboración propia.

La mejora en los resultados muestra el éxito de las estrategias pedagógicas implementadas. Mediante dinámicas participativas y actividades de aprendizaje comprensivo, los alumnos no sólo aprendieron los fundamentos de los deportes alternativos, sino que también interiorizaron valores como el respeto, la inclusión y el trabajo en equipo, aplicados al twincon y al deporte en general. Esta metodología fortaleció su interés y compromiso hacia el nuevo deporte, promoviendo una mayor valoración de este tipo de actividades físicas. Además, podemos destacar lo siguiente:

- Adquisición de conocimientos: La comprensión de qué son los deportes alternativos y cómo se juega al twincon pasó de ser limitada y dispersa a ser total, demostrando que las explicaciones teóricas acompañadas de la práctica tienen un impacto directo en la asimilación de conceptos clave.
- Fomento de valores: Respuestas como las correspondientes a las preguntas 3, 4 y 8 reflejan que los alumnos no sólo reconocen la importancia de trabajar en equipo y respetar a los demás, sino que también han integrado estos valores en su forma de entender la actividad física.
- Optimización de habilidades: Las respuestas relacionadas con la importancia de calentar y la forma de ayudar a compañeros en situaciones de frustración (preguntas 7 y 8) muestran que los alumnos han aprendido a adoptar un enfoque reflexivo y consciente en la práctica deportiva.

En cuanto a la lista de control grupal, esta se utilizó para evaluar ciertos ítems en cada sesión práctica, permitiendo analizar la evolución de los alumnos tanto en el desarrollo de habilidades motrices como en los aspectos sociales y afectivos. Los resultados reflejan una mejora significativa, especialmente en los últimos cuatro ítems relacionados con la colaboración, el respeto por las reglas, y la actitud hacia compañeros y rivales. En relación a esto, adjunto una tabla a modo de resumen en la que se refleja la evolución de los resultados obtenidos a lo largo de las diferentes sesiones ([Ver anexo XIII](#)). En esta tabla se incluyen los avances observados, mostrando cómo los alumnos han ido mejorando tanto en los aspectos motrices como en los sociales y afectivos. Además, se recogen algunas observaciones interesantes que aportan información cualitativa sobre el progreso individual y grupal, así como sobre las áreas que requerían más atención.

Siguiendo con la heteroevaluación, la escala descriptiva individual muestra resultados muy positivos en general. La mayoría de los alumnos han alcanzado 3 puntos en los indicadores, reflejando un desempeño alto en las competencias trabajadas. Algunos han logrado 2 puntos porque solo a veces han reconocido situaciones injustas o no siempre han tomado decisiones rápidas durante el juego. Un pequeño grupo obtuvo 1 punto debido a falta de iniciativa para resolver conflictos respetuosamente o por no ayudar a compañeros con mayores dificultades. En general, los resultados destacan un progreso significativo, especialmente en las áreas más trabajadas.

En el [anexo XIV](#) se incluye una tabla que muestra el recuento de alumnos según los puntos obtenidos en cada indicador, permitiendo visualizar el desempeño de manera clara y detallada.

Con base en los resultados obtenidos de la autoevaluación de los alumnos mediante las dianas de evaluación, se puede concluir que la mayoría de los estudiantes se posicionan en el nivel 4 ("¡Lo hice muy bien!") en la mayoría de los ítems evaluados. Este resultado refleja una percepción positiva de su desempeño y el reconocimiento de los aprendizajes logrados durante las sesiones.

Sin embargo, en ítems como "He mantenido una buena posición en el campo, entendiendo mi rol dentro del equipo", algunos alumnos se situaron en el nivel 3 ("Lo hice bastante bien, pero puedo mejorar"). En las observaciones, los alumnos explicaron que podían haber mejorado acercándose más a los conos o permaneciendo más atentos a su rol, como mencionaron comentarios del tipo: *"Podía haberme acercado más a los conos"* o *"Mi puesto era defender nuestro campo, no quería dejar nuestra área sola"*.

Estos resultados reflejan no sólo un progreso generalizado en habilidades y actitudes, sino también la capacidad de autorreflexión de los alumnos, reconociendo áreas concretas de mejora dentro de su participación en el juego.

7. CONCLUSIONES

7.1. Conclusiones que surgen del trabajo

Los objetivos específicos planteados en este trabajo se han cumplido de manera satisfactoria. Los alumnos han conocido y desarrollado la práctica del twincon como deporte alternativo, mostrando motivación y compromiso durante las sesiones. Asimismo, se ha empleado el twincon como herramienta para promover valores como el respeto, la igualdad, el trabajo en equipo, el juego limpio y la coeducación. Por último, las dinámicas aplicadas han incrementado la capacidad reflexiva y la toma de decisiones de los alumnos, especialmente gracias a las paradas de reflexión-acción.

Además, con la puesta en práctica de este trabajo hemos llegado a las siguientes conclusiones:

- El modelo comprensivo es una herramienta eficaz para enseñar un deporte, ya que permite al maestro adaptar sus elementos y dinámicas según las necesidades e intereses de su grupo, logrando un aprendizaje más significativo y contextualizado.
- El twincon es beneficioso para la iniciación deportiva en Educación Primaria, puesto que fomenta la motivación del alumnado y amplía sus horizontes deportivos, ya que en muchas ocasiones no conocen deportes alternativos como este.
- El uso de deportes alternativos promueve la igualdad entre los alumnos, dado que, a diferencia de los deportes tradicionales, nadie parte con ventajas técnicas previas. Esto permite que todos los integrantes participen en igualdad de condiciones, favoreciendo la cohesión del grupo.
- Las paradas de reflexión-acción son fundamentales, ya que permiten a los alumnos analizar y comprender sus decisiones, favoreciendo tanto su desarrollo deportivo como personal.

En conjunto, esta experiencia educativa demuestra que el twincon no solo es un deporte innovador y motivador, sino también una herramienta efectiva para trabajar competencias deportivas y valores en el ámbito escolar.

Por último, incorporo la tabla de análisis DAFO (ver tabla 8) con el propósito de resaltar tanto las fortalezas y oportunidades identificadas como las debilidades y amenazas observadas durante la preparación y puesta en práctica de esta situación de aprendizaje:

Tabla 8. Análisis DAFO

Interno	
Positivo	Fortalezas - Mayor interés y motivación gracias al uso de una metodología innovadora. - Apoyo, colaboración y respaldo por parte del maestro del área. - Interés y curiosidad del alumnado hacia el nuevo deporte, lo que ayudó a captar su atención y motivación. - Adaptación al entorno, tanto a las instalaciones como a los materiales. - Adaptación y flexibilidad durante las sesiones. - Trabajar en un aula multinivel me permitió diseñar actividades adaptadas para diferentes niveles y promover el aprendizaje entre iguales.
	Debilidades - Falta de conocimiento previo del twincon y modelos educativos (mayor preparación inicial) - Recursos materiales e instalaciones limitadas. - Gran competitividad entre los alumnos. - Diversidad de niveles. Aunque el aula multinivel es una oportunidad, también representa un reto para diseñar actividades equilibradas
Negativo	Oportunidades - Difundir el modelo comprensivo y el twincon como una propuesta educativa novedosa. - Mayor interés en la inclusión de modelos alternativos y metodologías activas en educación física. - Fomento de la coeducación y oportunidad de inculcar valores como la igualdad y la cooperación.
	Amenazas - La falta de un pabellón limita las sesiones en caso de mal tiempo. - Algunos alumnos o docentes pueden mostrar reticencia a metodologías y deportes menos tradicionales.
Externo	

Fuente. Elaboración propia.

7.2. Futuras propuestas

De cara a futuras propuestas, sería interesante probar una hibridación del modelo comprensivo de iniciación deportiva con el modelo de educación deportiva, en el que existen roles bien definidos para los participantes, lo cual podría ofrecer una perspectiva más dinámica y participativa. Además, se podría integrar el modelo ludotécnico en esta combinación y durante toda la situación de aprendizaje, utilizando juegos adaptados que permitan trabajar las habilidades técnicas de manera divertida y accesible para todos los estudiantes.

Otra línea interesante sería investigar el impacto de estos modelos combinados en la mejora de habilidades estratégicas y en la toma de decisiones en situaciones de juego, así como su posible influencia en la consolidación de valores como el respeto, la equidad y el trabajo en equipo. Además, sería relevante explorar cómo este enfoque híbrido podría ser implementado o adaptado para estudiantes con necesidades educativas especiales, como discapacidad auditiva, física o trastornos del desarrollo como, entre otros, TEA o TDAH y analizar sus efectos en aspectos como la participación y el rendimiento en actividades deportivas.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barros-Barros, S. F., y Aldas-Arcos, H. G. (2021). Estrategias innovadoras para el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física en Bachillerato. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6 (2), 25–50.
- Blázquez, D. (1999). A modo de introducción. En Blázquez (Ed.), *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 19-46).
- Cagigal, J. M. (1979). *Cultura intelectual y cultura física*.
- Campillo-Alhama, C., González Redondo, P. y Monserrat-Gauchi, J. (2018) Aproximación Historiográfica a la Actividad Deportiva en España (S.XIX-XXI): Asociacionismo, Institucionalización y Normalización. *Materiales para la Historia del Deporte* (17) pp.73-85. [\(PDF\) APROXIMACIÓN HISTORIOGRÁFICA A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN ESPAÑA \(S.XIX-XXI\): ASOCIACIONISMO, INSTITUCIONALIZACIÓN Y NORMALIZACIÓN](#)
- Cansino-Aguilera, J.A. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. *Deporte Inclusivo, Actividad Física Inclusiva y Educación Física Inclusiva*.
- Carriedo, A., Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., y Cecchini, J. A. (2019). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales. *RETOS: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37, 722–730.
- Cañón-Salinas, F. G., y Villarreal, M. A. (2022). La educación física como fortalecimiento de valores ciudadanos para la convivencia. *RETOS: Nuevas Tendencias en Educación, Física, Deporte y Recreación*, 44, 285–294.
- Devís-Devís, J. (2001) La Educación Física, el Deporte y la Salud en el Siglo XXI. *Revista Educación Física y Deporte*, 27(2), 78-87. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/2249>
- Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. (s. f). Historia del INEF. <https://www.inef.upm.es/Facultad/Rese%C3%B1a/Historia#:~:text=La%20Ley%2077%2F61%20sobre,y%20de%20los%20entrenadores%20deportivos>
- Facultad de educación UVa Segovia (s.f.). *Proyecto/guía docente de la asignatura trabajo de*

García, C. (2019). Los alumnos de 12 a 17 años pasan más tiempo conectados a Internet que en el colegio. *El País*.

https://elpais.com/elpais/2019/10/23/mamas_papas/1571823757_428943.html

Giménez, F. J. (2003). *El deporte en el marco de la Educación Física*. Wanceulen SL.

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=sS4ACwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA4&dq=evoluci%C3%B3n+del+deporte+escolar&ots=dZpx68P6s5&sig=EutxapWAatvImQYU9omaa7SeT4g#v=onepage&q=evoluci%C3%B3n%20del%20deporte%20escolar&f=false>

Giménez, F. J., Robles, J., Abad, M. T. (2009). Concepto, características, orientaciones y clasificaciones del deporte actual. *Revista digital: Efdportes*. Recuperado de

<https://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificaciones-del-deporte-actual.htm>

Gonzalo Arranz, L. A. (2013). *Diagnóstico de la situación del deporte en edad escolar en la ciudad de Segovia*. Tesis doctoral. Universidad de Valladolid.

Hernández Aguilar, V., Hernández Vergara, M., y López Esparza Oteo, A. (2017). Uso de redes sociales y autoconcepto en niños de primaria. *Psicoeducativa: Reflexiones y Propuestas*, 3(5), 31-37.

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/6>

Hernández Moreno, J., Castro, U., Gil, G., Cruz, H., Guerra, G., Quiroga, M. y Cols. (2001).

La iniciación a los deportes de equipo de cooperación/oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque (Versión electrónica). *Lecturas: Educación física y Deportes*. Revista digital, 33.

<https://www.efdeportes.com/efd33/inicdep.htm>

Hernández, J., Castro, U., Cruz, H., Gil, G., Guerra, G., Quiroga, M., y Rodríguez, J.P. (2000).

La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica: Aplicación a la Educación Física Escolar y el Entrenamiento Deportivo. INDE.

Herrero, C. (2014). *La enseñanza deportiva en el ámbito educativo, aplicación del enfoque comprensivo en la enseñanza deportiva en Educación Primaria*. Trabajo de fin de

- grado. Universidad de Valladolid.
- Lisbona, M., Mingorance, A., Méndez, A., y Valero. A. (2009). *El modelo comprensivo (Teaching Games for Understanding- TGfU)*. En A. Méndez (coord.), *Modelos actuales de iniciación deportiva. Unidades didácticas sobre deporte de invasión* (pp. 31-56). Wanceulen SL.
- López, V.M., Monjas, R., y Pérez, D. (2003). *Buscando alternativas a la forma de entender y practicar la educación física escolar*. INDE.
- López Pastor, V. M. (2004). *La educación física en educación infantil: una propuesta y algunas experiencias*. Miño y Dávila Editores.
- Macías Franco, J.G. (2011). Paseo por la Historia del Deporte. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas* (39), pp.1-11
[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Nu
 mero_39/JUAN_G_MACIAS_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_39/JUAN_G_MACIAS_1.pdf)
- Martínez-Hita, F.J. (2018). Nuevos deportes para una nueva Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(243), 73-88.
<https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/498>
- Méndez, A. (2005). Hacia una evaluación de los aprendizajes consecuente con los modelos alternativos de iniciación deportiva. *Tándem, Didáctica de la Educación Física*, (17). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1090630>
- Monjas, R. (2006). *La iniciación deportiva en la escuela desde un enfoque comprensivo*. Miño y Dávila Editores. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=872618>
- Monjas, R. (2008). *Análisis y evolución de la propuesta de enseñanza deportiva en la formación inicial del profesorado de educación física a través de la evaluación del alumnado*. Tesis doctoral. Universidad de Valladolid.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Unisport.
- Prieto-Ayuso, A. (2014). El modelo de educación deportiva como recurso de socialización: una propuesta en torno al floorball para el tercer ciclo de Educación Primaria. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 19(195), 1-1.
<https://efdeportes.com/efd195/el-modelo-de-educacion-deportiva-en-floorball.htm>

Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva, 9(2), 69-86.

Romero Granados, S. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*. Universidad de Sevilla.

Ruiz Omeñaca, J. V. (2012). *Nuevas perspectivas para una orientación educativa del deporte*. Editorial CCS.

Sánchez Gómez, R. (1998). La enseñanza para la comprensión de los juegos deportivos: Aportaciones a la Educación Física. En A. García, F. Ruíz y A. J. Casimiro (Coords.), *La enseñanza de la Educación Física y el deporte escolar*. (pp. 67-70). Almería: Universidad de Almería. Instituto Andaluz del Deporte.

Sánchez Bañuelos, F. (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Gymnos.

Sancho-Tejo, A. I. (2021). *La iniciación deportiva a través de los deportes alternativos, aplicados desde el modelo comprensivo*. Universidad de Valladolid.

Twincon (2022). *Twincon: el deporte coeducativo e inclusivo*. <https://twincon.es>

Universidad Isabel I (26 de julio, 2022) Historia del deporte: origen y evolución a través de los años. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Isabel I. <https://www.ui1.es/blog-ui1/historia-del-deporte-origen-y-evolucion-traves-delos-anos>

Vaca, M. J., Bores, N. J., Sagüillo, M., Barbero, J. I., García, A. J., Miguel, A. y Martínez, L. (2005). *La lección de Educación Física en el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal*. INDE.

Vargas-Pérez, P., y Orozco-Vargas, R. (2011). La importancia de la Educación Física en el currículo escolar. *Inter Sedes: Revista Electrónica de las Sedes Regionales de la Universidad de Costa Rica*, 4(7), 119-130.

Vázquez Pérez, J. de la C. y Vázquez Calleja, S. (2013) Deporte Escolar y Deporte en Edad Escolar en Andalucía, 1982-2012. ATGLOS. *Revista Internacional de Ciencias Sociales de la Actividad Física, el Juego y el Deporte*, (4) pp.57-94 <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5311523.pdf>

Velázquez, R. (2001). El deporte moderno. Consideraciones acerca de su génesis y la

evolución de su significado y funciones sociales. *Revista electrónica EFdeportes*, nº 36. <http://www.efdeportes.com/efd36/deporte.htm>

Virosta, A. (2014). *Deportes alternativos en el ámbito de la Educación Física*. Gymnos.

9. ANEXOS

Anexo I. Elementos curriculares

Tabla 9. *Saberes Básicos, Contenidos de Aprendizaje y Contenidos Específicos*

SABERES BÁSICOS	CONTENIDOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS ESPECÍFICOS
BLOQUE A. Vida activa y saludable. Aborda contenidos de los tres componentes de la salud: física, mental y social, en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, incorporando la perspectiva de género, rechazando comportamientos contrarios a la salud e incidiendo en la importancia de los hábitos que contribuyan al mantenimiento y mejora del bienestar.	- Salud física: Reconocimiento de los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Identificación de los efectos perjudiciales relacionados con un estilo de vida con ausencia de práctica de actividad física. - Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental). Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. - Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.	- Salud física: identificación de los beneficios físicos y psicológicos del deporte alternativo, así como los prejuicios de una vida no activa. - Salud mental: valoración positiva del propio cuerpo, fomentando una actitud de respeto hacia él. Exploración personal durante la práctica de twincon, identificando fortalezas y debilidades, lo que contribuye al autoconocimiento y mejora de la autoestima. - Salud social: fomentar el deporte como una alternativa de ocio saludable. Crear un ambiente positivo en el twincon, libre de competencia, que promueva la aceptación de todos los cuerpos, garantizando igualdad de oportunidades para todos los participantes.
BLOQUE B. Organización y gestión de la actividad física. Los contenidos que engloba este bloque atienden a cuatro componentes de la organización y gestión de la práctica motriz: la elección, la preparación, la planificación y	- Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos, lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás. - Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. Uso correcto de materiales y espacios. - Pautas de higiene personal	- Exploración de los usos cooperativos del twincon, fomentando la colaboración entre jugadores, el respeto mutuo y el trabajo en equipo durante la práctica del deporte. - Fomentar la responsabilidad en el uso y mantenimiento del material en el twincon, destacando su relevancia para

autorregulación y la seguridad.	relacionadas con la actividad física. - Calentamiento antes de la realización de actividad física, dosificación del esfuerzo y la recuperación como aspectos importantes en la prevención de lesiones en la actividad física. - Interés por mejorar la competencia motriz y valoración del esfuerzo personal en la actividad física. Confianza en sus propias posibilidades.	asegurar una práctica segura y duradera del deporte. - Adoptar pautas de higiene personal, enfocadas en mantener un entorno limpio. - Comprensión de la importancia del calentamiento previo a la práctica de twincon para preparar el cuerpo y evitar lesiones. - Fomento del interés para mejorar las habilidades técnicas y tácticas del twincon, así como la valoración personal.
BLOQUE C. Resolución de problemas en situaciones motrices. Incorpora contenidos que intervienen en los procesos de aprendizaje y práctica motriz: la percepción, la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad y los procesos de creatividad motriz.	- Toma de decisiones: Distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Control del cuerpo en relación con la actitud postural, con la tensión y la relajación. Control de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio	- Toma de decisiones: comprende la distribución racional del esfuerzo en acciones individuales y cooperativas del juego. Desarrollar la ubicación en el espacio durante la persecución y la reubicación tras las acciones. Anticipar las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de contacto-oposición. Fomentar la iniciativa y autonomía en la toma de decisiones, permitiendo resolver situaciones tácticas durante los partidos. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integrar el esquema corporal en situaciones de juego. Entender la lateralidad y aplicarla. Dominar la respiración y el equilibrio. Internalizar las posibilidades y limitaciones de las partes del cuerpo en el juego de twincon. - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:

	variando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad. Interiorización de las posibilidades y limitaciones motrices de las partes del cuerpo. - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de nuevas habilidades motrices. Las habilidades básicas en medios y situaciones estables y conocidas. Aplicación de habilidades motrices básicas y específicas en la resolución de situaciones de juego de creciente complejidad motriz. - Acciones motrices (individuales, de oposición, de cooperación y de cooperación-oposición): Práctica de habilidades motrices específicas: gimnásticas, atléticas y/o predeportivas. Participación en juegos tradicionales, alternativos y/o en la naturaleza. Valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la relación con los demás y la aceptación del resultado. Roles de trabajo que le corresponde a cada uno como jugador dentro de un equipo. Estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.	aprendizaje y combinación de habilidades locomotoras (correr, esquivar), no locomotoras (giros, pivotar) y manipulativas (lanzamientos y recepciones). Aplicación de dichas habilidades en el juego de twincon de forma progresiva. - Acciones motrices: prácticas de acciones individuales, de oposición, de cooperación y cooperación-oposición propias del twincon. Fomento del esfuerzo personal, la colaboración entre compañeros y aceptación del resultado durante los partidos de twincon .
BLOQUE D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. Recoge contenidos orientados al desarrollo de	- Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos. - Valoración y aceptación de	- Reconocer las propias emociones y sensaciones, favoreciendo el autoconocimiento y el manejo de los sentimientos en situaciones de juego.

la respuesta emocional del alumnado, a la adquisición de habilidades sociales, al fomento de relaciones constructivas e inclusivas y al rechazo de conductas contrarias a la convivencia, todo ello en el ámbito de situaciones derivadas de la práctica de actividades físicas y deportivas.	la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas y adopción de una actitud crítica. - Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices. - Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego. - Concepto de deportividad.	- Aceptación y aprecio a los cuerpos y niveles de competencia motriz entre los jugadores de twincon. - Aceptación y aprecio a los diversos cuerpos y niveles motrices. - Fomento de la escucha activa y de la atención durante las explicaciones y paradas de reflexión-acción. - Comprender y aplicar las normas y valores del twincon como base para promover un juego limpio y un ambiente respetuoso entre los participantes.
--	--	--

Fuente. Tomado del Decreto 155/2022 y elaboración propia

Anexo II. Fotografías de los recursos espaciales y materiales

Ilustración 3. Zona izquierda del patio



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 4. Zona derecha del patio



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 5. Cartas twincon



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 6. Proceso de las medallas



Fuente. Elaboración propia

Anexo III. Sesiones de enseñanza-aprendizaje

Tabla 10. Sesión 2

SESIÓN 2: LAS REGLAS EN ACCIÓN			
Fecha: 07/03/2024	Curso: 5º y 6º EP	Nº de alumnos: 22	Duración: 1 hora
PUESTA EN ACCIÓN (10´)			
Materiales: ladrillos, petos.		Espacio: patio	
• “El suelo es lava”: distribuiremos ladrillos u otros objetos por el área de juego de manera aleatoria. Los alumnos caminarán tranquilamente por el espacio hasta que escuchen la señal "¡EL SUELO ES LAVA!", momento en el que deberán buscar rápidamente un lugar elevado, como un ladrillo u otro elemento presente en el patio, para evitar "tocar el suelo". • “Torito en alto”: usaremos el mismo material del juego anterior, pero con una variante. Un alumno será el perseguidor y tendrá que intentar atrapar al resto. Para evitar ser atrapados, los demás jugadores deberán mantenerse en alto, sin tocar el suelo. A medida que el perseguidor atrape a los compañeros, estos se pondrán un peto y se unirán a la tarea de atrapar al resto.			
PARTE PRINCIPAL (40´)			
Materiales: cartas twincon, conos y pelotas		Espacio: patio	
• “El rompecabezas del reglamento”: dividiremos a los alumnos en 4 grupos, y a cada miembro se le asignará una carta específica del reglamento del twincon (Ver Anexo IV). Estas cartas contienen información clave sobre las reglas del deporte.			
			
Los alumnos con la misma carta se reunirán en un grupo de expertos para leer, entender y debatir sobre el contenido de su sección.			
			
Una vez que los expertos hayan comprendido su parte, volverán a sus grupos base para explicar y enseñar a sus compañeros la sección que les tocó.			
• “Lanzamientos estratégicos”: marcaremos dos conos con una pica en el centro, separados por una distancia de 5 metros, en uno de los extremos del área de juego. Los alumnos formarán dos filas paralelas a cierta distancia de los conos.			

- A la señal, saldrán por parejas realizando pases cortos (de abajo hacia arriba) con una o dos manos mientras avanzan hacia los conos.
- Una vez cerca de los conos, uno de los jugadores intentará golpear la pica con un lanzamiento a una mano.
- Cada pareja que logre golpear un cono o la pica ganará un punto.

Regla clave: El jugador que tenga el balón no puede moverse, respetando una de las reglas principales del twincon.

- **“Círculo de rondo”:** Cada grupo formará un círculo, excepto dos jugadores que estarán en el centro tratando de interceptar los pases entre sus compañeros.
 - Si uno de los jugadores intercepta un pase, la persona que cometió el error intercambiará posiciones con quien atrapó el balón.
 - Variante: Se puede aumentar la dificultad añadiendo 2 o 3 interceptores al centro.

VUELTA A LA CALMA (10')

Materiales: ninguno

Espacio: patio

- **“El pistolero”:** Dividiremos a los alumnos en dos grupos, formando un círculo. En cada grupo, un jugador estará en el centro con los ojos cerrados. Este jugador girará sobre sí mismo y apuntará al azar como si fuera un pistolero.
 - La persona señalada deberá agacharse rápidamente.
 - Los compañeros a ambos lados del jugador agachado tendrán que decir el nombre del otro lo más rápido posible.
- **Puesta en común:** para cerrar la sesión, reflexionaremos sobre las reglas del twincon. Los alumnos compartirán lo que han aprendido, resolveremos dudas y reforzaremos las normas principales del deporte.

Fuente. Elaboración propia

Tabla 11. Sesión 3

SESIÓN 3: MEJORANDO ENTRE PASES Y JUEGOS			
Fecha: 12/03/2024	Curso: 5º y 6º EP	Nº de alumnos: 22	Duración: 1 hora
PUESTA EN ACCIÓN (10´)			
Materiales: petos, 2 pañuelos.		Espacio: patio	
• “Captura la bandera”: dividiremos a los alumnos en dos equipos, identificados con petos de colores diferentes, y delimitaremos dos zonas en el campo para cada equipo. El objetivo será capturar la bandera del equipo contrario y llevarla de vuelta al propio territorio sin ser atrapados en el proceso. Si un jugador es pillado en territorio enemigo, deberá quedarse en una zona designada hasta ser rescatado por un compañero.			
PARTE PRINCIPAL (40´)			
Materiales: 10 conos, 10 pelotas.		Espacio: patio	
• “Derribando la barrera”: en parejas, colocaremos un cono en el centro, a una distancia aproximada de 3 metros de cada jugador. Alternándose, los jugadores lanzarán el balón con el objetivo de derribar el cono. Cada vez que lo consigan, sumarán un punto.			
• “Twin en acción”: siguiendo la dinámica del juego anterior, transformaremos los conos en el símbolo del twincon: dos conos invertidos formando una figura de reloj de arena. Los alumnos lanzarán el balón con una mano intentando derribar los conos. Si logran tirar uno, obtendrán 1 punto, y si derriban ambos conos, sumarán 2 puntos.			
• “¡Avanza hasta los conos!”: en uno de los extremos del campo colocaremos dos conos separados por 5 metros. Formaremos dos filas paralelas, y las parejas realizarán pases largos entre sí mientras avanzan hacia los conos. Al llegar, intentarán derribar uno de los conos con un lanzamiento raso.			
VUELTA A LA CALMA (10´)			
Materiales: ninguno		Espacio: patio	
• “Director de orquesta”: Seleccionaremos un grupo de 5 alumnos y les pediremos que se tapen los ojos mientras elegimos a un "director de orquesta" entre los demás compañeros. El director deberá realizar movimientos (por ejemplo, aplaudir, saltar, o mover los brazos) que el resto del grupo imitará. El grupo que tenía los ojos tapados deberá observar atentamente y adivinar quién es el director. Una vez identificado, repetiremos el juego cambiando los roles.			
• Puesta en común: para finalizar la sesión, haremos una reflexión grupal sobre las			



1 punto extra



2 puntos extra

sensaciones experimentadas durante las actividades, los problemas encontrados y las posibles mejoras que podrían implementarse para los siguientes ejercicios.

Ilustración 7. *Colocación del twin*



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 8. *Parada de reflexión-acción*



Fuente. Elaboración propia

Fuente. Elaboración propia

Tabla 12. Sesión 4

SESIÓN 4: AVANZA Y ATACA			
Fecha: 14/03/2024	Curso: 5º y 6º EP	Nº de alumnos: 22	Duración: 1 hora
PUESTA EN ACCIÓN (10´)			
Materiales: ninguno		Espacio: patio	
● “Araña peluda”: un jugador comenzará como "la araña" y se colocará sobre una línea delimitada en el campo, sin poder moverse de esta. Al grito de "¡ARAÑA!", el resto de los compañeros intentarán cruzar la línea sin ser atrapados y gritando ¡PELUDA! Los jugadores que sean tocados por la araña se unirán a su equipo, aumentando el desafío para los demás.			
PARTE PRINCIPAL (40´)			
Materiales: 4 conos, 2 pelotas, 2 aros		Espacio: patio	
● “¡Defiende el cono!”: organizaremos equipos de 4 jugadores. Dos serán atacantes, cuyo objetivo será derribar el cono mediante lanzamientos, y los otros dos serán defensores, quienes deberán proteger el cono e interceptar los lanzamientos del equipo contrario. ● “Los diez pases”: dividiremos a los alumnos en dos equipos. Cada equipo deberá completar una secuencia de 10 pases sin que el balón toque el suelo o sea interceptado por el equipo contrario. Para sumar un punto, todos los miembros del equipo deben haber tocado el balón al menos una vez durante la secuencia. ● “Balón torre”: mantendremos los mismos equipos del juego anterior. En cada equipo, un jugador será la "torre" y se situará al fondo de la zona de juego del equipo contrario (dentro de un aro). El objetivo será hacer llegar el balón a la "torre" del equipo mediante pases, respetando la regla de no desplazarse con el balón, permitiendo solo pivotar. El equipo contrario intentará interceptar el balón y evitar que llegue a la torre.			
VUELTA A LA CALMA (10´)			
Materiales: 4 pelotas		Espacio: patio	
● “Pases en cadena”: dividiremos a los alumnos en 4 equipos. Cada equipo formará una fila con los jugadores alineados uno detrás de otro, excepto un miembro de cada equipo que será el cabecero y se situará enfrente del primero de su fila, a unos 5 metros. - El cabecero lanzará la pelota al primer jugador de su fila, quien deberá devolvérsela y luego agacharse. - El cabecero repetirá el lanzamiento con el siguiente jugador, continuando hasta llegar al último de la fila. - Una vez que el balón llegue al último jugador, este se convertirá en el nuevo cabecero y la dinámica se reiniciará. ● Reflexión final: Terminaremos la sesión compartiendo impresiones sobre las actividades realizadas, identificando los aspectos que funcionaron bien y los que se podrían mejorar, y conectando las habilidades trabajadas con las normas del			

twincon.

Ilustración 9. *Lanzamiento largo*



Fuente. Elaboración propia

Fuente. Elaboración propia

Tabla 13. Sesión 5

SESIÓN 5: DEMUESTRA LO APRENDIDO			
Fecha: 19/03/2024	Curso: 5º y 6º EP	Nº de alumnos: 22	Duración: 1 hora
PUESTA EN ACCIÓN (10´)			
Materiales: una pelota, petos.		Espacio: patio	
● “El tren de los pases”: se divide a los alumnos en 4 equipos de 5 jugadores, y cada equipo forma una fila (tren), con los jugadores alineados uno detrás del otro. El objetivo del juego es avanzar hacia el otro extremo del campo mientras los jugadores se pasan el balón entre ellos. El jugador al frente, conocido como el "maquinista", no pasa el balón ni lo recibe. Su función es guiar el movimiento del tren. Los demás jugadores se pasan el balón hacia atrás, de uno a otro, asegurándose de que el balón no toque el suelo ni se quede en manos de un solo jugador por mucho tiempo. Si el balón cae al suelo o se detiene demasiado tiempo, el tren debe reiniciar desde el punto de partida. Todo el tren debe avanzar en línea recta, manteniendo la formación y sin romperla.			
PARTE PRINCIPAL (40´)			
Materiales: 8 conos, 2 pelotas.		Espacio: patio	
● “Partido en superioridad”: se juega un partido con 5 jugadores contra 3. El equipo con superioridad numérica debe aprovechar los pases y los espacios para derribar los conos del equipo contrario. Los defensores, aunque en desventaja, deben trabajar juntos para interceptar el balón y proteger los conos. El jugador con el balón no puede desplazarse, solo pivotar, siguiendo las reglas básicas del twincon. Tras 3-5 minutos, se cambian los roles para que ambos equipos experimenten la superioridad e inferioridad. ● “Partido de twincon: aplicamos lo aprendido”: organizaremos un partido práctico con los equipos ya formados en la primera sesión, asegurándonos de que cada grupo incluya expertos en diferentes aspectos del juego. - Dividiremos el campo en dos mitades para que dos partidos puedan desarrollarse de manera simultánea. - Según las reglas oficiales, el partido terminará cuando un equipo alcance 17 puntos o cuando hayan transcurrido 15 minutos. - Una vez finalizado el primer partido, los equipos se rotarán para enfrentarse a un nuevo grupo.			
VUELTA A LA CALMA (10´)			
Materiales: varios ladrillos y aros.		Espacio: patio	

- **“El reloj de las emociones”:** todos los alumnos se sientan en círculo, y uno de ellos sostiene un balón. El objetivo es pasarlo de un compañero a otro en el sentido de las agujas del reloj, manteniendo un ritmo lento y constante. A medida que el balón se mueve, cada alumno debe decir una palabra que resuma cómo se siente tras la sesión (puede ser algo como "cansado", "feliz" o "motivado").
Para añadir un toque interesante, se puede incluir un segundo balón que circule en sentido contrario después de unos minutos, fomentando la concentración y coordinación. El juego termina cuando todos han compartido su palabra y los balones han completado el círculo. Es una forma de relajarse mientras se reflexiona sobre el trabajo en equipo y las sensaciones de la actividad.
- **Puesta en común y reflexión:** finalizaremos con un momento de diálogo grupal donde los alumnos podrán compartir sus sensaciones sobre el partido y las actividades realizadas, identificando dificultades y posibles mejoras.

Ilustración 10.Colocación inicial: ¡Aire!



Fuente. Elaboración propia

Fuente. Elaboración propia

Tabla 14. Sesión 6

SESIÓN 6: EL CAMPEONATO DE TWINCON			
Fecha: 21/03/2024	Curso: 5º y 6º EP	Nº de alumnos: 22	Duración: 1 hora
PUESTA EN ACCIÓN (10´)			
Materiales: conos chinos o petos		Espacio: patio	
• “Cazadores y conejos”: En tríos, dos alumnos forman una "madriguera" uniéndose por las manos, y el tercero es un "conejo" dentro de ella. Uno o dos jugadores serán los cazadores, y los conejos libres deben evitar ser atrapados. Los conejos pueden refugiarse entrando en una madriguera libre, obligando al conejo de esa madriguera a salir y convertirse en el nuevo conejo en movimiento. Si un cazador atrapa a un conejo libre, cambian roles: el conejo atrapado se convierte en cazador, y el cazador pasa a ser un conejo libre.			
PARTE PRINCIPAL (40´)			
Materiales: cartas twincon		Espacio: patio	
• “Partidos con árbitro”: se organizan partidos de twincon, poniendo en práctica todas las normas aprendidas hasta ahora. En esta ocasión, se incorpora la figura del árbitro, quien se encargará de garantizar el cumplimiento de las reglas y resolver cualquier conflicto que surja durante el juego. El rol de árbitro irá rotando entre los jugadores, permitiendo que todos experimenten esta responsabilidad. El enfoque está en aplicar correctamente las reglas, reforzar el aprendizaje y fomentar el respeto mutuo durante los partidos.			
VUELTA A LA CALMA (10´)			
Materiales: medallas (collares)		Espacio: patio	
• “La telaraña positiva”: los jugadores se colocan en círculo, y uno de ellos lanza una pelota a otro compañero mientras dice algo positivo sobre la sesión o un compañero. Por ejemplo, puede decir "Hoy he aprendido mucho sobre el pase", o "Me ha gustado mucho cómo trabajó Ana en equipo". La persona que recibe la pelota debe lanzarla a otro compañero, diciendo algo positivo también. A medida que la pelota va pasando de jugador a jugador, se va formando una "telaraña" de comentarios positivos, fomentando la reflexión sobre lo aprendido y resaltando los aspectos positivos de la sesión y de los compañeros. • Reparto de medallas: finalizamos la sesión con la entrega de medallas para premiar el esfuerzo, el aprendizaje y la actitud durante las actividades. ¡Celebramos el descubrimiento y práctica de este nuevo deporte, twincon!			

Ilustración 11. Lanzamiento twin



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 12. Ejemplos de medallas finales



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 13. Proceso de las medallas

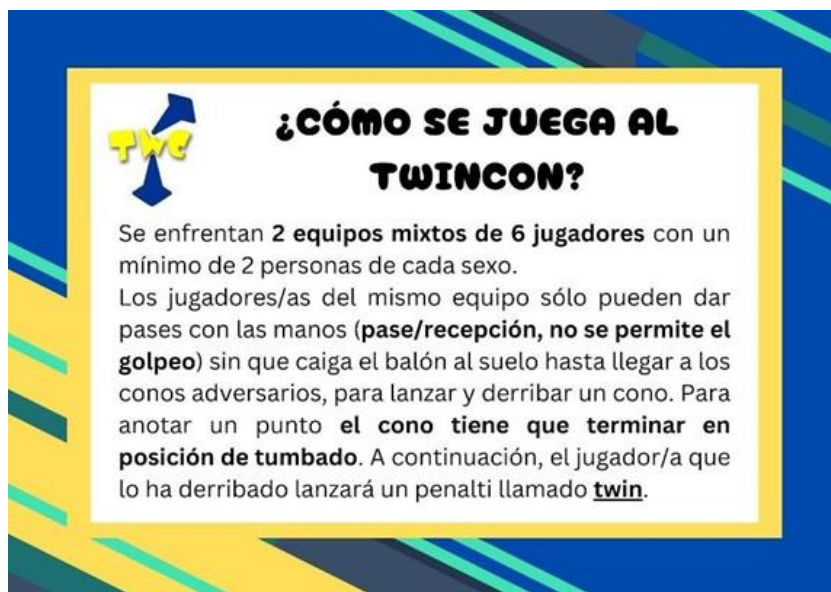


Fuente. Elaboración propia

Fuente. Elaboración propia

Anexo IV. Cartas twincon

Ilustración 10. Explicación general del twincon



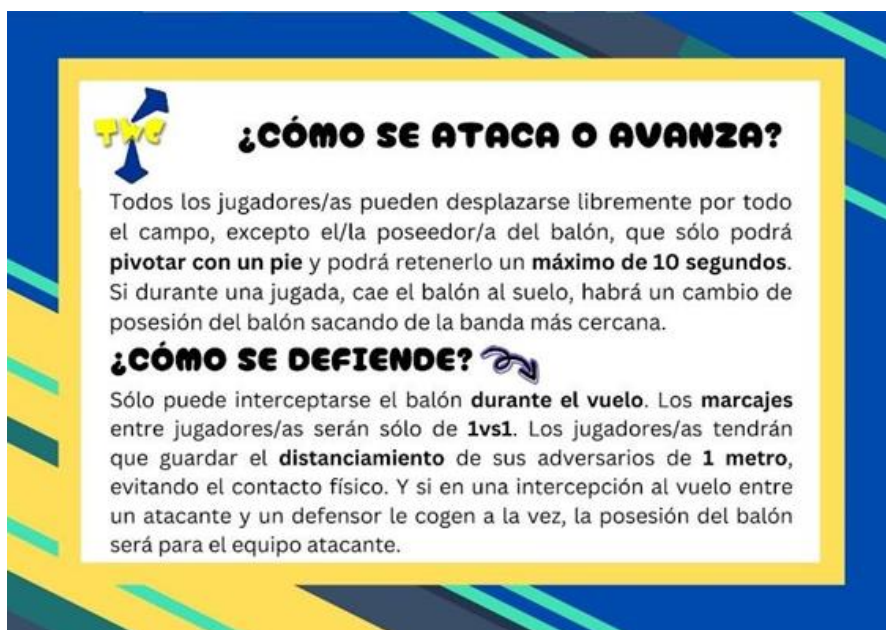
Fuente. Elaboración propia

Ilustración 11. Cómo iniciar el partido



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 12. Atacar o avanzar



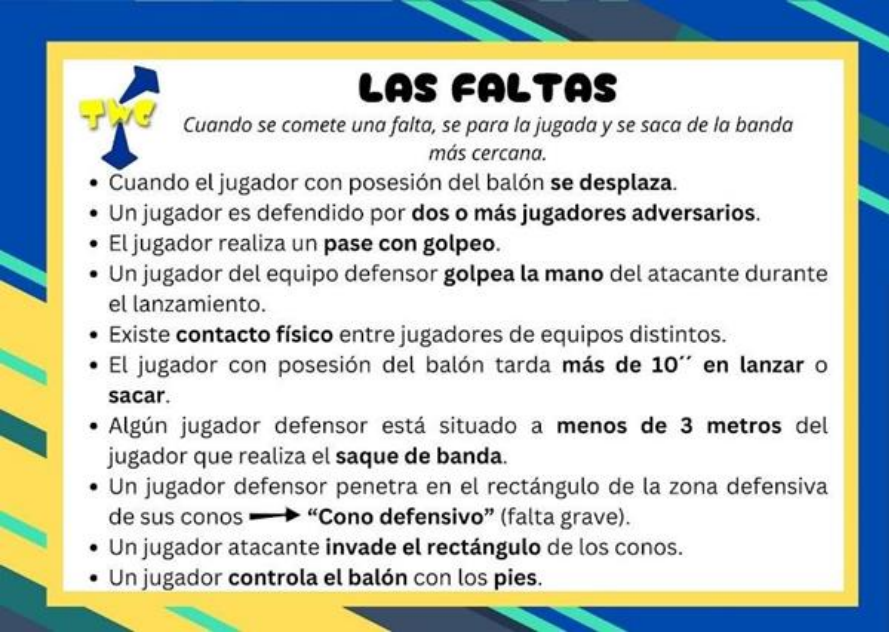
Fuente. Elaboración propia

Ilustración 13. Lanzamiento de twin



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 14. Las faltas



TWE

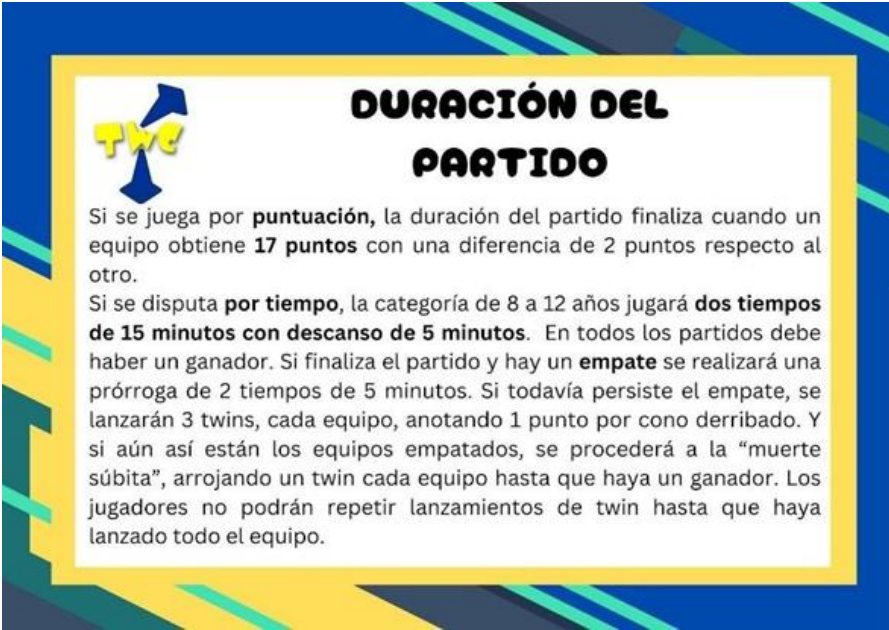
LAS FALTAS

Cuando se comete una falta, se para la jugada y se saca de la banda más cercana.

- Cuando el jugador con posesión del balón **se desplaza**.
- Un jugador es defendido por **dos o más jugadores adversarios**.
- El jugador realiza un **pase con golpeo**.
- Un jugador del equipo defensor **golpea la mano** del atacante durante el lanzamiento.
- Existe **contacto físico** entre jugadores de equipos distintos.
- El jugador con posesión del balón tarda **más de 10''** en lanzar o sacar.
- Algún jugador defensor está situado a **menos de 3 metros** del jugador que realiza el **saque de banda**.
- Un jugador defensor penetra en el rectángulo de la zona defensiva de sus conos → **"Cono defensivo"** (falta grave).
- Un jugador atacante **invade el rectángulo** de los conos.
- Un jugador **controla el balón** con los pies.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 15. Tiempo de partido



TWE

DURACIÓN DEL PARTIDO

Si se juega por **puntuación**, la duración del partido finaliza cuando un equipo obtiene **17 puntos** con una diferencia de 2 puntos respecto al otro.

Si se disputa **por tiempo**, la categoría de 8 a 12 años jugará **dos tiempos de 15 minutos con descanso de 5 minutos**. En todos los partidos debe haber un ganador. Si finaliza el partido y hay un **empate** se realizará una prórroga de 2 tiempos de 5 minutos. Si todavía persiste el empate, se lanzarán 3 twins, cada equipo, anotando 1 punto por cono derribado. Y si aún así están los equipos empatados, se procederá a la "muerte súbita", arrojando un twin cada equipo hasta que haya un ganador. Los jugadores no podrán repetir lanzamientos de twin hasta que haya lanzado todo el equipo.

Fuente. Elaboración propia

Anexo V. Cuestionario inicial

Ilustración 16. Cuestionario inicial

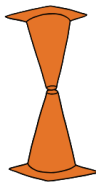
FECHA:

29/02/2024

NOMBRE:

CURSO:





1

¿Qué es un deporte alternativo?

a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c) Un deporte que se juega solo en el agua.

2

¿Cómo se juega al Twincon?

a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c) Solo se juega entre dos personas.

3

¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a) Ganar y quedar los primeros.

b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c) Jugar sin reglas y como queramos.

4

¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c) Jugar rápido para terminar pronto.

5

¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b) Porque solo se juega con los más fuertes.

c) Porque los equipos siempre son grandes.

6

¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7

¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c) No creo que sea necesario.

8

¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 17. Ejemplo de cuestionario respondido 1

FECHA:

29/02/2024

¿TWINCON?

NOMBRE:

V. a. g ♥

CURSO:

sexto

1

¿Qué es un deporte alternativo?

a)

Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

b)

Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c)

Un deporte que se juega solo en el agua.

2

¿Cómo se juega al Twincon?

a)

Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b)

Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c)

Solo se juega entre dos personas.

3

¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a)

Ganar y quedar los primeros.

b)

Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c)

Jugar sin reglas y como queramos.

4

¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a)

Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

b)

Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c)

Jugar rápido para terminar pronto.

5

¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

a)

Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b)

Porque solo se juega con los más fuertes.

c)

Porque los equipos siempre son grandes.

6

¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

a)

Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b)

Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c)

Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7

¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

a)

Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b)

Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c)

No creo que sea necesario.

8

¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a)

Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

b)

Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c)

Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

87

Ilustración 18. Ejemplo de cuestionario respondido 2

FECHA: 29/02/2024

NOMBRE: I.O.G

CURSO:

¿TWINCON?

1 ¿Qué es un deporte alternativo?

a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c) Un deporte que se juega solo en el agua.

2 ¿Cómo se juega al Twincon?

a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c) Solo se juega entre dos personas.

3 ¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a) Ganar y quedar los primeros.

b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c) Jugar sin reglas y como queramos.

4 ¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c) Jugar rápido para terminar pronto.

5 ¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b) Porque solo se juega con los más fuertes.

c) Porque los equipos siempre son grandes.

6 ¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7 ¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c) No creo que sea necesario.

8 ¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 19. Ejemplo de cuestionario respondido 3

FECHA: 29/02/2024

NOMBRE: A.S.P

CURSO: 5º

¿TWINCON?

1 ¿Qué es un deporte alternativo?

a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c) Un deporte que se juega solo en el agua.

2 ¿Cómo se juega al Twincon?

a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c) Solo se juega entre dos personas.

3 ¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a) Ganar y quedar los primeros.

b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c) Jugar sin reglas y como queramos.

4 ¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c) Jugar rápido para terminar pronto.

5 ¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b) Porque solo se juega con los más fuertes.

c) Porque los equipos siempre son grandes.

6 ¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7 ¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c) No creo que sea necesario.

8 ¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Anexo VI. Heteroevaluación (docente-alumno)

Tabla 15. *Lista de control grupal*

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:							SESIÓN:			FECHA:											
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Se esfuerza en mejorar sus habilidades físicas, como los pases, lanzamientos y desplazamientos en el campo.			Recibe el balón con seguridad, usando las manos correctamente y manteniendo el control al atraparlo.			Realiza diferentes tipos de pases que hemos aprendido, como pases cortos, largos o en salto, según lo necesita el juego.			Reconoce y felicita las buenas acciones de sus compañeros y adversarios.			Colabora con su equipo, adaptándose a las estrategias colectivas durante el juego.			Respeta las reglas del juego en todo momento, fomentando el juego limpio.			Participa activamente en el juego y muestra una buena actitud hacia compañeros y rivales.		
	ALUMNO/A			SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV
	A.G.D.																				
	M.M.F.																				
	I.O.G.																				
	H.W.S.																				
	M.P.O.																				

I.G.L.																				
D.P.R.																				
A.F.P.																				
A.R.T.																				
M.P.T.																				
R.G.G.																				
E.H.J.																				
M.D.D.																				
J.H.M.																				
H.G.G.																				
V.A.G.																				
L.G.H.																				
M.N.P.																				
Observaciones																				

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 20. Muestra 1a

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE: Twincon										FECHA: 05/03/24											
SESIÓN: 1																					
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Se esfuerza en mejorar sus habilidades físicas, como los pases, lanzamientos y desplazamientos en el campo.			Recibe el balón con seguridad, usando las manos correctamente y manteniendo el control al atraparlo.			Realiza diferentes tipos de pases que hemos aprendido, como pases cortos, largos o en salto, según lo necesita el juego.			Reconoce y felicita las buenas acciones de sus compañeros y adversarios.			Colabora con su equipo, adaptándose a las estrategias colectivas durante el juego.			Respeta las reglas del juego en todo momento, fomentando el juego limpio.			Participa activamente en el juego y muestra una buena actitud hacia compañeros y rivales.		
	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV
A.G.D.			X	X				X			X			X			X		X		
M.M.F.			X			X		X			X			X			X		X		
I.O.G.		X		X				X	X		X			X			X			X	
H.W.S.		X			X			X			X	X		X			X		X		
M.P.O.	X			X				X		X				X			X				X
I.G.L.	X			X				X				X			X			X			X
D.P.R.			X		X			X			X		X			X			X		

A.G.: buena actitud. Pregunta qué es el twincon, ¿juego o deporte?
M.M.: Falta de confianza en si mismo. Lo hace mejor de lo que cree.
D.P.R.: mejorar técnicas.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 21. Muestra 1b

Sesión 1	SI	NO	AV															
A.F.P.		X			X			X		X		X				X		X
A.R.T.		X			X			X		X		X				X		X
M.P.T.			X		X			X		X		X				X	X	
R.G.G.	X			X				X		X		X				X		X
E.H.J.	X				X			X				X		X				X
M.D.D.			X		X			X		X				X	X		X	
J.H.M.	X			X				X		X			X	X			X	
H.G.G.	X			X				X		X			X	X			X	
V.A.G.	X				X			X		X		X	X	X		X		
L.G.H.	X				X			X		X			X		X			X
M.N.P.		X			X			X		X		X		X				X
N.Q.F.		X			X			X		X		X				X	X	
J.M.F.		X			X			X		X		X				X	X	
Observaciones	F.O: responde mal a sus compañeros cuando pierde. Se enfada y se sale del juego. M.N: solo quiere estar en el equipo de Nora. No quiere ponerse el peto.																	

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 22. Muestra 2a

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE: <i>Twincon</i>										FECHA: <i>12/03/24</i>											
SESIÓN: <i>3</i>																					
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Se esfuerza en mejorar sus habilidades físicas, como los pases, lanzamientos y desplazamientos en el campo.			Recibe el balón con seguridad, usando las manos correctamente y manteniendo el control al atraparlo.			Realiza diferentes tipos de pases que hemos aprendido, como pases cortos, largos o en salto, según lo necesita el juego.			Reconoce y felicita las buenas acciones de sus compañeros y adversarios.			Colabora con su equipo, adaptándose a las estrategias colectivas durante el juego.			Respeta las reglas del juego en todo momento, fomentando el juego limpio.			Participa activamente en el juego y muestra una buena actitud hacia compañeros y rivales.		
	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV
A.G.D.																					
M.M.F.																					
I.O.G.																					
H.W.S.																					
M.P.O.																					
I.G.L.																					
D.P.R.																					

⊗ I.O.: le cuesta trabajar en equipo. Avanza solo en el campo. Solo se la pasa a M.P.

⊗ Respeto las reglas pero en algunos se conzunde. No intención.

→ *Propone otras normas*

++

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 23. Muestra 2b

Sesión 3															
A.F.P.															
A.R.T.															
M.P.T.															
R.G.G.															
E.H.J.															
M.D.D.															
J.H.M.															
H.G.G.															
V.A.G.															
L.G.H.															
M.N.P.															
N.Q.F.															
J.M.F.															
Observaciones	V.A: un poco más motivada ≈ J. M: traerla el próximo día tipo de poses por escrito (me lo pide ella). ⊗ "Me da vergüenza"														

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 24. Muestra 3a

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE: Twincon SESIÓN: 6												FECHA: 21/03/24											
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Se esfuerza en mejorar sus habilidades físicas, como los pases, lanzamientos y desplazamientos en el campo.			Recibe el balón con seguridad, usando las manos correctamente y manteniendo el control al atraparlo.			Realiza diferentes tipos de pases que hemos aprendido, como pases cortos, largos o en salto, según lo necesita el juego.			Reconoce y felicita las buenas acciones de sus compañeros y adversarios.			Colabora con su equipo, adaptándose a las estrategias colectivas durante el juego.			Respeta las reglas del juego en todo momento, fomentando el juego limpio.			Participa activamente en el juego y muestra una buena actitud hacia compañeros y rivales.				
	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV	SI	NO	AV		
A.G.D.	✓			✓			✓			✓			✓			✓			✓				
M.M.F.	✓			✓			✓			✓			✓			✓			✓				
I.O.G.	✓			✓			✓					✓			✓	✓					✓		
H.W.S.	✓					✓	✓			✓			✓			✓			✓				
M.P.O.	✓			✓					✓	✓			✓			✓			✓				
I.G.L.	✓			✓			✓			✓			✓			✓			✓				
D.P.R.			✓	✓			✓			✓			✓			✓			✓				

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 25. Muestra 3b

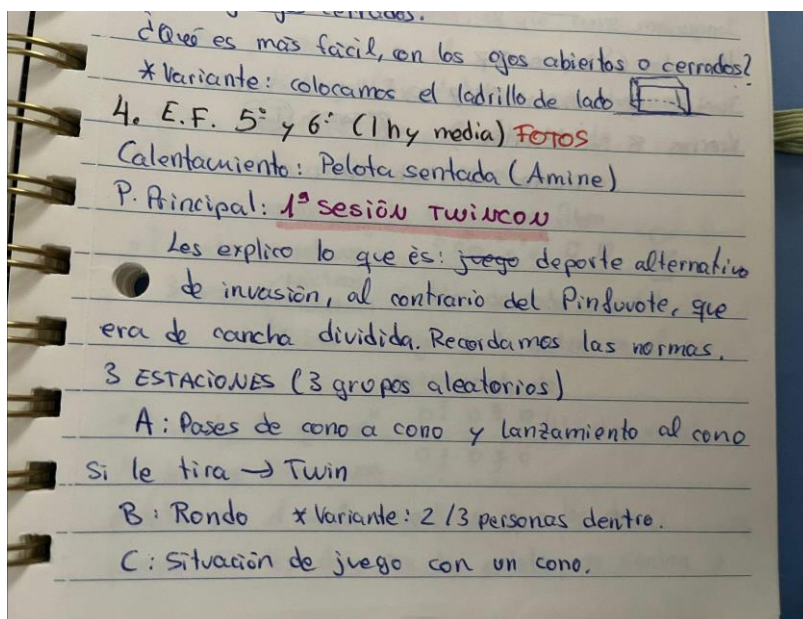
Sesión 6

	Si	NO	AV																
A.F.P.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
A.R.T.	✓				✓			✓	✓		✓		✓		✓		✓		
M.P.T.	✓			✓				✓	✓			✓	✓		✓		✓		
R.G.G.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
E.H.J.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
M.D.D.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
J.H.M.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
H.G.G.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
V.A.G.	✓			✓		✓		✓				✓	✓		✓		✓		
L.G.H.	✓			✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
M.N.P.	✓				✓			✓	✓		✓		✓		✓		✓		
N.Q.F.	✓				✓	✓		✓		✓		✓		✓		✓		✓	
J.M.F.	✓				✓	✓				✓	✓		✓		✓		✓		
Observaciones																			

Fuente. Elaboración propia

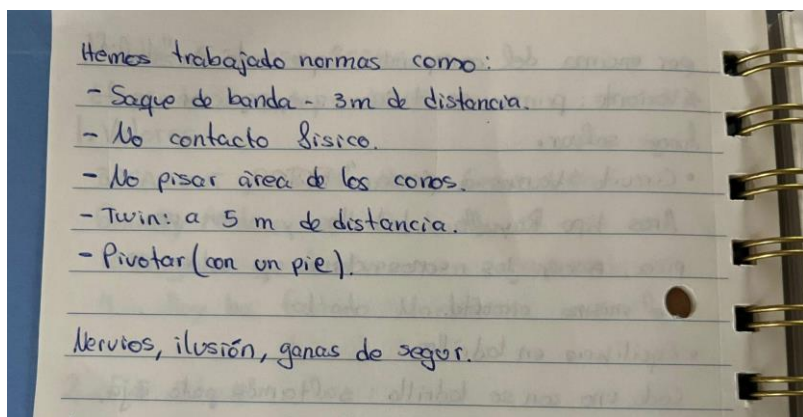
Anexo VII. Ejemplos fotográficos del cuaderno de la maestra

Ilustración 26. Observaciones sesión 1



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 27. Observaciones de las normas



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 28. Observaciones sesión 4

Recreo: Hafsa se mareó debido al Ramadán, le doy un plátano y unas galletas para que almuerce.

4º E.F 6:45: **4ª SESIÓN TWINCON**

- Calentamiento: pelota sentada.
- P. Principal:
 - Partido 2 Twincon: tenemos conflicto con Mica y Nora, no se quieren poner el peto. En cada Twin → cambio de peto al equipo rival.
 - Atrapa zombis: salimos fuera del cole a jugar. Comienza picando un alumno con peto. Cuando este pilla a otro, el primero se la salva y el segundo se queda picando.

Todos los jugadores pillados (zombis) se la ligan y se ponen un peto. El juego finaliza cuando han atrapado a todos los zombis.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 29. Observaciones partido 1

TORNEO TWINCON

- Partido 1
 - * Exploro saque inicial, colocación y grito (¡¡¡¡¡!)
 - * Repasamos las normas
 - * Medio campo $\left\{ \begin{array}{l} 2 \text{ conos} \\ 1 \text{ cono (no hay suficientes conos)} \end{array} \right.$

Equipo 1 vs Equipo 3 $\rightarrow 0 - 2$
(Adrián) (Mario)

Juegan en el primer campo, un cono en cada área.
Desacuerdos en el saque $\rightarrow$ repetimos normas.

Equipo 2 vs Equipo 4 $\rightarrow 8 - 3$
(Valeria) (Nora)

Segundo campo, dos conos en cada área.
Cumplen las normas en casi todo el partido.
Más motivados ya que entienden mejor el juego
en comparación con las sesiones anteriores.

RESULTADOS PARTIDO 1

	Equipo 1 vs Equipo 3		Equipo 2 vs Equipo 4
	$\swarrow$		$\swarrow$
Partido 2	Equipo 3	vs	Equipo 2
	Equipo 1	vs	Equipo 4

Fuente. Elaboración propia

Anexo VIII. Autoevaluación

Ilustración 30. Diana de autoevaluación del alumno

Nombre: _____

¡PON A PRUEBA LO QUE HAS APRENDIDO!

Lee cada frase y piensa en cómo lo has hecho durante las sesiones. Marca en la diana:

4 (verde): ¡Lo hice muy bien!

3 (amarillo): Lo hice bastante bien, pero puedo mejorar.

2 (naranja): Lo intenté, pero no siempre lo conseguí.

1 (rojo): Necesito esforzarme más.

¡GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!

DIANA DE AUTOEVALUACIÓN

He ayudado a mis compañeros cuando lo han necesitado, mostrando respeto y empatía.

He reconocido alguna situación injusta y he propuesto soluciones para mejorar.

He participado con entusiasmo durante todas las sesiones de Twincon.

He respetado las reglas del juego y he jugado de manera limpia.

He mantenido una buena posición en el campo, entendiendo mi rol dentro del equipo.

He mejorado mis pases y recepciones, logrando mayor precisión y control durante el juego.

He controlado mis emociones, celebrando los éxitos y aceptando los errores de manera positiva.

He trabajado en equipo, colaborando para que el grupo logre sus objetivos.

TWINCON

Diana de Evaluación

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 31. Diana respondida 1

Nombre: i. o. g. 6.º

¡PON A PRUEBA LO QUE HAS APRENDIDO!

Lee cada frase y piensa en cómo lo has hecho durante las sesiones. Marca en la diana:

4 (verde): ¡Lo hice muy bien!

3 (amarillo): Lo hice bastante bien, pero puedo mejorar.

2 (naranja): Lo intenté, pero no siempre lo conseguí.

1 (rojo): Necesito esforzarme más.

¡GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!

DIANA DE AUTOEVALUACIÓN

He ayudado a mis compañeros cuando lo han necesitado, mostrando respeto y empatía.

He reconocido alguna situación injusta y he propuesto soluciones para mejorar.

He participado con entusiasmo durante todas las sesiones de Twincon.

He respetado las reglas del juego y he jugado de manera limpia.

He mantenido una buena posición en el campo, entendiendo mi rol dentro del equipo.

He mejorado mis pases y recepciones, logrando mayor precisión y control durante el juego.

He controlado mis emociones, celebrando los éxitos y aceptando los errores de manera positiva.

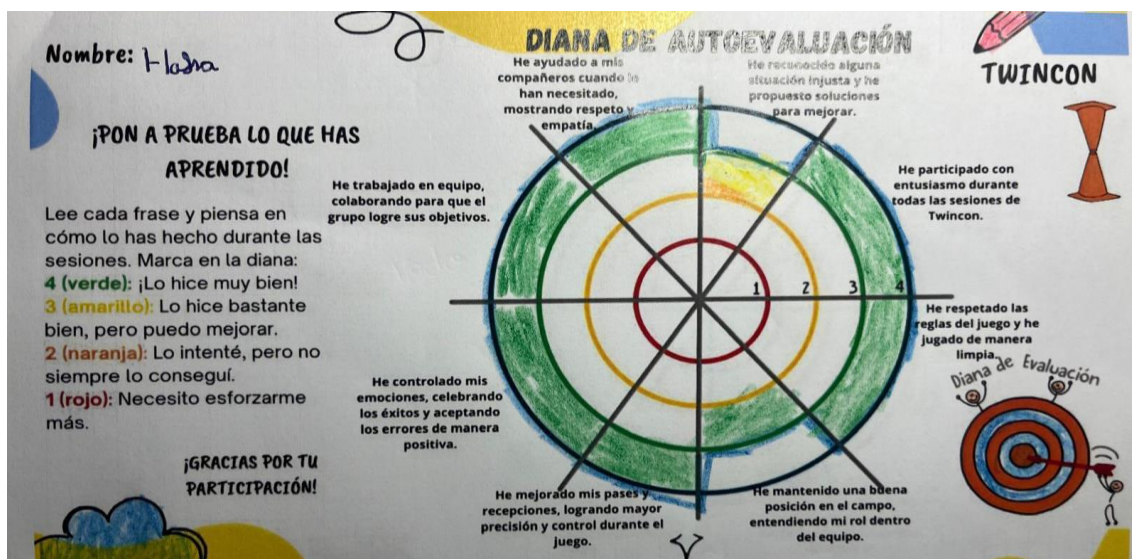
He trabajado en equipo, colaborando para que el grupo logre sus objetivos.

TWINCON

Diana de Evaluación

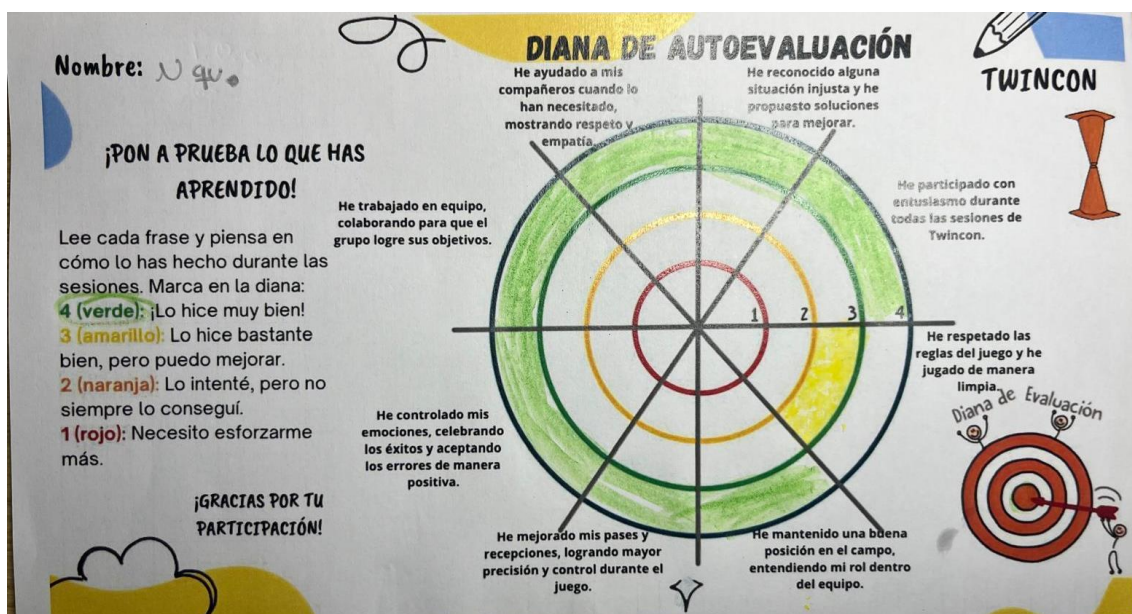
Fuente. Elaboración propia

Ilustración 32. Diana respondida 2



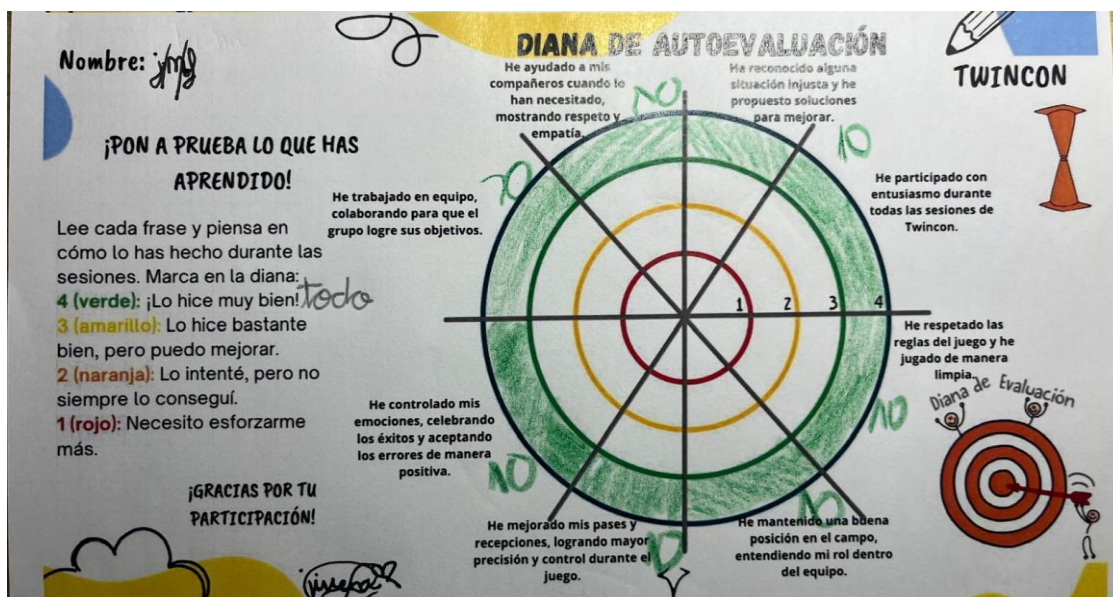
Fuente. Elaboración propia

Ilustración 33. Diana respondida 3



Fuente. Elaboración propia

Ilustración 34. Diana respondida 4



Fuente. Elaboración propia

Anexo IX. Cuestionario final

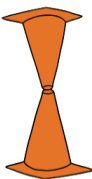
Ilustración 35. Cuestionario final

FECHA:

03/04/2024

NOMBRE:

CURSO:



¿TWINCON?

1

¿Qué es un deporte alternativo?

a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c) Un deporte que se juega solo en el agua.

2

¿Cómo se juega al Twincon?

a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c) Solo se juega entre dos personas.

3

¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a) Ganar y quedar los primeros.

b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c) Jugar sin reglas y como queramos.

4

¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c) Jugar rápido para terminar pronto.

5

¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b) Porque solo se juega con los más fuertes.

c) Porque los equipos siempre son grandes.

6

¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7

¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c) No creo que sea necesario.

8

¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 36. Ejemplo de cuestionario respondido 1

FECHA: 03/04/2024

NOMBRE: M.D.D. Buen trabajo 😊

CURSO: 6°

¿TWINCON?

1. ¿Qué es un deporte alternativo?

a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c) Un deporte que se juega solo en el agua.

2. ¿Cómo se juega al Twincon?

a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c) Solo se juega entre dos personas.

3. ¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a) Ganar y quedar los primeros.

b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c) Jugar sin reglas y como queramos.

4. ¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c) Jugar rápido para terminar pronto.

5. ¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b) Porque solo se juega con los más fuertes.

c) Porque los equipos siempre son grandes.

6. ¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7. ¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c) No creo que sea necesario.

8. ¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 37. Ejemplo de cuestionario respondido 2

FECHA: 03/04/2024 **¿TWINCON?** 

NOMBRE: R.G. ¡Muy bien! **CURSO:** 5°

- ¿Qué es un deporte alternativo?
 - a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.
 - ✓ ☒ b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.
 - c) Un deporte que se juega solo en el agua.
- ¿Cómo se juega al Twincon?
 - ✓ ☒ a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.
 - b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.
 - c) Solo se juega entre dos personas.
- ¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?
 - a) Ganar y quedar los primeros.
 - ✓ ☒ b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.
 - c) Jugar sin reglas y como queramos.
- ¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?
 - a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.
 - ✓ ☒ b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.
 - c) Jugar rápido para terminar pronto.
- ¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?
 - ✓ ☒ a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.
 - b) Porque solo se juega con los más fuertes.
 - c) Porque los equipos siempre son grandes.
- ¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?
 - ✓ ☒ a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.
 - b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.
 - c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.
- ¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?
 - ✓ ☒ a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.
 - b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.
 - c) No creo que sea necesario.
- ¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?
 - a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.
 - ✓ ☒ b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.
 - c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 38. Ejemplo de cuestionario respondido 3

FECHA: 03/04/2024

NOMBRE: ART

CURSO: 6º

¿TWINCON?

¡Perfecto! :)

1 ¿Qué es un deporte alternativo?

a) Un deporte que se juega solo en las olimpiadas.

✓ b) Un deporte con reglas diferentes a los más conocidos y que todos pueden jugar.

c) Un deporte que se juega solo en el agua.

2 ¿Cómo se juega al Twincon?

✓ a) Se juega en equipos y con reglas especiales que permiten que todos participen.

b) Se juega en una cancha gigante con muchas personas.

c) Solo se juega entre dos personas.

3 ¿Qué se busca lograr al jugar Twincon?

a) Ganar y quedar los primeros.

✓ b) Trabajar en equipo, aprender y divertirse todos juntos.

c) Jugar sin reglas y como queramos.

4 ¿Qué valores se enseñan al jugar Twincon?

a) Competir para ser el mejor y no preocuparse por los demás.

✓ b) Respetar a los demás, trabajar en equipo y jugar limpio.

c) Jugar rápido para terminar pronto.

5 ¿Por qué los deportes alternativos, como el Twincon, son buenos para todos?

✓ a) Porque permiten que todos participen, respetando y ayudando a los demás.

b) Porque solo se juega con los más fuertes.

c) Porque los equipos siempre son grandes.

6 ¿Cómo puedes asegurarte de que todos disfruten del juego de Twincon y se sientan parte del equipo?

✓ a) Respetando a los demás, animando a mis compañeros y ayudando a los que lo necesiten.

b) Preocupándome de mis propias jugadas ya que así mi equipo ganará.

c) Ignorando las reglas y dejándome llevar.

7 ¿Por qué es importante calentar antes de jugar Twincon?

✓ a) Porque así jugamos mejor y evitamos lesiones.

b) Solo calientas si tienes mucho tiempo libre.

c) No creo que sea necesario.

8 ¿Qué puedes hacer si durante el juego de Twincon alguien se siente mal o frustrado?

a) Ignorar a la persona y seguir jugando como si nada.

✓ b) Hablar con la persona, darle ánimos y ayudarla a seguir jugando.

c) Decirle que no es buena en el juego y seguir adelante.

Fuente. Elaboración propia

Anexo X. Heteroevaluación final

Tabla 16. *Escala descriptiva individual según los indicadores de logro*

Nombre:		S.A: Fecha:	
INDICADORES DE LOGRO	3 PUNTOS	2 PUNTOS	1 PUNTO
Identificar y describir al menos tres beneficios físicos y mentales asociados a la práctica regular de twincon.	Identifica y describe claramente tres beneficios físicos y mentales.	Identifica dos beneficios físicos o mentales de forma general.	Menciona solo un beneficio de manera vaga o no identifica ninguno.
Comenta cómo incluir la actividad física en su día a día para sentirse mejor y estar más saludable.	Explica detalladamente cómo incluir la actividad física en su rutina diaria.	Menciona algunas ideas de cómo incluir la actividad física, pero sin detalle.	No menciona cómo incluir la actividad física o lo hace de manera incorrecta.
Participa en los ejercicios o juegos de calentamiento previos a la práctica de twincon.	Participa activamente y con entusiasmo en todos los ejercicios de calentamiento.	Participa en los ejercicios de calentamiento, pero con poca motivación.	No participa activamente en los ejercicios de calentamiento.
Colabora en las rutinas de relajación al finalizar la actividad deportiva, adquiriendo buenos hábitos para cuidar el cuerpo.	Participa completamente y con esfuerzo en la rutina de relajación.	Participa en la rutina de relajación, pero sin mucha dedicación.	No participa en la rutina de relajación o lo hace de manera desinteresada.
Reconoce situaciones injustas o de discriminación durante los juegos y propone maneras de solucionarlas.	Reconoce situaciones injustas y propone soluciones claras y respetuosas.	Reconoce situaciones de injusticia, pero no propone soluciones.	No reconoce situaciones injustas o discriminatorias en los juegos.
Participa en actividades deportivas respetando las diferencias entre compañeros, fomentando un ambiente de igualdad.	Demuestra respeto absoluto por las diferencias entre compañeros en todo momento.	Muestra respeto por las diferencias, aunque de forma ocasional.	No respeta las diferencias o fomenta actitudes de discriminación.

Organiza junto con su equipo una estrategia sencilla para jugar un partido de twincon.	Organiza una estrategia clara y efectiva junto a su equipo.	Ayuda en la organización de una estrategia, pero con poca claridad.	No contribuye a la organización de una estrategia o lo hace de manera desorganizada.
Evalúa cómo les ha ido en el juego, destacando cosas positivas y sugiriendo mejoras.	Realiza una evaluación detallada y propone mejoras específicas.	Evalúa de manera general el juego y sugiere alguna mejora.	No evalúa el juego o no propone mejoras.
Toma decisiones rápidas durante el juego para colaborar con su equipo en situaciones sencillas.	Toma decisiones rápidas y acertadas que benefician al equipo.	Toma decisiones durante el juego, pero a veces con retraso o duda.	No toma decisiones durante el juego o lo hace de manera incorrecta.
Ajusta su forma de jugar según los cambios en el juego o las instrucciones del equipo.	Se adapta perfectamente a los cambios en el juego e instrucciones.	Se adapta a los cambios, pero con algo de dificultad o lentitud.	No ajusta su juego ante los cambios o instrucciones del equipo.
Participa con entusiasmo en las sesiones de twincon, mostrando esfuerzo y ganas de mejorar.	Participa con gran entusiasmo, esfuerzo y deseo de mejorar continuamente.	Participa con moderado entusiasmo y algo de esfuerzo.	Muestra poco entusiasmo o esfuerzo durante las sesiones de twincon.
Aprende a controlar sus emociones durante el juego, celebrando los éxitos y aceptando los errores.	Controla completamente sus emociones, celebrando los logros y aprendiendo de los errores.	Controla sus emociones, pero tiene dificultades en algunas situaciones.	No controla bien sus emociones, muestra frustración o desinterés por los errores.
Sigue las reglas del twincon en todo momento, demostrando compromiso con el juego limpio.	Sigue siempre las reglas y demuestra compromiso con el juego limpio.	Sigue las reglas, pero a veces se distrae o comete errores.	No sigue las reglas o muestra poco interés en el juego limpio.
Felicita a compañeros y rivales por sus buenas acciones	Felicita a todos los compañeros y rivales de manera	Felicita a algunos compañeros, pero no siempre a los	No felicita ni a compañeros ni a rivales o lo hace de

durante el juego.	sincera y respetuosa.	rivales.	manera superficial.
Resuelve pequeños conflictos durante los juegos hablando con sus compañeros de manera respetuosa.	Resuelve los conflictos de manera calmada, respetuosa y efectiva.	Resuelve algunos conflictos, pero con cierta dificultad o falta de respeto.	No resuelve los conflictos o lo hace de manera poco respetuosa.
Ayuda a compañeros con más dificultades, mostrando respeto y tolerancia hacia todos.	Ayuda constantemente a sus compañeros con dificultades, mostrando paciencia y respeto.	Ayuda a algunos compañeros, pero no de manera constante o con total paciencia.	No ayuda a sus compañeros o lo hace de manera poco respetuosa.
Observaciones			

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 39. Muestra 1a

HETEROEVALUACIÓN INDIVIDUAL FINAL			
Nombre: <i>L. G. H.</i>		S.A: <i>Twincon: un deporte para todos.</i> Fecha: <i>26/03/24</i>	
INDICADORES DE LOGRO	3 PUNTOS	2 PUNTOS	1 PUNTO
Identificar y describir al menos tres beneficios físicos y mentales asociados a la práctica regular de Twincon.	Identifica y describe claramente tres beneficios físicos y mentales.	Identifica dos beneficios físicos o mentales de forma general.	Menciona solo un beneficio de manera vaga o no identifica ninguno.
Comenta cómo incluir la actividad física en su día a día para sentirse mejor y estar más saludable.	Explica detalladamente cómo incluir la actividad física en su rutina diaria.	Menciona algunas ideas de cómo incluir la actividad física, pero sin detalle.	No menciona cómo incluir la actividad física o lo hace de manera incorrecta.
Participa en los ejercicios o juegos de calentamiento previos a la práctica de Twincon.	Participa activamente y con entusiasmo en todos los ejercicios de calentamiento. +	Participa en los ejercicios de calentamiento, pero con poca motivación.	No participa activamente en los ejercicios de calentamiento.
Colabora en las rutinas de relajación al finalizar la actividad deportiva, adquiriendo buenos hábitos para cuidar el cuerpo.	Participa completamente y con esfuerzo en la rutina de relajación.	Participa en la rutina de relajación, pero sin mucha dedicación.	No participa en la rutina de relajación o lo hace de manera desinteresada.
Reconoce situaciones injustas o de discriminación durante los juegos y propone maneras de solucionarlas.	Reconoce situaciones injustas y propone soluciones claras y respetuosas.	Reconoce situaciones de injusticia, pero no propone soluciones.	No reconoce situaciones injustas o discriminatorias en los juegos.
Participa en actividades deportivas respetando las diferencias entre compañeros, fomentando un ambiente de igualdad.	Demuestra respeto absoluto por las diferencias entre compañeros en todo momento.	Muestra respeto por las diferencias, aunque de forma ocasional.	No respeta las diferencias o fomenta actitudes de discriminación.
Organiza junto con su equipo una estrategia sencilla para jugar un partido de Twincon.	Organiza una estrategia clara y efectiva junto a su equipo. +	Ayuda en la organización de una estrategia, pero con poca claridad.	No contribuye a la organización de una estrategia o lo hace de manera desorganizada.
Evalúa cómo les ha ido en el juego, destacando cosas positivas y sugiriendo mejoras.	Realiza una evaluación detallada y propone mejoras específicas.	Evalúa de manera general el juego y sugiere alguna mejora.	No evalúa el juego o no propone mejoras.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 40. Muestra 1b

Toma decisiones rápidas durante el juego para colaborar con su equipo en situaciones sencillas.	Toma decisiones rápidas y acertadas que benefician al equipo.	Toma decisiones durante el juego, pero a veces con retraso o duda.	No toma decisiones durante el juego o lo hace de manera incorrecta.
Ajusta su forma de jugar según los cambios en el juego o las instrucciones del equipo.	Se adapta perfectamente a los cambios en el juego e instrucciones.	Se adapta a los cambios, pero con algo de dificultad o lentitud. - <u>Debate</u>	No ajusta su juego ante los cambios o instrucciones del equipo.
Participa con entusiasmo en las sesiones de Twincon, mostrando esfuerzo y ganas de mejorar.	Participa con gran entusiasmo, esfuerzo y deseo de mejorar continuamente.	Participa con moderado entusiasmo y algo de esfuerzo.	Muestra poco entusiasmo o esfuerzo durante las sesiones de Twincon.
Aprende a controlar sus emociones durante el juego, celebrando los éxitos y aceptando los errores.	Controla completamente sus emociones, celebrando los logros y aprendiendo de los errores.	Controla sus emociones, pero tiene dificultades en algunas situaciones.	No controla bien sus emociones, muestra frustración o desinterés por los errores.
Sigue las reglas del Twincon en todo momento, demostrando compromiso con el juego limpio.	Sigue siempre las reglas y demuestra compromiso con el juego limpio.	Sigue las reglas, pero a veces se distrae o comete errores.	No sigue las reglas o muestra poco interés en el juego limpio.
Felicita a compañeros y rivales por sus buenas acciones durante el juego.	Felicita a todos los compañeros y rivales de manera sincera y respetuosa. ++	Felicita a algunos compañeros, pero no siempre a los rivales.	No felicita ni a compañeros ni a rivales o lo hace de manera superficial.
Resuelve pequeños conflictos durante los juegos hablando con sus compañeros de manera respetuosa.	Resuelve los conflictos de manera calmada, respetuosa y efectiva.	Resuelve algunos conflictos, pero con cierta dificultad o falta de respeto.	No resuelve los conflictos o lo hace de manera poco respetuosa.
Ayuda a compañeros con más dificultades, mostrando respeto y tolerancia hacia todos.	Ayuda constantemente a sus compañeros con dificultades, mostrando paciencia y respeto. +	Ayuda a algunos compañeros, pero no de manera constante o con total paciencia.	No ayuda a sus compañeros o lo hace de manera poco respetuosa.
Observaciones	Total puntos: 47 Resuelve las dudas de sus compañeros en mitad del juego. Dispuesta a mejorar Escucha con atención y pide a sus compañeros que también lo hagan. ++		

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 41. Muestra 2a

HETEROEVALUACIÓN INDIVIDUAL FINAL			
Nombre: M. M. F.		S.A: Twincon: un deporte para todos. Fecha: 26/03/24	
INDICADORES DE LOGRO	3 PUNTOS	2 PUNTOS	1 PUNTO
Identificar y describir al menos tres beneficios físicos y mentales asociados a la práctica regular de Twincon.	Identifica y describe claramente tres beneficios físicos y mentales.	Identifica dos beneficios físicos o mentales de forma general.	Menciona solo un beneficio de manera vaga o no identifica ninguno.
Comenta cómo incluir la actividad física en su día a día para sentirse mejor y estar más saludable.	Explica detalladamente cómo incluir la actividad física en su rutina diaria.	Menciona algunas ideas de cómo incluir la actividad física, pero sin detalle.	No menciona cómo incluir la actividad física o lo hace de manera incorrecta.
Participa en los ejercicios o juegos de calentamiento previos a la práctica de Twincon.	Participa activamente y con entusiasmo en todos los ejercicios de calentamiento.	Participa en los ejercicios de calentamiento, pero con poca motivación.	No participa activamente en los ejercicios de calentamiento.
Colabora en las rutinas de relajación al finalizar la actividad deportiva, adquiriendo buenos hábitos para cuidar el cuerpo.	Participa completamente y con esfuerzo en la rutina de relajación.	Participa en la rutina de relajación, pero sin mucha dedicación.	No participa en la rutina de relajación o lo hace de manera desinteresada.
Reconoce situaciones injustas o de discriminación durante los juegos y propone maneras de solucionarlas.	Reconoce situaciones injustas y propone soluciones claras y respetuosas.	Reconoce situaciones de injusticia, pero no propone soluciones.	No reconoce situaciones injustas o discriminatorias en los juegos.
Participa en actividades deportivas respetando las diferencias entre compañeros, fomentando un ambiente de igualdad.	Demuestra respeto absoluto por las diferencias entre compañeros en todo momento.	Muestra respeto por las diferencias, aunque de forma ocasional.	No respeta las diferencias o fomenta actitudes de discriminación.
Organiza junto con su equipo una estrategia sencilla para jugar un partido de Twincon.	Organiza una estrategia clara y efectiva junto a su equipo.	Ayuda en la organización de una estrategia, pero con poca claridad.	No contribuye a la organización de una estrategia o lo hace de manera desorganizada.
Evalúa cómo les ha ido en el juego, destacando cosas positivas y sugiriendo mejoras.	Realiza una evaluación detallada y propone mejoras específicas.	Evalúa de manera general el juego y sugiere alguna mejora.	No evalúa el juego o no propone mejoras.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 42. Muestra 2b

Toma decisiones rápidas durante el juego para colaborar con su equipo en situaciones sencillas.	Toma decisiones rápidas y acertadas que benefician al equipo.	Toma decisiones durante el juego, pero a veces con retraso o duda.	No toma decisiones durante el juego o lo hace de manera incorrecta.
Ajusta su forma de jugar según los cambios en el juego o las instrucciones del equipo.	Se adapta perfectamente a los cambios en el juego e instrucciones.	Se adapta a los cambios, pero con algo de dificultad o lentitud.	No ajusta su juego ante los cambios o instrucciones del equipo.
Participa con entusiasmo en las sesiones de Twincon, mostrando esfuerzo y ganas de mejorar.	Participa con gran entusiasmo, esfuerzo y deseo de mejorar continuamente.	Participa con moderado entusiasmo y algo de esfuerzo.	Muestra poco entusiasmo o esfuerzo durante las sesiones de Twincon.
Aprende a controlar sus emociones durante el juego, celebrando los éxitos y aceptando los errores.	Controla completamente sus emociones, celebrando los logros y aprendiendo de los errores.	Controla sus emociones, pero tiene dificultades en algunas situaciones.	No controla bien sus emociones, muestra frustración o desinterés por los errores.
Sigue las reglas del Twincon en todo momento, demostrando compromiso con el juego limpio.	Sigue siempre las reglas y demuestra compromiso con el juego limpio.	Sigue las reglas, pero a veces se distrae o comete errores.	No sigue las reglas o muestra poco interés en el juego limpio.
Felicita a compañeros y rivales por sus buenas acciones durante el juego.	Felicita a todos los compañeros y rivales de manera sincera y respetuosa.	Felicita a algunos compañeros, pero no siempre a los rivales.	No felicita ni a compañeros ni a rivales o lo hace de manera superficial.
Resuelve pequeños conflictos durante los juegos hablando con sus compañeros de manera respetuosa.	Resuelve los conflictos de manera calmada, respetuosa y efectiva.	Resuelve algunos conflictos, pero con cierta dificultad o falta de respeto.	No resuelve los conflictos o lo hace de manera poco respetuosa.
Ayuda a compañeros con más dificultades, mostrando respeto y tolerancia hacia todos.	Ayuda constantemente a sus compañeros con dificultades, mostrando paciencia y respeto.	Ayuda a algunos compañeros, pero no de manera constante o con total paciencia.	No ayuda a sus compañeros o lo hace de manera poco respetuosa.
Observaciones	Total puntuación: 47 Le cuesta reflexionar en los ciclos R-A. Da mucha importancia a las reglas. No respeta el turno de palabra.		

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 43. Muestra 3a

HETEROEVALUACIÓN INDIVIDUAL FINAL			
Nombre: <i>M.P.T.</i>		S.A: <i>Twincon: un deporte para todos.</i> Fecha: <i>26/03/24</i>	
INDICADORES DE LOGRO	3 PUNTOS	2 PUNTOS	1 PUNTO
Identificar y describir al menos tres beneficios físicos y mentales asociados a la práctica regular de Twincon.	Identifica y describe claramente tres beneficios físicos y mentales.	Identifica dos beneficios físicos o mentales de forma general.	Menciona solo un beneficio de manera vaga o no identifica ninguno.
Comenta cómo incluir la actividad física en su día a día para sentirse mejor y estar más saludable.	Explica detalladamente cómo incluir la actividad física en su rutina diaria.	Menciona algunas ideas de cómo incluir la actividad física, pero sin detalle.	No menciona cómo incluir la actividad física o lo hace de manera incorrecta.
Participa en los ejercicios o juegos de calentamiento previos a la práctica de Twincon.	Participa activamente y con entusiasmo en todos los ejercicios de calentamiento.	Participa en los ejercicios de calentamiento, pero con poca motivación.	No participa activamente en los ejercicios de calentamiento.
Colabora en las rutinas de relajación al finalizar la actividad deportiva, adquiriendo buenos hábitos para cuidar el cuerpo.	Participa completamente y con esfuerzo en la rutina de relajación.	Participa en la rutina de relajación, pero sin mucha dedicación.	No participa en la rutina de relajación o lo hace de manera desinteresada.
Reconoce situaciones injustas o de discriminación durante los juegos y propone maneras de solucionarlas.	Reconoce situaciones injustas y propone soluciones claras y respetuosas.	Reconoce situaciones de injusticia, pero no propone soluciones.	No reconoce situaciones injustas o discriminatorias en los juegos.
Participa en actividades deportivas respetando las diferencias entre compañeros, fomentando un ambiente de igualdad.	Demuestra respeto absoluto por las diferencias entre compañeros en todo momento.	Muestra respeto por las diferencias, aunque de forma ocasional.	No respeta las diferencias o fomenta actitudes de discriminación.
Organiza junto con su equipo una estrategia sencilla para jugar un partido de Twincon.	Organiza una estrategia clara y efectiva junto a su equipo. ++	Ayuda en la organización de una estrategia, pero con poca claridad.	No contribuye a la organización de una estrategia o lo hace de manera desorganizada.
Evalúa cómo les ha ido en el juego, destacando cosas positivas y sugiriendo mejoras.	Realiza una evaluación detallada y propone mejoras específicas.	Evalúa de manera general el juego y sugiere alguna mejora.	No evalúa el juego o no propone mejoras.

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 44. Muestra 3b

Toma decisiones rápidas durante el juego para colaborar con su equipo en situaciones sencillas.	Toma decisiones rápidas y acertadas que benefician al equipo.	Toma decisiones durante el juego, pero a veces con retraso o duda.	No toma decisiones durante el juego o lo hace de manera incorrecta.
Ajusta su forma de jugar según los cambios en el juego o las instrucciones del equipo.	Se adapta perfectamente a los cambios en el juego e instrucciones.	Se adapta a los cambios, pero con algo de dificultad o lentitud.	No ajusta su juego ante los cambios o instrucciones del equipo.
Participa con entusiasmo en las sesiones de Twincon, mostrando esfuerzo y ganas de mejorar.	Participa con gran entusiasmo, esfuerzo y deseo de mejorar continuamente.	Participa con moderado entusiasmo y algo de esfuerzo.	Muestra poco entusiasmo o esfuerzo durante las sesiones de Twincon.
Aprende a controlar sus emociones durante el juego, celebrando los éxitos y aceptando los errores.	Controla completamente sus emociones, celebrando los logros y aprendiendo de los errores.	Controla sus emociones, pero tiene dificultades en algunas situaciones.	No controla bien sus emociones, muestra frustración o desinterés por los errores.
Sigue las reglas del Twincon en todo momento, demostrando compromiso con el juego limpio.	Sigue siempre las reglas y demuestra compromiso con el juego limpio.	Sigue las reglas, pero a veces se distrae o comete errores.	No sigue las reglas o muestra poco interés en el juego limpio.
Felicita a compañeros y rivales por sus buenas acciones durante el juego.	Felicita a todos los compañeros y rivales de manera sincera y respetuosa.	Felicita a algunos compañeros, pero no siempre a los rivales.	No felicita ni a compañeros ni a rivales o lo hace de manera superficial.
Resuelve pequeños conflictos durante los juegos hablando con sus compañeros de manera respetuosa.	Resuelve los conflictos de manera calmada, respetuosa y efectiva.	Resuelve algunos conflictos, pero con cierta dificultad o falta de respeto.	No resuelve los conflictos o lo hace de manera poco respetuosa.
Ayuda a compañeros con más dificultades, mostrando respeto y tolerancia hacia todos.	Ayuda constantemente a sus compañeros con dificultades, mostrando paciencia y respeto.	Ayuda a algunos compañeros, pero no de manera constante o con total paciencia.	No ayuda a sus compañeros o lo hace de manera poco respetuosa.
Observaciones	Total puntos: 43 Se frustra cuando no entiende algo de inmediato. No acepta bien los consejos o propuestas de los compañeros. Confía mucho en sus jugadas. Se esfuerza. Atención en las explicaciones. Participa mucho asambleas 3rales.		

Fuente. Elaboración propia

Anexo XI. Coevaluación entre iguales

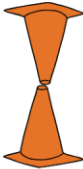
Tabla 17. Escala verbal-numérica

→ COEVALUACIÓN DE EQUIPO

TWINCON:
¡UN DEPORTE PARA TODOS!

Nombre:

- 1 (Nada): No lo hizo.
- 2 (Poco): Lo intentó, pero le costó mucho.
- 3 (Bastante): Lo hizo bien, pero podría mejorar.
- 4 (Mucho): Lo hizo muy bien.



NOMBRES DE LOS COMPAÑEROS DE EQUIPO ↓	HA PARTICIPADO CON ENTUSIASMO Y BUENA ACTITUD	HA RESPETADO LAS REGLAS DEL JUEGO	SE HA ORGANIZADO EN EL CAMPO PARA ATACAR Y DEFENDER	HA HECHO PASES Y RECEPCIONES CORRECTAMENTE	HA COLABORADO CON EL EQUIPO Y AYUDADO A LOS DEMÁS	HA MOSTRADO CONTROL EMOCIONAL DURANTE EL JUEGO	PUNTOS TOTALES

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 45. Muestra 1

TWINCON:
¡UN DEPORTE PARA TODOS!

→ COEVALUACIÓN DE EQUIPO

Nombre: M-P-O

- 1 (Nada): No lo hizo.
- 2 (Poco): Lo intentó, pero le costó mucho.
- 3 (Bastante): Lo hizo bien, pero podría mejorar.
- 4 (Mucho): Lo hizo muy bien.



NOMBRES DE LOS COMPAÑEROS DE EQUIPO ↓	HA PARTICIPADO CON ENTUSIASMO Y BUENA ACTITUD	HA RESPETADO LAS REGLAS DEL JUEGO	SE HA ORGANIZADO EN EL CAMPO PARA ATACAR Y DEFENDER	HA HECHO PASES Y RECEPCIONES CORRECTAMENTE	HA COLABORADO CON EL EQUIPO Y AYUDADO A LOS DEMÁS	HA MOSTRADO CONTROL EMOCIONAL DURANTE EL JUEGO	PUNTOS TOTALES
I.O.G	4	4	4	4	4	4	24
A.L.F.P	4	3	4	2	4	4	21
R-G-G	4	4	4	4	4	4	24
L-G-H	4	4	4	3	4	4	23

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 46. Muestra 2

TWINCON:
¡UN DEPORTE PARA TODOS!

→ COEVALUACIÓN DE EQUIPO

Nombre: ~~DPA~~ DPA.

- 1 (Nada): No lo hizo. peor
- 2 (Poco): Lo intentó, pero le costó mucho.
- 3 (Bastante): Lo hizo bien, pero podría mejorar.
- 4 (Mucho): Lo hizo muy bien. mejor



NOMBRES DE LOS COMPAÑEROS DE EQUIPO ↓	HA PARTICIPADO CON ENTUSIASMO Y BUENA ACTITUD	HA RESPETADO LAS REGLAS DEL JUEGO	SE HA ORGANIZADO EN EL CAMPO PARA ATACAR Y DEFENDER	HA HECHO PASES Y RECEPCIONES CORRECTAMENTE	HA COLABORADO CON EL EQUIPO Y AYUDADO A LOS DEMÁS	HA MOSTRADO CONTROL EMOCIONAL DURANTE EL JUEGO	PUNTOS TOTALES
m.g.	2	4	4	4	3	4	21
v.a.g.	4	4	4	4	4	4	24
j.h.	4	3	4	4	3	4	22
j.m.	4	4	3	3	4	4	22
nadie	0	0	0	0	0	0	0

Fuente. Elaboración propia

Ilustración 47. Muestra 3

→ COEVALUACIÓN DE EQUIPO

TWINCON:
¡UN DEPORTE PARA TODOS!

Nombre: **IGDL**

- 1 (Nada): No lo hizo.
- 2 (Poco): Lo intentó, pero le costó mucho.
- 3 (Bastante): Lo hizo bien, pero podría mejorar.
- 4 (Mucho): Lo hizo muy bien.



NOMBRES DE LOS COMPAÑEROS DE EQUIPO ↓	HA PARTICIPADO CON ENTUSIASMO Y BUENA ACTITUD	HA RESPETADO LAS REGLAS DEL JUEGO	SE HA ORGANIZADO EN EL CAMPO PARA ATACAR Y DEFENDER	HA HECHO PASES Y RECEPCIONES CORRECTAMENTE	HA COLABORADO CON EL EQUIPO Y AYUDADO A LOS DEMÁS	HA MOSTRADO CONTROL EMOCIONAL DURANTE EL JUEGO	PUNTOS TOTALES
AG	4	4	4	4	4	4	4+4+4+4+4+4 = 24 empate
ART	4	3	4	4	3	4	22 2º
E.H	4	2	4	4	3	4	21 3º
M.DD	4	4	4	4	4	4	24 empate

Fuente. Elaboración propia

Anexo XII. Autoevaluación docente

Tabla 18. *Escala descriptiva*

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Satisfactorio (2)	Insuficiente (1)
Planificación y organización	La SA está muy bien estructurada, con una clara introducción, desarrollo y cierre en cada sesión. Las actividades están organizadas de manera fluida.	La SA está organizada, aunque algunas sesiones o actividades pueden mejorar.	La organización es adecuada, pero las actividades son algo confusas.	La SA carece de una estructura clara, las sesiones son confusas o faltan actividades.
Desarrollo de las actividades	Las actividades están claramente explicadas y ejecutadas, con guías detalladas para los alumnos. Los niños están comprometidos y participan activamente.	Las actividades están explicadas y ejecutadas correctamente, con algunos momentos de desconexión o dudas por parte de los alumnos.	Las actividades se explican de manera básica, algunos niños pueden no entender o seguir correctamente.	Las actividades no se explican de forma clara, los niños tienen dificultades para seguirlas.

Conocimiento de la materia	La maestra demuestra un conocimiento excelente sobre el twincon, su organización, normas, material, adaptaciones, equipos...	La maestra tiene un buen conocimiento sobre el twincon, aunque algunas explicaciones podrían ser más detalladas.	La maestra tiene un conocimiento básico, pero falta profundidad en algunos aspectos.	La maestra tiene poco conocimiento sobre el twincon y su organización, lo que afecta las sesiones.
Desarrollo de las actividades	Las actividades se desarrollan de forma fluida, con un ritmo adecuado. Las transiciones entre actividades son suaves y los estudiantes permanecen enfocados.	Las actividades se desarrollan de manera correcta, aunque hay algunas pausas o transiciones que podrían mejorarse.	Las actividades se desarrollan de manera desorganizada, con dificultades para mantener el ritmo o la atención de los estudiantes.	Las actividades no se desarrollan correctamente, con interrupciones o problemas que afectan la fluidez.
Adaptación de las actividades	Las actividades están adaptadas a las necesidades y capacidades de todos los estudiantes, asegurando la participación activa de todos.	Las actividades se adaptan bien, aunque algunos estudiantes necesitan más apoyo o ajustes específicos.	Las actividades se adaptan parcialmente, pero algunos estudiantes tienen dificultades para seguirlas.	Las actividades no están adaptadas a las necesidades del grupo, dificultando la participación de algunos estudiantes.

Interacción con los estudiantes	La maestra interactúa constantemente con los estudiantes, promoviendo la participación y respondiendo a sus necesidades.	La maestra interactúa con los estudiantes, pero algunas veces hay falta de retroalimentación o intervención.	La interacción es limitada, con pocos momentos de conexión con los estudiantes.	La interacción es escasa o inexistente, lo que reduce la efectividad de la sesión.
Supervisión y feedback	La maestra supervisa constantemente el progreso de los estudiantes y ofrece retroalimentación individualizada y constructiva.	La maestra ofrece retroalimentación, pero no de manera constante o individualizada.	La retroalimentación es general y no siempre ayuda a los estudiantes a mejorar.	La maestra no proporciona retroalimentación significativa o adecuada durante la sesión.
Manejo del tiempo	La sesión se ajusta perfectamente al tiempo disponible, con todas las actividades cubiertas de manera efectiva.	La sesión se ajusta al tiempo, aunque algunas actividades necesitan modificar su duración.	La sesión se extiende demasiado o no cubre todas las actividades planificadas debido a un manejo deficiente del tiempo.	El tiempo no está bien gestionado, lo que afecta el desarrollo de la sesión y la cobertura de actividades.

Evaluación y reflexión final	La asamblea final es enriquecedora, los niños reflexionan profundamente sobre lo aprendido y comparten sus experiencias de manera significativa. El tiempo es suficiente.	La asamblea final es adecuada, pero algunos niños no participan tanto o la reflexión no es tan profunda. Haría falta más tiempo.	La reflexión final es superficial, con pocos momentos de reflexión o participación de los niños. Da poco tiempo a la reflexión.	La asamblea final no se lleva a cabo adecuadamente, o los niños no tienen oportunidad de reflexionar. No da tiempo a la reflexión final.
------------------------------	---	--	---	--

Fuente. Elaboración propia

Anexo XIII. Resultados de la lista de control grupal

Tabla 19. *Evolución de las sesiones*

Sesiones	Resultados	Observaciones
Sesiones 1 y 2	Durante estas sesiones iniciales, hubo una mayor cantidad de respuestas "NO" en la mayoría de los ítems evaluados, particularmente en los aspectos sociales y afectivos.	"H.W.S. tiene dudas en cómo lanzar el Twin, necesita apoyo para mejorar su técnica." "I.O.G. le cuesta controlar sus impulsos cuando pierde, contesta mal a sus compañeros. Decido ponerle conmigo a arbitrar para que reflexione sobre su actitud."
Sesiones 3 y 4	En estas sesiones intermedias, se observó una mejora progresiva. La mayoría de los alumnos mostraron avances en habilidades motrices como el control del balón y los lanzamientos, aunque aún había ciertas dificultades puntuales.	"M.P.O. realiza pases largos con éxito, pero todavía necesita trabajar en los cortos." "H.G.G. colabora con su equipo, pero a veces duda al tomar decisiones tácticas. Le animo a que confíe en su criterio y a que observe más el juego." "N.Q.F. ha mejorado en los lanzamientos, aunque aún necesita trabajar en la precisión. Le felicito por su esfuerzo y se nota más motivado."
Sesiones 5 y 6	Para las últimas sesiones, prácticamente todos los alumnos lograron un desempeño óptimo en los ítems evaluados. Los aspectos sociales y afectivos (colaboración, respeto a las reglas, actitud hacia compañeros y rivales) mejoraron significativamente.	La gran mayoría de alumnos reconocieron y felicitaron las acciones positivas de sus compañeros durante los juegos. Incluso alumnos que inicialmente tuvieron dificultades (como I.O.G.) lograron adaptarse, mostrando una actitud más reflexiva y colaborativa.

Fuente. Elaboración propia

Anexo XIV. Resultados de la escala descriptiva

Tabla 20. Distribución de alumnos según la consecución de los indicadores de logro

INDICADORES DE LOGRO	3 PUNTOS	2 PUNTOS	1 PUNTO
Identificar y describir al menos tres beneficios físicos y mentales asociados a la práctica regular de twincon.	18 estudiantes	2 estudiantes	0 estudiantes
Comenta cómo incluir la actividad física en su día a día para sentirse mejor y estar más saludable.	20	0	0
Participa en los ejercicios o juegos de calentamiento previos a la práctica de twincon.	20	0	0
Colabora en las rutinas de relajación al finalizar la actividad deportiva, adquiriendo buenos hábitos para cuidar el cuerpo.	20	0	0
Reconoce situaciones injustas o de discriminación durante los juegos y propone maneras de solucionarlas.	10	6	4
Participa en actividades deportivas respetando las diferencias entre compañeros, fomentando un ambiente de igualdad.	20	0	0
Organiza junto con su equipo una estrategia sencilla para jugar un partido de twincon.	15	3	2
Evalúa cómo les ha ido en el juego, destacando cosas positivas y sugiriendo mejoras.	16	2	2

Toma decisiones rápidas durante el juego para colaborar con su equipo en situaciones sencillas.	11	8	1
Ajusta su forma de jugar según los cambios en el juego o las instrucciones del equipo.	19	1	0
Participa con entusiasmo en las sesiones de twincon, mostrando esfuerzo y ganas de mejorar.	19	1	0
Aprende a controlar sus emociones durante el juego, celebrando los éxitos y aceptando los errores.	19	1	0
Sigue las reglas del twincon en todo momento, demostrando compromiso con el juego limpio.	20	0	0
Felicita a compañeros y rivales por sus buenas acciones durante el juego.	16	3	1
Resuelve pequeños conflictos durante los juegos hablando con sus compañeros de manera respetuosa.	9	7	4
Ayuda a compañeros con más dificultades, mostrando respeto y tolerancia hacia todos.	12	5	3

Nota. Tres puntos máxima consecución y un punto el mínimo. Ver tabla desglosada en el Anexo X.