



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

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

*PROPUESTA DIDÁCTICA SOBRE LOS DEPORTES
ALTERNATIVOS EN EDUCACIÓN PRIMARIA*

Autor/a: Mario Gómez Molina

Tutor/a académico/a: Ana Isabel Maroto Saez

Índice

1. INTRODUCCIÓN.....	3
2. OBJETIVOS.....	3
3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO	3
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	5
5. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA	10
5.1 LEGISLACIÓN EDUCATIVA	10
5.2 OBJETIVOS DE ETAPA	10
5.3 COMPETENCIAS CLAVE	11
5.4 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	11
5.5 CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL	12
5.6 CONTENIDOS DE APRENDIZAJE	12
5.7 METODOLOGÍA	13
5.8 SESIONES DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA	15
5.9 RECURSOS ESPACIALES, TEMPORALES Y MATERIALES	22
5.10 EVALUACIÓN	22
5.11 EXPOSICIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	26
5.12 CONCLUSIONES DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA	28
6. CONCLUSIONES.....	31
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	33
8. ANEXOS.....	34

RESUMEN

La práctica de algunos deportes poco conocidos puede ser un buen instrumento para desarrollar algunas competencias de Educación Física en Primaria. Este Trabajo Fin de Grado (TFG) se plantea como objetivo hacer una revisión sobre deportes alternativos y conocer su repercusión al implementarlos en Educación Primaria. Para ello se realiza una revisión teórica de las características, usos y ventajas de este tipo de deportes; además mediante una metodología participativa se desarrolla una propuesta didáctica con deportes alternativos y se analiza su repercusión en el aprendizaje de estudiantes de Primaria. Se concluye que los juegos alternativos favorecen la participación del alumnado y el desarrollo de habilidades físicas, además se facilita la cooperación entre compañeros.

ABSTRACT

The practice of some little-known sports can be a good instrument to develop some Physical Education skills in Primary. The objective of this Final Degree Project (TFG) is to review alternative sports and to know their impact on their implementation in Primary Education. To this end, a theoretical review of the characteristics, uses and advantages of this type of sports is carried out; In addition, through a participatory methodology, a didactic proposal is developed with alternative sports and their impact on the learning of Primary students is analyzed. It is concluded that alternative games favor student participation and the development of physical skills, in addition to facilitating cooperation between peers.

1. INTRODUCCIÓN

En este Trabajo Fin de Grado (TFG) se muestra una propuesta didáctica basada en deportes alternativos y enfocada a la Educación Primaria. En ella se pretende dar visibilidad a algunos deportes que no son habituales para dar la importancia que estos contenidos tienen realmente, además de que estos contenidos pueden hacer que nuestros alumnos adquieran valores como compañerismo, espíritu de equipo, respeto entre iguales, etc.

El TFG está organizado en dos partes. Una primera parte donde se muestran los objetivos del TFG, la justificación del tema elegido, tanto académica como profesional, y un marco teórico en el que se basa la propuesta didáctica.

En una segunda parte se muestra la propuesta didáctica, en la que se desarrollan unas actividades basadas en unas metodologías específicas, para posteriormente ser evaluadas mediante técnicas e instrumentos para comprobar si hemos conseguido los objetivos propuestos. Además, se expondrán los resultados de la propuesta didáctica y unas conclusiones sacadas a partir del desarrollo de la propuesta didáctica.

Para finalizar, se mostrarán las conclusiones del TFG así como las referencias bibliográficas revisadas.

2. OBJETIVOS

Los objetivos que se plantean en este TFG son:

- Hacer una revisión sobre los deportes alternativos en Primaria.
- Diseñar una propuesta didáctica para Primaria en la que se desarrollen deportes alternativos.
- Implementar la propuesta didáctica diseñada.
- Analizar los resultados de la propuesta didáctica.
- Mostrar la percepción de los alumnos frente a estos deportes.

3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

He escogido el tema de los deportes alternativos porque los tengo muy presentes en mi vida desde que soy muy pequeño, debido a que llevo practicando rugby desde los once años. Empecé a practicar rugby debido a que de pequeño estaba apuntado en el programa de deporte escolar (empecé en tercero de Primaria) ofrecido por el Ayuntamiento de Segovia y el Instituto Municipal de Deportes de Segovia, en este programa fue cuando empecé a

experimentar este tipo de deportes como el colpbol, el rugby-tag, el datchball, etc. A partir de estas experiencias yo me enamoré del rugby y por eso me apunté, pero el resto de deportes alternativos que conocí también me encantaron, además yo veía que las personas que no solían destacar en Educación Física o no participaban mucho por el miedo al fallo, cuando practicábamos estos deportes disfrutaban. Esto también era debido a que estos contenidos eran nuevos para todos los alumnos y partíamos desde el mismo nivel, algo que muy difícilmente puede pasar con la enseñanza de los deportes tradicionales (siempre hay algunos alumnos en todas las clases que practican baloncesto, fútbol, balonmano, etc.), por eso creo que la enseñanza de deportes alternativos nos pueden ofrecer muchas ventajas a la hora de implementarlos en Educación Primaria como el desarrollo del respeto hacia uno mismo y al resto de personas, que los alumnos partan desde el mismo nivel, que los alumnos aprendan a través del juego, que desarrollen estrategias conjuntas, etc. Además debemos tener en cuenta que estos deportes no tienen una técnica difícil como es el caso de los deportes tradicionales, donde primero tienes que enseñar la técnica y luego ya desarrollar situaciones reales de juego, sino que la técnica de estos deportes se basan en lanzamientos, golpesos y desplazamientos muy sencillos que todo el mundo puede hacer y puede perfeccionar mientras se desarrollan situaciones reales de juego. Para terminar la justificación personal, creo que es importante la inclusión de los deportes alternativos en el área de Educación Física en Educación Primaria porque son actividades sencillas que favorecen la participación de todo el alumnado y que son novedosas y motivadoras para los alumnos ya que no las conocen y van a aprender jugando y disfrutando.

En cuanto a la justificación académica, las competencias del grado de Educación Primaria que se van a desarrollar son:

- adquirir conocimiento y comprensión de las características psicológicas, sociológicas y pedagógicas del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo; sobre los objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación especialmente los que conforman el currículo de Educación Primaria; Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa; Principales técnicas de enseñanza-aprendizaje.
- desarrollar habilidades 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.

Respecto a las competencias específicas de la mención de Educación Física, se han desarrollado las siguientes competencias:

- conocer los contenidos específicos de la especialidad referidos al desarrollo psicomotor del niño de 6 a 12 años,
- desarrollar en los alumnos las capacidades y habilidades motoras, seleccionando, construyendo y adaptando los espacios y materiales a sus necesidades y garantizando la seguridad en el desarrollo de las actividades,
- saber utilizar el juego motor como recurso educativo y como contenido de enseñanza en Educación Física,
- 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.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Uso de los deportes alternativos en Educación Primaria

La inclusión de los deportes alternativos como contenido de Educación Física es un tema de debate en la actualidad, ya que puedes encontrar tanto defensores de este tipo de deportes como detractores. Los detractores se quejan principalmente del poco conocimiento o falta de información que tienen de ello, por ese motivo justifican su poca inclusión. Lo podemos ver en la investigación de Robles, Abad, Castillo, Giménez y Robles (2013) buscando los factores de la poca presencia de la expresión corporal en la enseñanza secundaria según el profesorado de Educación Física.

Esta investigación anteriormente mencionada no está relacionada con los deportes alternativos, pero desde mi punto de vista la poca inclusión de ambos se debe al mismo factor, la poca formación del profesorado. Además, la investigación trata con profesorado de Educación Secundaria pero estos contenidos también se aplican en Educación Primaria y el principal motivo de su poca inclusión es el mismo, la poca formación del profesorado en estos temas. Además, en una pregunta de la investigación decía si el docente selecciona los contenidos por ser los que más conoce y domina el propio docente, obteniendo un 47'5% que estaba de acuerdo y un 6'7% que estaba totalmente de acuerdo con esa afirmación. Al igual que si el material y las instalaciones del centro condicionan la elección de contenidos,

obteniendo un 56'7% que estaba de acuerdo y un 31'7% que estaba totalmente de acuerdo. Por estas razones, creemos que se pueden sacar las mismas conclusiones para ambos contenidos, quién no utiliza los deportes alternativos es porque no los conoce o domina lo suficiente para poder aplicarlo, aunque también puede ser por la falta de material o por culpa de que las instalaciones no permitan el desarrollo de estos deportes, aunque el motivo de las instalaciones y el material lo desmentiré más adelante y solo nos quedaremos con que hay docentes que no lo utilizan debido a su falta de conocimiento sobre ellos. Siguiendo con la investigación, hay un factor muy favorable para la inclusión de los deportes alternativos, ya que un 57'6% estaba de acuerdo con que los docentes seleccionan los contenidos por ser novedosos y motivadores para los alumnos y un 8'5% estaba totalmente de acuerdo. Además, desde mi punto de vista este contenido es bastante novedoso y puede resultar muy motivador para el alumnado conseguir el reto de poder practicarlo y entender su táctica y estrategia.

Para Ruiz (1991, citado por Barbero 2000) los juegos y deportes alternativos no han sido muy utilizados en las aulas debido a estas tres razones:

- El desconocimiento de los deportes alternativos por parte del profesorado de Educación Física.
- No son juegos o deportes habituales en el entorno del alumnado.
- Son juegos relativamente nuevos que necesitan promoción.
- Además, podríamos añadir que cada vez surgen más deportes alternativos y no puedes conocer a la perfección todos y más aún cuando son de reciente creación.

Indagación del concepto deportes alternativos

Para conocer el significado de deportes alternativos comenzamos con la definición de deporte que podemos encontrar en la RAE. Dentro de la RAE encontramos dos acepciones:

1. Actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.
2. Recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre.

Dentro de estas dos acepciones encontramos cosas que nos interesan, dentro de la primera, para explicar los deportes alternativos solo quitaría la frase de “cuya práctica necesita entrenamiento” porque como ya veremos más adelante, estos deportes utilizan habilidades muy sencillas y no se necesita una técnica muy depurada como en los deportes tradicionales. Después con la segunda, no quitaremos nada, pero si añadiríamos algo que incluye la primera acepción que es que todos los participantes están sujetos a unas normas. Como vemos, no podría elegir una u otra sino que me quedaré con las dos ya que se complementan. Ahora pasaremos a la definición de alternativo por la RAE. Una vez buscamos alternativo en la

RAE, nos salen 10 acepciones por lo que solo voy a poner en el documento las dos que más tienen que ver con los deportes alternativos y que cumplen con el significado de deportes alternativos. Estas dos acepciones son:

1. Capaz de alternar con función igual o semejante.
2. En actividades de cualquier género, especialmente culturales, que difiere de los modelos oficiales comúnmente aceptados.

La primera acepción tiene mucho que ver con la función que cometen los deportes alternativos, ya que lo que quieren es cumplir con una función semejante a los deportes tradicionales, ya que quieren que se siga haciendo actividad física pero que sea diferente a los modelos tradicionales o comúnmente aceptados (aquí entraría la segunda acepción). A raíz de esto y de las definiciones de deportes alternativos que nos da Barbero (2000):

“Todo aquel que se diferencia al tradicional, ya sea por el uso de un material diferente cuyo fin inicial no era la utilización actividad físico-deportiva, o bien pese a que ese si fuera su fin, se utiliza de forma diferente para la que fue diseñado originalmente.”

y También la que nos da Hernández (2007) “aquel conjunto de deportes que, en contraposición con los modelos convencionales comúnmente aceptados, pretenden lograr un mayor carácter participativo y/o un explícito desarrollo de valores sociales, a través de modificaciones reglamentarias y/o la utilización de material novedoso”.

Los Deportes alternativos son un conjunto de deportes que se diferencian de los tradicionales por el uso de material diferente y pretenden conseguir una mayor participación del alumnado, un desarrollo de valores sociales, además de utilizar modificaciones reglamentarias (y el material novedoso) para que el alumnado descubra por su propia cuenta, a través de realizar respuestas motrices mediante un sistema de análisis y toma de decisiones.

Además, tiene otra diferencia más porque siguiendo la definición de deporte que nos aporta Parlebas, (1981, citado por Corrales 2010) una situación motriz de competición institucionalizada. En muchos de los deportes alternativos no hay ese tipo de competición ni federaciones, ya que son adaptaciones de otros deportes como rugby tag o el floorball o son deportes en los que el resultado no tiene mucha importancia y se hace hincapié en la participación de todos. Por eso, puede tener muchos aspectos positivos su desarrollo en el ámbito educativo. Aunque como afirma Requena (2008, citado por Fierro, Haro y García 2016) estos deportes si pueden presentar competición, pero la competición no es el principal objetivo, ya que se busca más la cooperación que la competición. También debido a esto

sabemos que los deportes alternativos comparten características con los deportes cooperativos.

Origen de los deportes alternativos

Los deportes alternativos en España según Dalmau y Peire (s.f, citado por Fierro, Haro y García 2016) empieza a considerarse una corriente innovadora en los años 80 destacando el importante papel que ejerció la Federación Internacional del Deporte para todos (institución internacional con sede en Bélgica y delegaciones en diferentes países del mundo, que tiene como objetivo difundir los beneficios que traen consigo los deportes y la actividad física para todas las personas). Aunque en contraposición con Dalmau y Peire, Jiménez (2010, citado por Fierro, Haro y García, 2016) propone que la aparición de los deportes alternativos en España se debe a los seminarios de INEF en Madrid en la década de los 90. Estos seminarios se llamaron “Deportes alternativos para el año 2000” y luego su nombre evolucionó a “Juegos y deportes alternativos”. Estos seminarios tenían como objetivo renovar los programas de Educación Física y acercar el concepto de “deporte para todos” gracias al uso de nuevos hábitos deportivos.

Después de ver cuando llegaron los deportes alternativos a España, vamos a seguir hablando de su origen ya que como afirma Requena (2008, citado por Fierro, Haro y García 2016) todos estos deportes tienen un motivo de nacimiento común que fue la gran institucionalización de los deportes tradicionales, centrada en el alto rendimiento. Debido a este motivo se crean juegos y deportes que involucren al alumnado en la actividad física sin importar sus capacidades físicas. Pero ¿Estos juegos y deportes son de nueva creación? Según Ortí (2004,citado por Fierro, Haro y García 2016) muchos de estos juegos y deportes no son nuevos, sino que han sido desarrollados en otros ámbitos como el ámbito de la animación (en el caso de los malabares) o en el ámbito recreativo (como es el caso de la petanca y las palas).

Ventajas, razones y objetivos de la inclusión de los deportes alternativos en la Educación Física escolar

Según Ortí el aspecto novedoso es la inclusión de estos juegos y deportes en el currículo de Educación Física y afirma que estos juegos y deportes tienen ciertas ventajas frente a los contenidos tradicionales. Estas ventajas son que ofrecen numerosas posibilidades educativas, recreativas, de ejercicios y de diversión frente a las actividades rutinarias, poco motivantes y repetitivas de los deportes tradicionales. Arráez (1995, citado por Barbero 2000) argumenta una serie de razones para incluir estos nuevos contenidos en el currículo de Educación Física, entre las que destacan:

- Se pueden practicar en el medio escolar por escasas e inadecuadas que sean las instalaciones.
- Presentan un fácil aprendizaje desde su iniciación, debido a que son habilidades sencillas que provocan de inmediato el paso a una situación real de juego.
- Se pueden practicar sin distinción de sexo o edades porque el nivel del grupo suele ser bastante homogéneo y entra la coeducación como uno de los valores a destacar en la utilización de estos contenidos.
- Tiene una intensidad moderada, ya que se valora más la dimensión cooperativa que la competitiva.
- La fácil accesibilidad a los materiales por tema económico o por su fabricación casera. Pelotas, frisbees, indiacas, sticks, etc. No resultan un desembolso muy grande para los departamentos de Educación Física de los centros educativos.
- Permite la evaluación del alumnado desde cero debido al desconocimiento que tienen los alumnos con estas actividades.

Aunque como afirma Barbero (2000):

“Aunque este tipo de actividades brindan la posibilidad al profesor y los alumnos de romper la monotonía y rutina de las clases de E.F. basadas en programas impregnados en el modelo deportivo, orientadas, casi exclusivamente, hacia el rendimiento, entendemos que la práctica de los deportes tradicionales no debe abandonarse.”

Además, debemos tener en cuenta los objetivos que quiere alcanzar la corriente asociada a los deportes alternativos dentro de la Educación Física escolar, entre los que podemos destacar:

- Realizar actividades con un material diferente que normalmente se realizan con un material convencional, pero carecemos de este o de posibilidades para adquirirlo.
- Desarrollar la creatividad para reciclar y utilizar todo tipo de material de nuestro entorno en las clases de Educación Física.
- Sacar el máximo partido posible al material que tenemos realizando actividades diferentes con un material convencional.
- Investigar y descubrir nuevos tipos de uso en materiales que no son específicos del área de Educación Física.

Clasificación de los deportes alternativos

Después de conocer los objetivos principales que tiene la corriente de los deportes alternativos, vamos a pasar a ver una clasificación de los deportes alternativos. Estos juegos y deportes tienen muchas clasificaciones, basándose en la edad, el tipo de terreno, número de

participantes, etc. Almond (1986, citado por Barbero 2000) presenta una clasificación basada en la problemática del juego, los principios y aspectos tácticos y sus características e intenciones básicas. Por lo tanto obtenemos estas cuatro categorías:

- Juegos deportivos de blanco o diana: como el golf, los bolos, datchball, disc golf etc. Estos juegos y deportes consisten en lanzar un móvil o volante y que alcance con la mayor precisión posible y con el menor número de intentos el objetivo u objetivos, ya que puede haber más de uno.
- Juegos deportivos de campo y bate: béisbol, fútbolbéisbol, softball, cricket, etc. Estos juegos y deportes consisten en que un equipo lance el móvil o los móviles dentro del espacio de juego con el objetivo de que sea devuelto o recogido lo más tarde posible por el otro equipo, mientras que el equipo que lanza el móvil realiza movimientos en una determinada zona.
- Juegos deportivos de cancha dividida o red y muro: raquetball, frontón, Big ball, shuttleball, etc. Estos deportes y juegos pueden ser de oposición (individuales) o de cooperación-oposición (en equipos) y consisten en lanzar un móvil al espacio de juego del rival sin opción a que la devuelvan o que la devuelvan fuera del campo de juego.
- Juegos deportivos de invasión: floorball, rugby-tag, Ringol, colpbol, etc. Juegos y deportes que tienen como objetivo alcanzar la meta del equipo contrario con un móvil el mayor número de veces posible, intentando evitar que el rival consiga llegar el mismo número de veces a nuestra meta.

5. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

La propuesta didáctica que aquí se propone se centra en tres deportes alternativos: el colpbol, el datchball y el rugby-tag, para los que no es necesario tener ningunas habilidades específicas más allá de las básicas de lanzamiento y golpeo. La propuesta consta de 12 sesiones y está pensada para desarrollar en 3º y 4º de Primaria, en una aula de 18 personas a mediados del segundo cuatrimestre y principios del tercero.

5.1 LEGISLACIÓN EDUCATIVA

En cuanto a la legislación educativa, esta unidad didáctica sigue los contenidos desarrollados en el currículo educativo del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, y el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación

primaria en la Comunidad de Castilla y León. Más concretamente, desarrolla algunos contenidos del bloque 3 de educación física “Resolución de problemas en situaciones motrices” centrándonos sobre todo en el desarrollo de la práctica predeportiva y la toma de decisiones.

5.2 OBJETIVOS

Los objetivos generales que pretendemos conseguir son:

- Dar a conocer la cantidad de deportes alternativos existentes y las múltiples posibilidades de actividades dentro del área de Educación Física.
- Favorecer la participación del alumnado dentro del área de Educación Física.
- Utilizar metodologías activas dentro del área de Educación Física.
- Innovar con estas actividades las programaciones del área de Educación Física.
- Mostrar las ventajas que obtenemos a través del uso de los deportes alternativos.

Los objetivos de etapa que se pretenden conseguir son:

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, actitudes de confianza en sí mismo, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje.
- Utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

5.3 COMPETENCIAS CLAVE

Las competencias clave que se pretenden alcanzar son:

Competencia en comunicación lingüística: se desarrolla esta competencia debido a que estos deportes son de equipo y tenemos que estar en constante comunicación con los componentes de equipo ya sea para comunicar nuestra posición en el campo, para elaborar estrategias, dar nuestra opinión, comunicar nuestras emociones o sensaciones, etc.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería: se desarrolla esta competencia debido a que los alumnos deben tener en cuenta los defensores que hay en cada zona, y a raíz de eso deberá elaborar estrategias para poder resolver la situación en la que se encuentran. Es muy importante en estos deportes saber si se está en superioridad numérica e incluso queremos que se den cuenta de que la salud tiene una estrecha vinculación con la actividad física.

Competencia personal, social y de aprender a aprender: se desarrolla esta competencia debido a que los alumnos serán conscientes de sus emociones y comportamientos ante posibles situaciones de conflicto, aprenderá progresivamente a controlarlos, desarrollará hábitos de trabajo en equipo y asumirá responsabilidades individuales. Además, con estos deportes desarrollamos valores como el respeto entre iguales, compañerismo, capacidad de sacrificio, etc. Estos valores les permitirán participar de manera activa y democrática en la vida social y cívica.

5.4 Competencias específicas

Las competencias específicas que se desarrollan en esta propuesta didáctica son:

- 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.
- 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.
- 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.
- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

5.5 CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL

En cuanto a los contenidos de carácter transversal debemos de destacar la educación en valores que estos deportes pueden transmitir. Estos valores sirven para cualquier área educativa y para nuestra vida en general para resolver conflictos, mejorar nuestras relaciones interpersonales y para actuar como mejores ciudadanos en un futuro. Además podemos incluir el área de lengua castellana y las matemáticas, ya que en estos deportes vamos a tener que realizar constantemente conteos, elaboraciones de estrategias, comunicación de las estrategias en el menor tiempo posible y de la manera más eficaz posible, comunicación de nuestra posición en el campo, si estamos en desventaja numérica, etc.

5.6 CONTENIDOS DE APRENDIZAJE

Los contenidos de aprendizaje que hemos seleccionado para esta unidad didáctica son:

- Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar actividades físico-deportivas.
- Toma de decisiones: ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. 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. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas.
- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos.
- Concepto de deportividad.
- Usos comunicativos: comunicación de ideas simples.
- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de nuevas habilidades motrices. Aplicación de habilidades motrices básicas y específicas en la resolución de situaciones de juego de creciente complejidad motriz.
- Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.

- Acciones motrices (individuales, de oposición, de cooperación y de cooperación/oposición): Práctica de habilidades motrices específicas: gimnásticas, atléticas y/o predeportivas. Valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la relación con los demás y la aceptación del resultado. Estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego.

5.7 METODOLOGÍA

En cuanto a la metodología que vamos a emplear en esta propuesta didáctica, nos vamos a basar principalmente en el modelo de enseñanza comprensiva del deporte, asignación de tareas y descubrimiento guiado. Se ha seleccionado estas metodologías porque se pueden adaptar de manera perfecta al contenido de los deportes alternativos, ya que estas metodologías nos van a permitir perfeccionar la técnica y entender la táctica a través de juegos modificados, va a permitir a los alumnos aprender a través del disfrute, les va a permitir indagar y tomar decisiones para encontrar la solución, además de que les vamos a asignar tareas bajo nuestra supervisión y les podemos dar las recomendaciones necesarias pero vamos a intentar que el alumnado vaya desarrollando su autonomía y que aprendan a través de sus decisiones.

En cuanto al modelo de enseñanza comprensivo del deporte, este modelo pretende enseñar los principios de cada deporte para que los alumnos conozcan y entiendan la estructura, la táctica y la técnica necesaria para poder realizar el deporte presentando contextos y experiencias similares al juego definitivo a través de juegos modificados o en situaciones relacionadas con el juego definitivo. Como mencionan Gray y Sproule (2011, citado por Abad Robles, Benito Peinado, Gimenez Fuentes-Guerra y Robles Rodriguez 2013) El fin de la enseñanza comprensiva es desarrollar la comprensión del juego a través de la conciencia táctica y de la apreciación del juego lo que ayudará a los alumnos a ser más competentes. En este modelo damos prioridad al alumnado, utilizamos el juego modificado como principal herramienta de aprendizaje, se dan paradas de reflexión cortas durante los juegos para que los alumnos hablen con un lenguaje apropiado y reflexionen sobre la táctica y sobre si están tomando las decisiones adecuadas y por último, no solo se basa en que el alumno repita o

ejecute gestos técnicos sino también en que tomen decisiones y adquieran los principios tácticos del deporte en cuestión. También este modelo tiene como objetivos que el alumno sepa aplicar sus conocimientos en diferentes contextos de juego, enseñar al alumnado a ser autónomo del docente, que sepan elegir soluciones adecuadas al contexto y a sus capacidades y por último, a formar espectadores cultos, es decir, personas que entiendan la problemática del juego para aumentar el disfrute con su observación.

En cuanto a la asignación de tareas y el descubrimiento guiado, también buscan más la autonomía por parte del alumnado, aunque el docente conserve su poder de decisión, es decir, el docente es quién determina los objetivos, quien planifica y evalúa, además de supervisar las actividades y dar alguna recomendación, pero vamos a intentar que sea el alumno el cuál marque el ritmo de ejecución y el que llegue a esas respuestas, aunque nosotros les vayamos dando pistas o indicios (Hernández Nieto, 2009). Para esto nosotros como docentes, debemos plantear la actividad como un reto, provocar la reflexión e indagación al alumnado para llegar a la respuesta (además de dar un refuerzo positivo en caso de ser correcta) y facilitar la información necesaria y el alumno irá dando respuestas que tendrán una evaluación inmediata.

5.8 SESIONES DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

Dentro de la propuesta didáctica tendremos cuatro sesiones dedicadas a cada deporte, haciendo un total de 12 sesiones.

Sesión 1 (Colpbol)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy y que es el colpbol. (5 minutos)

Puesta en acción: juego del cazador. Este juego consiste en un pillar-pillar con balón de colpbol (como vemos en el anexo imagen 1) en el que la van a ligar dos personas, estas dos personas se tienen que ir pasando el balón mediante golpes de colpbol para intentar dar a otras personas, ya que el portador del balón no puede moverse. Si pillan a más personas se convierten en cazadores también. (10 minutos).

Parte principal:

- Recoger la casa: dividimos el polideportivo en dos campos y a los alumnos en dos equipos. Además, repartimos un número igual de balones a cada equipo y cuando comience la actividad los alumnos tendrán que enviar sus balones hacia el otro campo mediante golpes de colpbol. Daremos un tiempo por ronda de 4 minutos, cuando

acabe este tiempo el equipo que más balones tenga en su campo perderá. (15 minutos).

- Entrar al cuadrado: dividimos a los alumnos en equipos de 5 personas. Haremos uno o varios cuadrados con conos (en función de los equipos que haya), un equipo estará dentro del cuadrado defendiendo y otro equipo estará fuera del cuadrado atacando. El equipo que está fuera tendrá un balón y su objetivo es intentar mover a la defensa mediante pases y conseguir entrar en el cuadrado con el balón, además la persona portadora del balón solo puede dar dos pasos. Si el defensor toca al portador del balón, el juego se reiniciará. El equipo atacante tendrá 4 minutos para intentar entrar en el cuadrado, si se agota el tiempo se cambiarán los roles. (15 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (15 minutos).

Sesión 2 (colpbol)

Asamblea inicial: Ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos)

Puesta en acción: ladrones de diamantes. En esta actividad ligarán 3 personas, el resto de alumnos deberán evitar que esas tres personas les toquen cuando tengan el balón. Solo habrá un balón y los alumnos se lo irán pasando mediante golpes de colpbol, si uno de los que ligan consigue tocar a un ladrón cuando tenga el balón, ese ladrón pasará a ligar también. Pero si los ladrones dan un mal pase y los que ligan consiguen hacerse con el balón se cambiará a todas las personas que ligan. (10 minutos).

Parte principal:

- La pared: dividiremos a los alumnos en grupos de 3 o 4 personas y daremos un balón de colpbol a cada grupo. Colocados en fila, el primero golpeará la pelota contra la pared y el segundo tendrá que intentar cogerla antes de que de dos botes, luego el segundo golpeará y el tercero tendrá que recibir, y así sucesivamente. Si vemos que a algún grupo le parece muy sencillo, iremos reduciendo el número de botes o que no esté permitida coger la pelota. (15 minutos).
- Golpeos variados: en esta actividad los alumnos se dividirán en grupos de 4 o 5 personas y cada grupo contará con una pelota. Utilizando las porterías y unas que crearemos nosotros con picas y ladrillos. Habrá un portero, que se irá cambiando cada ronda, y el resto tendrán que ir lanzando e ir viendo como es la mejor forma de lanzar o como ellos agarran el balón mejor, etc. (15 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (15 minutos).

Sesión 3 (Colpbol)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos).

Puesta en acción: patito mareado. Dividimos a los alumnos en grupos de 5 y les damos un balón a cada grupo. Una persona estará en el medio y los otros 4 alumnos se estarán dando pases utilizando el golpeo de colpbol, si la persona del medio intercepta el balón pasará al medio dicha persona, además si la persona del medio toca a la persona que tiene el balón también se cambiarán. (10 minutos).

Parte principal:

- El juego de los 5 pases: dividimos a los alumnos en 2 equipos, uno de los equipos empezará atacando y el otro defendiendo. Si el equipo atacante consigue 5 pases obtendrá un punto y se hará un cambio de posesión. El equipo defensor puede robar la posesión si intercepta un pase. si vemos que resulta muy sencillo subiremos la cantidad de pases. (15 minutos).
- Tennis-colpbol: en esta actividad dividimos a los alumnos en 4 equipos y el polideportivo en dos canchas de “tenis”. En cada cancha habrá dos equipos que competirán en un partido con reglas de tenis, es decir, si la pelota bota dos veces en mi campo es punto para el otro equipo, tengo que superar la red, etc. Pero los golpes tienen que ser de colpbol y no se puede agarrar la pelota. Iremos rotando a los equipos cada cierto tiempo. (15 minutos).

Vuelta a la calma: realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (15 minutos).

Sesión 4 (colpbol)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos)

Puesta en acción: pillar-pillar con balón. Unos alumnos ligarán y tendrán que pillar al resto usando el golpeo de colpbol. (10 minutos).

Parte principal: Partido adaptado de colpbol. Dividimos a los alumnos en 4 equipos y hacemos dos adaptaciones de canchas de colpbol oficiales (como vemos en el anexo imagen

2) en el polideportivo. Los equipos irán jugando partidos contra los otros equipos. (35 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (10 minutos).

Sesión 1 (datchball)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy y que es el datchball. (5 minutos).

Puesta en acción: el juego del cazador. 3 alumnos ligarán y llevarán una pelota de datchball (como vemos en el anexo imagen 3) consigo que se irán pasando mediante lanzamientos, ya que el portador del balón no puede moverse. Su objetivo es ir pillando al resto de alumnos y lo tienen que hacer lanzando la pelota y dando a un alumno, una vez es pillado se une al grupo de cazadores. (10 minutos).

Parte principal:

- Pelota sentada: se reparte a los alumnos por el espacio y se lanza una pelota. En el momento que alguien coge la pelota todo el mundo se tiene que detener y el portador del balón puede dar tres pasos como máximo. En caso de dar a otro alumno, este alumno se sentará en el sitio y si la pelota pasa por su lado y la coge revivirá. Podemos ir introduciendo más balones. (15 minutos)
- Derribar los castillos: dividiremos a los alumnos en 4 o 5 grupos y haremos las mismas postas que los grupos. En cada posta habrá distintos objetos e irán cambiando la altura. los alumnos tendrán que derribar todos los objetos y ellos mismos verán como es la mejor manera de lanzar para cada uno. (15 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (15 minutos).

Sesión 2 (datchball)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos).

Puesta en acción: el congelador. En esta actividad ligarán dos personas y cada uno tendrá un balón. El resto de alumnos estarán repartidos por el espacio, cuando comience el juego “los congeladores” lanzarán sus balones y si dan a algún alumno, este se parará con las manos en la cabeza y las piernas abiertas y solo podrá moverse si algún alumno vivo pasa entre sus piernas. (10 minutos).

Parte principal:

- Tiro al aro: En esta actividad dividiremos a los alumnos en 2 grupos. Cada grupo estará en frente de una espaldera que tendrá atados distintos aros de distinto tamaño. Los alumnos irán lanzando las pelotas de uno en uno y obtendrán una puntuación por ello (si no se mete en ningún aro 0 puntos, si se mete en uno grande 1 punto y si se mete en uno pequeño 3 puntos). Cuando acabe el tiempo, se hará un recuento de puntos. (15 minutos).
- Recoger la casa: en esta actividad dividiremos a los alumnos en dos equipos y repartiremos pelotas a cada equipo. Los equipos tendrán que lanzar las pelotas al otro campo, cuando acabe el tiempo el equipo que tenga más balones en su campo perderá. (15 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (15 minutos).

Sesión 3 (datchball)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos).

Puesta en acción: patito mareado. En esta actividad dividimos a los alumnos en equipos de 5 personas. 4 personas formarán un cuadrado y la otra persona estará dentro del cuadrado. Las personas que están fuera se irán pasando la pelota y la persona del medio tendrá que interceptar un pase o tocar a la persona que tenga el balón, si ocurre esto la persona del medio se cambiará. (10 minutos).

Parte principal:

- Muerte: en esta actividad haremos un espacio grande en el que meteremos a todos los alumnos excepto a dos, que estarán colocados en dos extremos opuestos. Los dos alumnos que están fuera tendrán un balón, estos tendrán que lanzarlo para ir eliminando a los alumnos, aunque si lo cogen en el aire obtendrán una vida con la que podrán salvar a los eliminados. Si solo queda un alumno, los otros dos tendrán diez lanzamientos para poder eliminarlo, y si sobrevive habrá ganado. (15 minutos).
- Batalla de balones: en esta actividad dividimos a la clase en dos equipos y hacemos dos campos separados con bancos suizos, Cada jugador empieza con un balón y cuando comience el juego, el objetivo es dar a los jugadores del otro equipo sin cruzar los bancos, aunque sí pueden subirse encima de ellos. Cuando den a un jugador, esté no estará eliminado sino herido, seguirá jugando de rodillas en el lugar en el que le

han dado y podrá volver a ponerse de pie cuando coja un balón en el aire. Además introduciremos los conceptos de la línea blanca y línea roja del datchball para acortar el campo. (15 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (15 minutos).

Sesión 4 (datchball)

Asamblea inicial: ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos).

Puesta en acción: ladrones de diamantes. En esta actividad ligarán 3 personas y el resto tendrán que ir pasándose una pelota. Si uno de los que liga toca al portador del balón se cambian los roles, además el portador del balón no se puede mover. (10 minutos).

Parte principal: partidos de datchball. Dividimos a los alumnos en 4 equipos y hacemos 2 canchas de datchball (como vemos en el anexo imagen 4). Los equipos irán jugando partidos contra los demás equipos. (35 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (10 minutos).

Sesión 1 (rugby-tag)

Asamblea inicial: Ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy y que es el rugby-tag. (5 minutos)

Puesta en acción: pilla- pilla con balón. Se trata de un pilla-pilla normal solo que la persona o personas que ligen llevarán un balón de rugby (como vemos en el anexo imagen 5) en las manos. (10 minutos).

Parte principal:

- **Balón caliente:** los alumnos se pondrán por parejas. Se irán moviendo por el espacio y cada vez que el profesor diga deberán realizar un pase a su compañero. Cuando se haya asimilado y casi no se caigan balones se irán introduciendo variantes como primero agacharse y luego pasar, saltar y luego pasar, tocar una pared y después pasar, etc. (15 minutos).
- **Reflejos:** los alumnos se pondrán por parejas, uno enfrente del otro y con un balón en el medio. El profesor irá diciendo partes del cuerpo y los alumnos deberán tocar esas partes, cuando el profesor diga ya quién coja el balón antes ganará. (15 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (10 minutos).

Sesión 2 (rugby-tag)

Asamblea inicial: Ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos)

Puesta en acción: Araña con balón. Se trata del juego de la araña solo que quien ligue llevará un balón en las manos. (10 minutos).

Parte principal:

- Aprender a ensayar: hacemos un cuadrado con conos y organizamos a los alumnos por parejas. Los alumnos se irán pasando el balón hasta que el maestro grite "try" y señale una línea del cuadrado, entonces los alumnos que tengan balón deberán ir a la línea que el maestro ha señalado y posar el balón. (15 minutos).
- Recoger la casa: organizamos a los alumnos en dos equipos y cada equipo tiene su base. En el espacio estarán los balones dispersos, cuando el juego comience los alumnos deberán llevar los balones de uno en uno a su respectiva base, una vez que no queden balones en el espacio podrán robarle al otro equipo. En ningún momento se pueden defender los balones. Al tratarse de un juego de vuelta a la calma se hará andando.

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (10 minutos).

Sesión 3 (rugby-tag)

Asamblea inicial: Ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos)

Puesta en acción: Octopus con balón. una persona la liga y el resto está en el extremo del frente. La persona que liga puede desplazarse para delante y a los lados pero no puede volver hacia atrás, si pilla a alguien se unirá a él como octopus hasta que haya 4 octopus, luego se quedarán parados en el sitio que les han pillado y podrán pillar a sus compañeros sin moverse. Los alumnos no podrán volver a salir hasta que el octopus llegue al otro extremo y de la salida. (10 minutos).

Parte principal:

- 2 vs 1: en esta actividad haremos varios cuadrados con conos y dividiremos a los alumnos en los cuadrados. En cada cuadrado habrá dos filas, una de ataque y otra de

defensa. Cuando el pasador diga ya saldrán los tres jugadores, los dos atacantes tendrán que resolver la situación y el defensor intentar frenar el ataque. (10 minutos).

- Cazadores y conejos: organizamos a los alumnos en 6 o 5 equipos. Un equipo empezará ligando y se pondrá en tres niveles distintos. El equipo que liga se desplaza igual que en el juego de la araña. Los demás equipos irán saliendo de uno en uno (primero un equipo, luego otro, etc.) y depende los niveles que superen obtendrán determinados puntos (1 punto el primer nivel, 2 el segundo nivel y 4 el último nivel). Las personas que ligan solo pueden pillar a quien tiene el balón, pero solo contará como nivel superado si el balón llega al siguiente nivel. Se puede pasar. (20 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más. (10 minutos).

Sesión 4 (rugby-tag)

Asamblea inicial: Ponemos a los alumnos en círculo, les saludamos y pasamos a explicar qué vamos a realizar el día de hoy. (5 minutos).

Puesta en acción: Los tres cuadrados. En esta actividad dividiremos a los alumnos en dos equipos y hacemos tres cuadrados de diferentes colores. Cuando comienza el juego, el equipo que tiene el balón puede sumar puntos si logra 10 pases o si llegan a ensayar en el cuadrado que el profesor haya mencionado. La posesión cambiará cuando se caiga el balón, hagan 10 pases o ensayen en un cuadrado. (10 minutos).

Parte principal: Partidos de rugby-tag. Dividiremos a los alumnos en equipos, daremos a cada uno su cinturón con cintas de rugby-tag (como puede verse en el anexo imagen 6) haremos varias adaptaciones de campos de rugby oficial (como puede verse en el anexo imagen 7) para poder jugar. Los equipos irán jugando partidos hasta que se enfrenten todos contra todos. (35 minutos).

Vuelta a la calma: Realizaremos unos ejercicios de relajación y respiración, para después hacer un pequeño balance de la sesión sobre qué han aprendido o que les ha gustado más, además de realizar un cuestionario de autoevaluación. (10 minutos).

5.9 RECURSOS ESPACIALES, TEMPORALES Y MATERIALES

Esta propuesta didáctica se desarrolla en 12 sesiones de 1 hora, estando la estructura de las sesiones detalladas en el apartado de actividades, en cuanto a cómo se divide la sesión y cuánto tiempo dura cada parte. En cuanto a los recursos espaciales necesitaremos una cancha

polideportiva. Para terminar, en cuanto a los recursos materiales necesitaremos pelotas de colpbol, de datchball y de rugby, un cronómetro, conos, picas, ladrillos, petos, cinta, aros, bancos suecos, cuerdas y cinturones y cintas de rugby-tag.

5.10 EVALUACIÓN

En cuanto a la evaluación, primero vamos a hablar de los criterios de evaluación que hemos seleccionado para nuestra propuesta didáctica. Estos son:

- Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable.
- Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.
- Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.
- Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones negativas que surjan en contextos de actividad motriz.
- Respetar las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.
- Desarrollar habilidades sociales de ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas.
- Participar activamente en juegos motores contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.

El modelo de evaluación que se va a llevar a cabo se trata de una evaluación formativa, basándose en la retroalimentación constante con el alumnado durante el desarrollo de las actividades para regular su proceso de enseñanza aprendizaje y adaptar o ajustar las situaciones de aprendizaje al servicio de los alumnos, además de tener gran fijación en el proceso evolutivo de los alumnos. Como menciona Lopez Pastor (2006, citado por Fernández Gacimartín, López Pastor y Pascual Arias 2019) este sistema de evaluación utiliza una serie de instrumentos y técnicas para evaluar de forma completa y coherente basado en el diálogo y

el intercambio de ideas para mejorar los procesos de enseñanza y aprendizaje de los alumnos y el maestro. Además, también habrá una evaluación sumativa, mediante una rúbrica de evaluación que responderá el profesor y una rúbrica de autoevaluación en la que ellos mismos valorarán si han conseguido los objetivos que hemos propuesto. Para terminar, habrá una evaluación compartida mediante un diálogo individual entre el alumno y el profesor para determinar los resultados que ha obtenido. En cuanto a los instrumentos y técnicas de evaluación que se muestran en la Tabla 1 tenemos:

Técnicas	Instrumentos
Observación	Registro anecdótico. Es un instrumento de evaluación basado en la técnica de observación el cual permite registrar procesos de aprendizaje en el momento en el que se manifiestan. Cuaderno del profesor. Es un instrumento en el cuál el profesor anota los hechos más relevantes de la sesión y sus reflexiones para poder mejorar en la siguiente sesión.
Autoevaluación	Rúbrica de autoevaluación. Es un instrumento de evaluación utilizado para que los alumnos valoren si ellos mismos han conseguido los objetivos que hemos propuesto.
Evaluación compartida	Rúbrica de evaluación. Cada alumno después de autoevaluarse comparará los resultados obtenidos con los que ha obtenido el profesor, después de un diálogo individual llegarán a una conclusión.

Tabla 1: Instrumentos y técnicas de evaluación empleadas

También una Rúbrica de autoevaluación, como se muestra en la Tabla 2:

Nombre:	Niveles de desempeño				
Ítems a evaluar	1. Bastante de acuerdo	2. Muy de acuerdo	3. De acuerdo	4. En desacuerdo	5. Bastante en desacuerdo
Reconozco mis propias capacidades y las de mis compañeros y acepto las diferencias existentes sin discriminar a nadie.					
Tomo decisiones en las situaciones que se requieren y participo con mi equipo.					
Participo activamente en las actividades que se plantean.					
Soy capaz de controlar mis emociones en las diferentes actividades.					
Respeto las reglas del juego y actúo con deportividad.					

Ayudo a mis compañeros y coopero para poder conseguir el objetivo propuesto.					
Conozco los aspectos básicos del reglamento de estos deportes.					
Reconozco la actividad física como una forma de ocio disfrutable y saludable.					

Tabla 2: Rúbrica de autoevaluación

5.11 EXPOSICIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

En cuanto a los resultados de la propuesta de intervención podemos decir que los alumnos disfrutaron bastante con las sesiones que realizamos, dando a conocer estos nuevos deportes que eran desconocidos para la mayoría de los alumnos que participaron. En cuanto al colpbol, encontraron bastantes similitudes con el balonmano en los aspectos tácticos, aunque las reglas sean bastante diferentes. También la mayoría de alumnos adquirieron rápidamente los aspectos técnicos ya que eran muy sencillos basándose en la recepción y golpeo con la mano de una pelota. Además, dentro de los aspectos tácticos, aunque encontrarán similitudes con el balonmano cometían errores básicos, como no desmarcarse, que la mayoría de los pases no fueran hacia la portería contraria, egoísmo en situaciones de ventaja, etc. Pero poco a poco se fueron solventando.

En cuanto al datchball, encontraron rápidamente la similitud con el balón prisionero, algo lógico ya que tiene aspectos técnicos y tácticos muy parecidos. Aunque no estuvieron muy de acuerdo con los conceptos de línea roja y línea blanca propios del datchball, ya que no les gustaba que se acortara el campo y fuera más fácil eliminarlos. Para poner en contexto, el campo de datchball se divide en dos partes una para cada equipo y cada equipo debe

permanecer siempre en su zona del campo sin poder pasar a la otra parte. Además dentro de la zona de cada equipo hay dos líneas, una roja y una blanca. La línea blanca se encuentra a 8 metros del centro del campo y según el reglamento oficial se aplica a los 4 minutos del comienzo del juego haciendo que el campo se acorte hasta dicha línea (el campo original sin acortar es de 20 metros totales teniendo cada equipo 10 metros de largo en su zona) y la línea roja se encuentra a 3 metro del centro y según el reglamento oficial se aplica a los 8 minutos del comienzo del juego acortando el campo hasta dicha línea.

En cuanto al rugby-tag, hubo muchas confusiones con el fútbol americano en cuanto vieron los balones ya que guardan bastante similitud, pero difieren bastante tanto en técnica como en táctica. Uno de los aspectos más difíciles de comprender para ellos era que solo se podía pasar hacia atrás, pero a la vez el objetivo principal era avanzar con la pelota y llegar al final del campo. Además, la mayoría de los alumnos cogían el balón en parado dificultando el avance, ya que no entendían que tenían que estar en movimiento a la vez que se mantenían detrás del portador del balón. También se dieron bastantes situaciones en las que el más rápido cogía el balón y quería irse de todos provocando el enfado de las demás personas del equipo que apenas participaba, pero se solventó fácil, poniendo un mínimo de pases si querían conseguir puntos. Para acabar con el rugby, me gustó mucho la gran aceptación que hubo ya que es un deporte que practico y que no está muy extendido en la ciudad, además les animé a que vinieran a probarlo a la academia de equipo R.A.C Lobos de Segovia de la cuál yo también soy monitor.

Una vez terminada la propuesta y habiendo recogido los cuestionarios de autoevaluación del alumnado, me gustaría analizar las respuestas que recogí y la percepción del alumnado de la propuesta. en el primer ítem del cuestionario “reconozco mis propias capacidades y las de mis compañeros y acepto las diferencias existentes sin discriminar a nadie” el 38,9% (7 personas) estaban muy de acuerdo con esto, el 50% (9 personas) estaban de acuerdo y el 11,1% (2 personas) estaban en desacuerdo, además por lo observado, se pueden confirmar estos resultados aunque sí se dieron situaciones aisladas en las que ciertos alumnos no quisieron participar con ciertos alumnos, pero fueron situaciones aisladas. En el segundo ítem “tomo decisiones en las situaciones que se requieren y participo con mi equipo”, el 33,3% (6 personas) estaban bastante de acuerdo con esto, el 22,2% (4 personas) estaban muy de acuerdo, el 16,7% (3 personas) estaban de acuerdo y el 27,8% (5 personas) estaban en desacuerdo, se puede entender este alto porcentaje de personas en desacuerdo ya que en muchas ocasiones se dejaban guiar por ciertos alumnos que solían llevar la voz cantante en sus equipos dejando pocas veces que ellos mismo tomarán las decisiones que veían

oportunas, a parte de que algunas veces se hacían las estrategias que ese cierto grupo de alumnos proponían haciendo que el resto no pudieran proponer una estrategia, aunque esa actitud fue desapareciendo. En el tercer ítem “participo activamente en las actividades que se plantean”, el 44,4% (8 personas) estaban bastante de acuerdo, el 16,7% (3 personas) estaban muy de acuerdo, el 27,8% (5 personas) estaban de acuerdo y el 11,1% (2 personas) estaban en desacuerdo, viendo estos resultados una pequeña parte de la clase no consideraban que estuvieran participando activamente en las actividades pudiendo ser el desencadenante de esto los problemas anteriormente mencionados.

Siguiendo con el cuestionario, en el cuarto ítem “soy capaz de controlar mis emociones en las diferentes actividades”, el 33,3% (6 personas) estaban bastante de acuerdo, el 27,8% (5 personas) estaban muy de acuerdo, el 16,7% (3 personas) estaban de acuerdo, el 22,2% (4 personas) estaban en desacuerdo, esto se puede deber a que algunos alumnos les costaba manejar la frustración en el momento que algo no les salía bien o que no querían participar con ellos, además de los enfados por perder u otras razones, pero en general supieron manejar las emociones. En el quinto ítem “respeto las reglas del juego y actúo con deportividad”, el 33,3% (6 personas) estaban bastante de acuerdo, el 27,8% (5 personas) estaban muy de acuerdo, el 22,2% (4 personas) estaban de acuerdo, el 16,7% (3 personas) estaban en desacuerdo, estos resultados muestran lo que se vivió, ya que por lo general se seguían las normas y se actuaba con deportividad pero en pequeños momentos no seguían las reglas o actuaban mal solo para poder intentar ganar, otra actitud que fue desapareciendo poco a poco. En el sexto ítem “ayudo a mis compañeros y coopero para poder conseguir el objetivo propuesto”, el 5,6% (1 persona) estaba bastante de acuerdo, el 38,9% (7 personas) estaban muy de acuerdo, el 38,9% (7 personas) estaban de acuerdo, el 16,7% (3 personas) estaban en desacuerdo, esta pequeña minoría en desacuerdo se puede deber también a los problemas relacionados con la participación que hemos mencionado anteriormente. En el séptimo ítem “conozco los aspectos básicos del reglamento de estos deportes”, el 16,7% (3 personas) estaban bastante de acuerdo, el 50% (9 personas) estaban muy de acuerdo y el 33,3% (6 personas) estaban de acuerdo, estos resultados muestran lo que se vivió ya que el reglamento básico de cada deporte era dominado y pocas veces se cometían infracciones, salvo en ciertos casos aislados que ya he comentado. En el último ítem “reconozco la actividad física como una forma de ocio disfrutable y saludable”, el 27,8% (5 personas) estaban bastante de acuerdo, el 55,6% (10 personas) estaban muy de acuerdo, el 16,7% (3 personas) estaban de acuerdo, algo satisfactorio porque era uno de los valores que se quería transmitir a los alumnos principalmente.

5.12 CONCLUSIONES DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

Los deportes alternativos son un gran contenido que podemos utilizar dentro del área de Educación Física, aunque muchas veces su inclusión está condicionada por una serie de factores como el desconocimiento de estos contenidos por parte del profesorado, la reciente aparición de estos deportes, su escasa aparición en el entorno del alumnado y la gran cantidad de deportes alternativos existentes. Son deportes nuevos, poco conocidos y que necesitan promoción, además de investigar sus reglas y funcionamiento si queremos incluirlos como contenido dentro de una propuesta.

Aún con esto, estos deportes tienen ciertas ventajas como ofrecer numerosas posibilidades educativas, recreativas y de ejercicios frente a las actividades rutinarias, repetitivas y poco motivantes de los deportes tradicionales. Además de estas ventajas, no podemos olvidarnos de los argumentos que daba Arraez (1995, citado por Barbero 2000) para incluir estos deportes, con los cuáles se está bastante de acuerdo debido a la experiencia vivida con la propuesta de intervención. Estos argumentos son:

- Se pueden practicar en el medio escolar por escasas e inadecuadas que sean las instalaciones.
- Presentan un fácil aprendizaje desde su iniciación, debido a que son habilidades sencillas que provocan de inmediato el paso a una situación real de juego.
- Se pueden practicar sin distinción de sexo o edades porque el nivel del grupo suele ser bastante homogéneo y entra la coeducación como uno de los valores a destacar en la utilización de estos contenidos.
- Tiene una intensidad moderada, ya que se valora más la dimensión cooperativa que la competitiva.
- La fácil accesibilidad a los materiales por tema económico o por su fabricación casera. Pelotas, frisbees, indiacas, sticks, etc. No resultan un desembolso muy grande para los departamentos de Educación Física de los centros educativos.
- Permite la evaluación del alumnado desde cero debido al desconocimiento que tienen los alumnos con estas actividades.

Se consiguieron los objetivos propuestos dando a conocer a los alumnos la gran cantidad de deportes alternativos que hay y las múltiples posibilidades de actividades que podemos realizar dentro del área de Educación Física, ya que la mayoría desconocía estos deportes y nunca los había practicado. También pudimos conseguir que se favoreciera la participación del alumnado, habiendo una gran participación por parte de todos en lo general, aunque como

hemos mencionado anteriormente si hubo momentos aislados en los que hubo casos de egoísmo en el juego o que una parte del alumnado no quisiera participar con ciertos alumnos, etc.

También conseguimos utilizar metodologías activas dentro del área de Educación Física, como el modelo de enseñanza comprensivo del deporte, el descubrimiento guiado y la asignación de tareas. Todo esto gracias a que utilizamos como herramienta principal de aprendizaje el juego modificado para enseñar los principios del deporte en cuestión para que los alumnos conozcan y entiendan la estructura, la táctica y la técnica dejando atrás los típicos ejercicios repetitivos para aprender los gestos técnicos, además de utilizar pequeñas paradas de reflexión durante la actividad para que los alumnos reflexionen sobre sus estrategias y sobre si están tomando las mejores decisiones. Gracias a esto, se consiguió que el alumnado fuera más independiente del docente y se buscarán soluciones adecuadas a la situación, aunque en ocasiones la solución era encontrada por los alumnos gracias a las pistas y ayuda dadas por el docente, es decir, en algunas ocasiones no eran capaces de encontrar la solución y en las pequeñas paradas de reflexión eran ayudados por el docente pero nunca les daba la solución directamente, y en caso de que si encontrarán respuestas los alumnos recibían una evaluación inmediata y un refuerzo positivo en caso de ser correcta. Además, al plantear las actividades como un reto conseguimos una gran respuesta y participación por parte del alumnado.

Además, pudimos comprobar algunas ventajas que transmiten los deportes alternativos, siendo la principal ventaja la diversión y probar nuevas experiencias ya que los alumnos disfrutaron con estas actividades, con el clima que se creó y descubriendo nuevos deportes y desarrollando nuevas habilidades. También, se pudo comprobar que su principal enfoque es la cooperación dejando un poco de lado la importancia de la competición, promoviendo la colaboración, la cooperación y el trabajo en equipo, traducéndose en un ambiente menos competitivo permitiendo jugar a los alumnos con menos presión, aunque hubiera momentos aislados en los que sucedieran momentos de egoísmo o faltas de respeto. A estas ventajas tenemos que añadir el desarrollo de la creatividad para solventar las diferentes situaciones que les planteamos, ya que ellos mismos tienen que llegar a esas soluciones y la reducción del riesgo de las lesiones comunes que se provocan por la repetición excesiva de movimientos específicos de los deportes tradicionales. Para concluir con las ventajas del uso de este tipo de deportes, se pudo comprobar la flexibilidad de estos deportes en la práctica ya que no se necesitan instalaciones específicas y podemos adaptar el espacio con bastante facilidad, añadiendo que incluso lo podemos practicar en el entorno natural gracias a esta

flexibilidad consiguiendo un mayor bienestar general al realizarlos al aire libre. Esta ventaja la he podido comprobar mediante la práctica ya que en muchas ocasiones he practicado “partidos” de rugby con mis amigos en lugares al aire libre como la alameda o la hontanilla, todo de manera muy adaptada tengo que aclarar.

Para finalizar, los deportes alternativos son un buen contenido que podemos utilizar en el área de Educación Física en Educación Primaria debido a todas las ventajas que hemos mostrado y comprobado tras la puesta en práctica, además de que combinado con metodologías activas como las que hemos utilizado creamos un buen ambiente en la clase, los alumnos se sienten atraídos al plantearles las actividades como un reto, los alumnos aprenden utilizando el juego como herramienta principal de aprendizaje y elaboran estrategias y toman decisiones en equipo.

6. CONCLUSIONES

En este apartado se va a revisar la consecución de los objetivos propuestos en el TFG. En primer lugar, se ha realizado una revisión sobre los deportes alternativos. Estos deportes empiezan a considerarse una corriente innovadora dentro de España en los años 80 gracias a la labor que desempeña la Federación Internacional del Deporte para todos. Pero su origen según Dalmau, Peire y Jimenez (2010) se da en los seminarios de INEF realizados en Madrid en la década de los 90. Estos seminarios fueron llamados “Deportes alternativos para el año 2000” y luego su nombre evolucionó a “Juegos y deportes alternativos”. Estos deportes tienen un motivo común en su nacimiento, el cuál es la institucionalización de los deportes tradicionales dedicados al alto rendimiento. También, este tipo de deportes tiene un gran cantidad de ventajas para su inclusión en el aula y unos objetivos que cumplir, estas ventajas y objetivos están mencionadas en el apartado de la fundamentación teórica. Para finalizar con la revisión, debemos nombrar que están clasificados como juegos deportivos de blanco o diana como los bolos o el spikeball (dos equipos de dos personas tienen que golpear una pelota de goma para que rebote en una red con soporte que está en el suelo, el equipo que no llegue a golpearla pierde y recibe un punto el otro equipo), juegos deportivos de invasión como el rugby-tag o el korfbal (parecido al baloncesto solo que con equipos mixtos y las canastas no tienen tablero), juegos deportivos de cancha dividida o red y muro como el datchball o el cachibol (parecido al voleibol solo que en este caso se puede mantener el balón en sus manos) y juegos deportivos de campo y bate como el kickball (parecido al béisbol solo que se patea la pelota, en vez de batearla).

Después de la revisión de estos deportes se pasa al desarrollo de una propuesta didáctica en Educación Primaria que es otro de los objetivos, diseñando una propuesta didáctica de 12 sesiones centrada en varios deportes alternativos, los cuales son datchball, colpbol y rugby-tag. Las metodologías empleadas en esta propuesta didáctica son el modelo de enseñanza comprensiva del deporte, la asignación de tareas y el descubrimiento guiado. A través del modelo de enseñanza comprensiva del deporte se quiere enseñar la técnica y la táctica de estos deportes a través de juegos. Con el descubrimiento guiado y la asignación de tareas, intentamos que los alumnos sean cada vez más autónomos aunque tengamos que ayudarles asignándoles tareas o con pistas o indicios, pero nunca se dieron las respuestas e intentamos que ellos mismos la obtengan a través de las paradas de reflexión, aunque estas eran muy cortas. Además, el plantear las actividades como retos y que ellos mismos tuvieran que encontrar la solución a través del aprendizaje por ensayo y error, aumentó mucho más su motivación e interés creando un gran clima de trabajo y cooperación. Esto era lo que se buscaba, dejar a un lado la competitividad y que se ayudarán para conseguir los objetivos. Para finalizar el diseño de la propuesta, se optó por utilizar una evaluación formativa, basándome en la retroalimentación constante con el alumnado, además de una evaluación sumativa mediante una rúbrica de evaluación que responderá el profesor y una rúbrica de autoevaluación en la que ellos mismos valorarán si han conseguido los objetivos que hemos propuesto. Para terminar, habrá una evaluación compartida mediante un diálogo individual entre el alumno y el profesor para determinar los resultados que ha obtenido.

Después de llevar a cabo la propuesta didáctica y analizar los resultados obtenidos, esto último está en un apartado anterior, se puede ver la percepción que tienen los alumnos frente a estos deportes. Su percepción es buena y se ha podido observar que este tipo de actividades genera un gran interés y motivación en los alumnos, principalmente por la novedad de estos contenidos ya que casi no se utilizan. Además, como la mayoría de los alumnos parten desde el desconocimiento completo, nos permite generar un gran clima de clase dejando a un lado la competitividad para hacernos centrar en el disfrute y permite un aumento en la cooperación, ya que normalmente en los deportes tradicionales hay gente que destaca porque los lleva practicando mucho tiempo y eso suele generar tensión entre ellos. A parte, se ha podido observar un menor miedo al fallo, ya que desde un principio han estado practicando las distintas formas que se les ocurrían de resolver la situación dada, aumentando su confianza y ganas por ayudar a su equipo. Por último, con relación a esto se ha visto un gran respeto entre iguales, ya que no se cortaban entre ellos a la hora de elaborar estrategias ni solo era uno el que llevaba la voz cantante, que esto último es algo que suele ocurrir en la mayoría

de actividades, pero sí hubo momentos aislados en los que ocurrió egoísmo o no se respetó a algún compañero. Todos aportaban para su equipo con la única meta que era cumplir los objetivos dados.

Para finalizar, los deportes alternativos son un contenido con gran diversidad de actividades que podemos incluir en nuestras programaciones y propuestas didácticas, pero para ello necesitamos una mayor implicación por parte del profesorado para que investiguen sobre el funcionamiento, las reglas y los materiales necesarios para poder llevarlos a cabo. Aunque también como hemos visto estos materiales no son muy caros e incluso algunos se pueden elaborar con materiales que ya tengamos. Además de todas las ventajas que generan en nuestro alumnado como el aumento de la motivación y el interés, el aprender jugando, menor miedo al fallo, generar un buen clima del aula, etc. Por todo esto se puede afirmar que es un contenido de alto valor educativo en muchos ámbitos y que debemos empezar a implementarlos.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abad M. T.; Robles, J.; Castillo, E.; Giménez, F. J., Robles, A. . (2013). Factores que condicionan la presencia de la expresión corporal en la enseñanza secundaria según el profesorado de educación física. *Retos*, 24, 171-175. Recuperado de: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34552>

Abad Robles, M. T.; Benito Peinado, P. J.; Giménez Fuentes-Guerra, F. J.; Robles Rodríguez, J. (2013). Fundamentos pedagógicos de la enseñanza comprensiva del deporte. Una revisión de la literatura. *Revista cultura, ciencia y deporte*. Vol 8, 23, 137-146. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4414777>

Barbero, J. C. (2000). Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deporte, revista digital*, 22. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>

Beltrán Carrillo, V .J.; Devís Devís, J. (2019). El pensamiento del alumnado inactivo sobre sus experiencias negativas en educación física: los discursos del rendimiento, salutismo y masculinidad hegemónica. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 15, nº extra 55, 20-34. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6873420>

Corrales, A. R. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 4, 23-36. Recuperado de http://emasf2.webcindario.com/NUMERO_4.pdf

Fernández Gacimartín, C.; López Pastor, V. M.; Pascual Arias C. (2019). Aprendiendo a desarrollar sistemas de evaluación formativa y compartida en las prácticas como maestra de Educación Física. *Revista de innovación y buenas prácticas docentes*. Vol 8, 1, 119-131.

Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7045830>

García, V.; Fierro, S.; Haro, A. (2016). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *E-motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 6, 40-48. Recuperado de:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5843655>

Hernández, J.M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y deportes, revista digital*, 114. Recuperado de:

<https://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportes-alternativos.htm>

Hernández Nieto, B. (2009). Los métodos de enseñanza en la Educación Física. *Revista digital efdeportes*. 132. Recuperado de:

<https://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>

Real decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

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

8. ANEXOS



Imagen 1: balón de colpbol

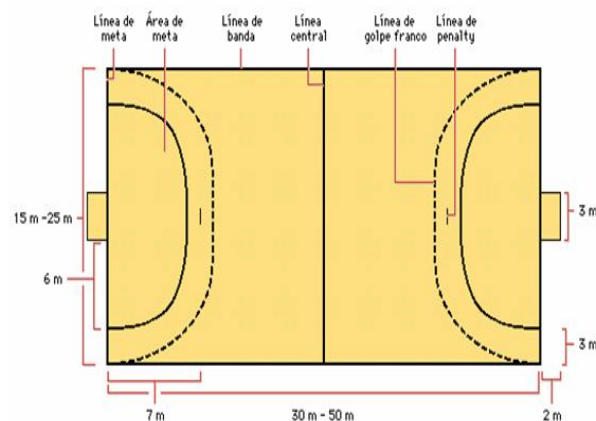


Imagen 2: cancha de colpbol



Imagen 3: balón de datchball

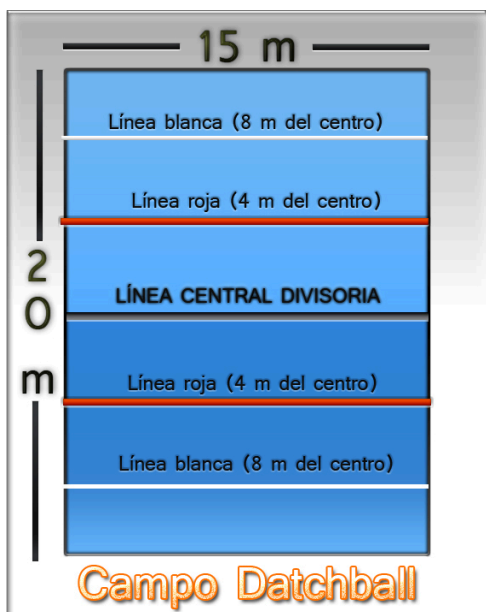


Imagen 4: campo de datchball



Imagen 5: balón de rugby.



Imagen 6: cinturón y cintas de rugby-tag

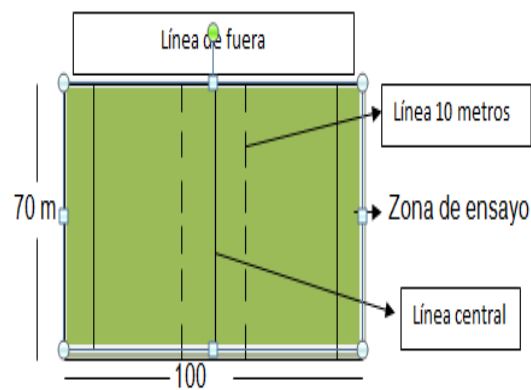


Imagen 7: campo de rugby