Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

TRABAJO FIN DE GRADO

La gamificación en Educación Física, efectos en la motivación y el bienestar emocional del alumnado

Autor/a: Javier Santos Antón

Tutor/a académico/a: María Mercedes Fernández Jiménez

Facultad de Educación de Segovia

Resumen

Este Trabajo de Fin de Grado analiza el impacto de la gamificación en la asignatura de Educación Física, centrándose en su influencia sobre la motivación y el bienestar emocional del alumnado. A partir de una revisión teórica y metodológica, se diseña la propuesta didáctica "Agentes del Movimiento", estructurada en torno a dinámicas cooperativas y narrativas lúdicas que favorecen la inclusión y el compromiso activo del alumnado. La metodología del estudio se basa en un enfoque cualitativo y proyectivo, orientado al diseño de una intervención educativa fundamentada teóricamente sin haber sido implementada en el aula. La propuesta responde a un enfoque metodológico activo y emocional, alineado con el currículo oficial de Castilla y León. El análisis realizado sugiere que la gamificación puede constituir una herramienta eficaz para mejorar la implicación del alumnado, la cohesión grupal y el desarrollo emocional en contextos educativos inclusivos, así como para fomentar un clima de aula más participativo, motivador y seguro desde el punto de vista afectivo.

Palabras clave: gamificación, Educación Física, motivación, bienestar emocional, intervención educativa.

Abstract

This Final Degree Project analyses the impact of gamification in the subject of Physical Education, focusing on its influence on students' motivation and emotional well-being. Based on a theoretical and methodological review, the didactic proposal *Agents of Movement* is designed and structured around cooperative dynamics and playful narratives that promote inclusion and active student engagement. The study follows a qualitative and projective approach, oriented towards the design of a theoretically grounded educational intervention that has not been implemented in the classroom. The proposal reflects an active and emotionally driven methodological framework, aligned with the official curriculum of Castilla y León. The analysis suggests that gamification can be an effective tool for improving student involvement, group cohesion, and emotional development in inclusive educational settings, as well as for fostering a more participative, motivating, and emotionally safe classroom climate.

Keywords: gamification, Physical Education, motivation, emotional well-being, educational intervention.

INDICE

1.- Introducción 1

2.- Objetivos 2

3.- Justificación 3

4.- Marco Teórico 5

4.1 Definición del concepto de gamificación 5

4.1.1 Fundamentos psicopedagógicos de la gamificación 5

4.1.2 Elementos del diseño gamificado 6

4.1.3 Diferencias entre gamificación y otros enfoques lúdicos 7

4.2. Revisión crítica de investigaciones previas en Educación Física 7

4.2.1. Estudios recientes aplicados a la Educación Física 7

4.2.2. Comparación de resultados: mejoras observadas tras aplicar gamificación en Educación Física 8

4.2.3 Limitaciones y desafíos en la implementación de la gamificación en Educación Física 9

4.2.4 Meta-análisis y revisiones sistemáticas sobre gamificación en Educación Física 10

4.3 Beneficios potenciales y retos de la gamificación 10

4.3.1 Beneficios de la gamificación en el ámbito educativo 10

4.3.2 Relación con el desarrollo emocional 11

4.3.3 Retos de la gamificación educativa 11

4.3.4 Consideraciones éticas en la gamificación educativa 12

4.4 Relación curricular y desarrollo competencial 13

4.4.1 Marco legal y competencias clave y específicas relacionadas 13

4.4.2 Perfil de salida del alumnado 14

4.4.3 Concreción curricular: criterios de evaluación y saberes básicos asociados 15
5.- Metodología 17
6.- Propuesta Didáctica 17
6.1 Introducción 18
6.2 Enfoque metodológico 18
6.3 Diagnóstico 19
6.4 Objetivos didácticos de la unidad 19
6.5 Legislación educativa 20
6.6 Competencias clave 20
6.7 Justificación curricular 21
6.8 Tabla resumen de la unidad didáctica 23
6.9 Desarrollo de las sesiones 24
6.10 Evaluación 31
6.11 Atención a la diversidad 33
7.- Discusión Pedagógica 34
8.- Conclusiones 37
9.- Referencias Bibliográficas 39
10.- Anexos 42
ANEXO I – Tarjeta de agentes → SESIÓN I 42
ANEXO II – Sobre inicio con mensaje → SESIÓN I 42
ANEXO III – Lista de Cotejo → SESIÓN I 42
ANEXO IV – Lista de Cotejo → SESIÓN II 43
ANEXO V – Tarjeta de sellos → SESIÓN II 43
ANEXO VI – Rúbrica de autoevaluación grupal → SESIÓN III 43
ANEXO VII – Tarjetas códigos → SESIÓN III 44
ANEXO VIII – Ejemplo de ficha para representar → SESIÓN IV 44

ANEXO IX – Plano del circuito cooperativo. → SESIÓN V 45
ANEXO X – Lista de cotejo evaluación Sesión V. → SESIÓN V 45
ANEXO XI – Tabla de coevaluación grupal. → SESIÓN VI 46
ANEXO XII – Partes del mensaje secreto final → SESIÓN VII 46
ANEXO XIII – Carnés de Agentes del Movimiento → SESIÓN VII 46
ANEXO XIV – Rúbrica de autoevaluación final → SESIÓN VII 47

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 21
Relación curricular basada en el decreto 38/2022 de Castilla y León. 21
Tabla 2 23
Resumen general de las sesiones de la unidad didáctica 23
Tabla 3 32
Resumen de la evaluación por sesión: instrumentos, criterios y técnicas utilizadas ... 32

Nota sobre el uso del lenguaje

En coherencia con el valor de la igualdad de género asumida por la Universidad de Valladolid, todas las denominaciones que en este trabajo se efectúan en género masculino, cuando no hayan sido sustituidas por términos genéricos se entenderán hechas indistintamente en género femenino.

1.- Introducción

En el contexto educativo actual, donde cada vez se demanda una enseñanza integral al alumnado y una enseñanza que responda a los desafíos del siglo XXI, el papel de las metodologías activas ha adquirido una relevancia indiscutible. Entre ellas, la gamificación ha surgido como una estrategia didáctica capaz de transformar la manera en que el alumnado se relaciona con el aprendizaje, fomentando la motivación, la participación y la implicación a través de dinámicas inspiradas en los juegos.

La gamificación no debe entenderse como una simple forma de entretenimiento, sino como una estrategia que, al incorporar elementos como los retos, las recompensas, la narrativa o los roles, puede transformar el aprendizaje en una experiencia más motivadora y atractiva. Este enfoque cobra aún más fuerza en Educación Física, un área donde el movimiento, las emociones y la interacción social son fundamentales para su educación.

Además, en un contexto educativo que, cada vez apuesta más por la inclusión y la educación personalizada, la gamificación ofrece herramientas para atender la diversidad en el aula de forma más flexible, lúdica y cercana. Al ofrecer distintos roles, niveles de reto, objetivos colectivos e individuales y una retroalimentación continua, permite que cada alumno pueda progresar a su ritmo, reconociendo y valorando el proceso. Esto no solo favorece el desarrollo de la autonomía y la autorregulación, sino que también refuerza el sentido de pertenencia al grupo, un aspecto clave para el bienestar emocional dentro del aula.

Esta propuesta metodológica está alineada con el enfoque competencial establecido por la Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE), desarrollada a nivel estatal por el Real Decreto 157/2022, y concretada en Castilla y León mediante el Decreto 38/2022, que regula el currículo de Educación Primaria. En este marco normativo, se promueve la adopción de metodologías activas, inclusivas y motivadoras, entre las que se reconoce expresamente la gamificación como una vía eficaz y adecuada para el desarrollo integral del alumnado y su correspondiente trabajo competencial en el área de Educación Física.

Por todo ello, este Trabajo de Fin de Grado plantea una reflexión sobre el uso de la gamificación en el área de Educación Física y su potencial para mejorar la motivación y el bienestar del alumnado desde una perspectiva pedagógica.

El trabajo se estructura en varios apartados: una introducción y justificación del tema; los objetivos generales y específicos; un marco teórico que analiza la gamificación desde distintas perspectivas, una propuesta didáctica gamificada a modo de ejemplo siguiendo las nociones estudiadas acerca del tema a tratar, una reflexión metodológica sobre su implementación y unas conclusiones finales que recogen los principales aprendizajes y proyecciones futuras.

2.- Objetivos

Este trabajo tiene como finalidad principal explorar el potencial de la gamificación como metodología activa para mejorar la motivación, la inclusión y el bienestar emocional del alumnado en el área de Educación Física, así como diseñar una propuesta didáctica coherente en base a todo lo investigado y siguiendo el enfoque competencial establecido por la LOMLOE.

Objetivo general:

- Diseñar una propuesta didáctica basada en la gamificación para promover el desarrollo de la inteligencia emocional en el área de Educación Física en Educación Primaria.

Objetivos específicos:

1. Revisar la literatura científica sobre gamificación y educación emocional en el ámbito escolar.
2. Analizar el papel motivacional del juego en el contexto educativo, especialmente en Educación Física.
3. Conectar la gamificación con el currículo oficial vigente, en particular con el Decreto 38/2022 de Castilla y León.
4. Diseñar una situación de aprendizaje gamificada adaptada al área de Educación Física en Educación Primaria.
5. Proponer recomendaciones pedagógicas para implementar la gamificación como metodología inclusiva y emocionalmente significativa.

Estos objetivos se abordan de forma progresiva a lo largo del trabajo: desde el análisis teórico en el marco conceptual (apartado 4), hasta su aplicación práctica en la propuesta didáctica (apartado 5), pasando por la contextualización metodológica (apartado 6) y la reflexión pedagógica final (apartado 7).

3.- Justificación

El tema fue seleccionado a partir de una experiencia significativa durante mi formación, la cual evidenció la relevancia de aplicar metodologías activas en el proceso educativo. Fue en una asignatura perteneciente a la mención donde el profesor no solo abordó la gamificación como una estrategia metodológica de interés, sino que nos permitió experimentarla de forma directa. Preparó varias sesiones con una narrativa centrada en la nutrición, y aunque las actividades por sí solas no eran especialmente complejas ni diferentes a lo que solemos hacer, el hecho de estar envueltas en un contexto de juego, con misiones, recompensas y un hilo conductor, hizo que me sintiera mucho más implicado en la clase. Se constató que el impacto no radica únicamente en la actividad física, sino en la forma en que se estructura la experiencia, favoreciendo la participación y el esfuerzo del alumnado. Fue la primera vez que sentí, desde dentro, lo mucho que puede influir la forma en la que se propone una actividad para que el alumnado se enganche de verdad.

A partir de este momento comencé a tener más fijación y a valorar otras experiencias similares, como algunas sesiones gamificadas creadas por parte de parte de compañeros, con temáticas tan atractivas como Harry Potter, en las que todo giraba en torno a casas, hechizos, puntos y recompensas. Y lo cierto es que funcionaban, no solo porque hacían que las clases fueran más divertidas, sino porque lograban que incluso los alumnos más pasivos o desconectados quisieran participar. Esa capacidad de la gamificación para llegar a todos y para hacer sentir parte del grupo a quienes a veces se quedan al margen, me hizo pensar en el potencial que tiene esta metodología para trabajar la inclusión desde una perspectiva totalmente diferente.

A nivel profesional, me interesa especialmente investigar cómo este tipo de propuestas pueden servir no solo para motivar al alumnado en Educación Física, sino también para atender la diversidad dentro del aula de una forma real y práctica. Me gustaría, en un futuro, diseñar clases en las que cada alumno pueda encontrar su lugar, independientemente de su nivel, sus intereses o su situación personal. Las dinámicas gamificadas, adecuadamente y con una buena planificación, permiten ofrecer diferentes formas de participación, fomentar el trabajo en equipo, plantear retos que se adapten a distintos perfiles y, sobre todo, crear un clima de aula en el que aprender sea algo emocionante y compartido.

Además, la metodología se presenta como una vía idónea para integrar temas fundamentales para el desarrollo integral del alumnado, como el reciclaje, la nutrición, el

deporte activo o el respeto por el entorno, pero haciéndolo de una manera que no sea forzada ni teórica, sino vivencial. Cuando los alumnos son parte activa de una historia, cuando sienten que tienen un rol y que sus decisiones importan, se genera una conciencia que va más allá del aprendizaje de contenidos. Es ahí donde quiero enfocar mi investigación: en cómo este enfoque puede ayudar a los niños no solo a disfrutar de la Educación Física, sino también a ser más conscientes de su propio aprendizaje, de su bienestar y del mundo que les rodea.

Esta línea de trabajo conecta directamente con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030, en particular con el ODS 3 (salud y bienestar) y el ODS 4 (educación de calidad), al promover entornos de aprendizaje activos, emocionalmente saludables e inclusivos. Por ello, el uso de dinámicas gamificadas puede favorecer el desarrollo de la competencia personal, social y de aprender a aprender, al impulsar la autonomía, la toma de decisiones, la gestión emocional y la cooperación entre iguales como pilares del aprendizaje.

Este TFG más que una obligación académica, representa una oportunidad para profundizar en algo que ya ha despertado mi curiosidad y que, estoy seguro, va a formar parte de mi manera de entender la docencia. Quiero saber hasta qué punto la gamificación puede ser una herramienta útil para construir una Educación Física que no solo mueva el cuerpo, sino también las emociones, las ideas y las ganas de aprender.

4.- Marco Teórico

4.1 Definición del concepto de gamificación

La gamificación es una metodología que ha ido ganando peso en los últimos años en el ámbito de la educación, especialmente en etapas como la Educación Primaria. Diversos autores han ofrecido definiciones desde distintas perspectivas, lo que permite entender la complejidad del concepto que estamos tratando.

En términos generales, Deterding et al. (2011) la definen como "*el uso de elementos del diseño de juegos en contextos no lúdicos*". Esta definición, que se puede utilizar como punto de partida, es útil para comprender la base del concepto, pero probablemente, demasiado técnica para su aplicación directa al aula ya que puede no reflejar del todo lo que ocurre realmente cuando un docente gamifica su práctica educativa.

Pedagógicamente hablando, Kapp (2012) asegura que gamificar no consiste simplemente en jugar, sino también en diseñar experiencias en las que el alumnado se sienta parte de la clase, fomentando su participación y despertando su motivación.

Por otro lado, Zichermann y Cunningham (2011) desde un punto de vista más relacionado con el marketing o el diseño digital, definen la gamificación como el uso de mecánicas de juego para motivar y fidelizar al usuario. Pese a que su enfoque no corresponde específicamente al educativo, es necesario entender que el compromiso del alumno puede lograrse si se sienten parte activa del proceso, algo valorado en las metodologías activas.

En base a todo lo analizado, se concreta la gamificación como una estrategia metodológica que utiliza elementos propios del juego (como la narrativa, los retos o la cooperación) para diseñar experiencias educativas motivadoras y emocionalmente significativas y con el propósito de implicar al alumnado de forma activa en su aprendizaje.

4.1.1 Fundamentos psicopedagógicos de la gamificación

La aplicación de la gamificación en el ámbito educativo se fundamenta en diversas teorías del aprendizaje que explican cómo se genera la implicación del alumnado y qué factores condicionan su motivación. Una de las más relevantes es la del aprendizaje significativo, propuesta por Ausubel (1968), que plantea el aprendizaje como eficaz cuando conecta con los conocimientos previos del alumno. Se evidencia que esta idea resulta congruente con lo que ocurre cuando una propuesta gamificada parte de un interés común como una historia conocida

o algo que despierta la curiosidad del aula desde el primer momento, como una temática. Si el contenido se vincula con su mundo, el alumnado se implica con mayor facilidad.

Asimismo, resulta fundamental la teoría de la motivación autodeterminada de Deci y Ryan (1985), que diferencia entre motivación intrínseca (aprender por gusto) y extrínseca (aprender por recompensa). Aunque las recompensas pueden ser útiles como estimulo inicial, lo que realmente da sentido a una actividad es que el alumno se sienta parte de ella. Es importante equilibrar ambos tipos de motivación, adaptándose al nivel inicial del alumnado.

4.1.2 Elementos del diseño gamificado

El diseño de experiencias gamificadas requiere la selección cuidadosa de elementos lúdicos en función del contexto educativo. Algunos de los más habituales son los puntos, niveles, insignias, misiones, historias, temáticas y rankings, pero lo importante no es incluirlos todos, sino saber cómo y para qué se utilizan.

Entre los elementos más comunes, la narrativa y la cooperación son elementos clave al comienzo de una unidad gamificada. Una historia atractiva que enganche al alumno desde el primer minuto sintiéndose parte ella, de hecho, así lo mencionan Werbach y Hunter (2012) en su libro, al señalar que la narrativa actúa como un marco que da sentido y coherencia a las distintas mecánicas del juego, lo que aumenta la implicación del alumno. Al mismo tiempo, formar parte de un equipo, con un objetivo compartido, genera un clima de implicación y pertenencia que va más allá de la simple competencia. Todo esto permite que los alumnos se impliquen no solo por las recompensas, sino también por el grupo y por lo que están viviendo juntos.

Respecto a los rankings o clasificaciones, pueden formar parte de la motivación en muchos de los casos, pero también es importante tener en cuenta que es necesario usar estos elementos con precaución ya que, si se muestran de forma continuada o individualizada, pueden llegar a crear comparaciones o frustración en quienes no destacan tanto, desacreditando todo el efecto motivador de la idea gamificada. Por ello, es preferible enfocarlos desde el trabajo en equipo, o incluso utilizarlos de forma opcional, evitando así que se conviertan en el centro de la experiencia.

Otro recurso eficaz para mantener la motivación en el tiempo es plantear niveles o logros que los alumnos puedan ir alcanzando, ya que se les da sensación de avance y refuerzan la

percepción de competencia. Además, cuando la narrativa evoluciona en función de las decisiones del alumnado, el interés se mantiene y se potencia la autonomía.

Por tanto, es importante utilizar estos elementos de forma adecuada para crear un entorno coherente, equilibrado y emocionalmente significativo, donde el alumnado sienta que aprende jugando y juega mientras aprende.

4.1.3 Diferencias entre gamificación y otros enfoques lúdicos

A menudo se confunde la gamificación con otros enfoques relacionados con el uso del juego en la educación, como los juegos educativos o el aprendizaje basado en juegos (ABJ). La gamificación se diferencia de otras metodologías lúdicas en su estructura planificada, orientada a objetivos educativos concretos, como ya se explicó en el apartado 4.1.

El ABJ se basa en el uso de juegos con reglas definidas (como un juego de mesa), mientras que los juegos serios son diseñados específicamente para enseñar un determinado contenido, con un componente lúdico, pero sin desviar su propósito educativo. En cambio, la gamificación no necesariamente implica usar un juego completo, sino trasladar elementos sueltos del juego (puntos, misiones, niveles, narrativa…) a contextos educativos ordinarios, incluso a contenidos tradicionales. El juego libre, por otro lado, tiene un valor clave en la etapa infantil, pero carece normalmente de intencionalidad didáctica dirigida por el docente.

De forma similar, como explica Ortiz-Colón et al. (2018) algunas actividades pueden parecer gamificadas por su estética o por usar elementos como la misión o el reto, pero en realidad no transforman el aprendizaje si no tienen un sueño sólido detrás.

En conclusión, aunque el concepto comparta ciertas características con otros enfoques lúdicos, la gamificación se caracteriza por una planificación consciente y pedagógicamente significativa que convierte al alumno en protagonista activo de su aprendizaje dentro de un entorno motivador y estructurado.

4.2. Revisión crítica de investigaciones previas en Educación Física

4.2.1. Estudios recientes aplicados a la Educación Física

En los últimos años, la gamificación se ha convertido en una estrategia pedagógica innovadora en el área de Educación Física (EF) con el objetivo de mejorar la motivación, la implicación y el aprendizaje del alumnado. Diversas investigaciones han analizado su

aplicación en contextos escolares tanto en España como en el resto del mundo, centrándose especialmente en las etapas de Educación Primaria y Secundaria.

Entre las investigaciones más actuales, destaca la revisión sistemática llevada a cabo por Álvarez Flores (2024) que reúne diferentes investigaciones sobre gamificación en EF. Este estudio explica que la gamificación puede favorecer el rendimiento académico, la implicación activa del alumnado y la conexión emocional con el aprendizaje, especialmente cuando se aplican historias inmersivas y elementos cooperativos. Además, se observa una mejora en el ambiente de clase y en la forma de actuar de los alumnos con respecto a la asignatura.

De forma complementaria, el estudio de Ferriz-Valero et al. (2023) señala que la gamificación no solo potencia la participación, sino que puede tener efectos positivos en la adquisición de contenidos y el desarrollo personal del alumnado. Sin embargo, también avisan que los beneficios pueden verse condicionados por la planificación, el grupo o el equilibrio entre juego y contenido.

Ambos estudios coinciden en destacar la motivación y la implicación como factores clave en el éxito de las propuestas gamificadas. En esta misma línea se puede afirmar que este tipo de metodologías resultan especialmente efectivas cuando se adaptan al contexto del aula y se centran en la participación activa, no solo en el uso de dinámicas superficiales.

4.2.2. Comparación de resultados: mejoras observadas tras aplicar gamificación en Educación Física

La aplicación de metodologías gamificadas en el contexto de la EF ha generado una serie de investigaciones importantes centradas en evaluar su impacto en variables como la motivación, el clima del aula, la implicación del alumnado, el aprendizaje significativo y el desarrollo emocional.

El estudio mencionado anteriormente de Álvarez Flores (2024) coincide en que una de las mejoras más estables es el incremento de la motivación intrínseca del alumnado. Los participantes utilizados para estos estudios presentaron una mayor disposición a participar de forma activa en las actividades presentadas cuando se introducían elementos como los retos, las insignias o las recompensas simbólicas. Esta motivación no solo se relaciona con el disfrute, sino también con una mayor persistencia ante tareas físicas exigentes y una actitud más positiva hacia la asignatura.

En segundo lugar, las dinámicas cooperativas promovidas por muchos diseños gamificados como misiones compartidas o trabajo en equipos, favorecen la interacción positiva entre compañeros, reducen conflictos y generan un ambiente más inclusivo. Esta transformación de la atmósfera es especialmente valiosa en grupos con diferentes niveles o necesidades educativas, donde se puede utilizar la gamificación como una herramienta de integración.

Además, esta metodología ha demostrado ser útil para fomentar el aprendizaje significativo. Lejos de ser una forma de evadirse, las dinámicas lúdicas bien integradas ayudan a conectar los contenidos curriculares con situaciones reales o simbólicas con sentido para el alumno, facilitando así la comprensión y la trasferencia de aprendizajes.

4.2.3 Limitaciones y desafíos en la implementación de la gamificación en Educación Física

Aunque la gamificación ha demostrado ser una estrategia adecuada y efectiva para mejorar la motivación y el compromiso del alumnado en la asignatura de Educación Física, hay diferentes estudios que señalan ciertas limitaciones que deben considerarse para su implementación de forma eficaz.

Una de las principales dificultades es la carga de trabajo para el docente ya que la planificación de sesiones gamificadas y la constante actualización de contenidos para mantener el interés del alumnado suponen un esfuerzo adicional que puede dificultar su sostenibilidad a largo plazo (Ferriz-Valero et al., 2023).

En relación con la gestión del aula, el estudio de García-Luque y Morales en 2024 observan que el uso de elementos competitivos como las clasificaciones o los puntos pueden alterar el ambiente del grupo si no se equilibra con dinámicas cooperativas. Existen casos en los cuales se generan situaciones de presión o desmotivación, especialmente entre los estudiantes que tienen menos habilidades motrices o sociales. Todo esto resulta clave para evitar que se pierda el propósito de la inclusión.

Además, la adaptación a la diversidad del alumnado representa otro desafío importante ya que no todos los estudiantes responden del mismo modo a la gamificación, como mencionan Cabrera-Sáez et al. (2023) se requieren propuestas adaptativas que atiendan a diferentes estilos de aprendizaje y niveles de competencia.

4.2.4 Meta-análisis y revisiones sistemáticas sobre gamificación en Educación Física

Una de las revisiones sistemáticas más recientes que se han realizado en los últimos años en el ámbito especifico de la Educación Física es la de Álvarez Flores (2024) que destaca mejoras en la motivación y el rendimiento, especialmente cuando se introducen dinámicas cooperativas y mecanismos de retroalimentación.

Más allá del contexto nacional, existen revisiones internacionales clave que han permitido ampliar la perspectiva de esta investigación. Hamari et al. (2014) llevaron a cabo un análisis de 24 estudios empíricos con los que concluyeron que la gamificación tiende a provocar resultados positivos, aunque condicionados por factores como el diseño de la experiencia o el perfil de los alumnos. De forma similar, Seaborn y Fels (2015) subrayan que la gamificación puede incentivar la motivación y el compromiso, pero advierten de la necesidad de enfoques pedagógicos bien fundamentados para evitar aplicarlos de forma superficial.

Estas investigaciones pese a no centrarse exclusivamente en la asignatura de Educación Física, pone de manifiesto la validez de esta metodología como herramienta educativa siempre que se aplique con criterios pedagógicos claros y adaptados al contexto específico del aula.

4.3 Beneficios potenciales y retos de la gamificación

4.3.1 Beneficios de la gamificación en el ámbito educativo

Al incorporar elementos propios del juego, como recompensas, misiones o niveles, se transforma la experiencia escolar en una actividad más atractiva. Esto incrementa la implicación del estudiante mejorando su actitud frente al aprendizaje. Hamari et al. (2014) concluyeron que, en la mayoría de los estudios analizados, la gamificación genera mejoras en la motivación, siempre y cuando esté bien diseñada.

También tiene un impacto positivo en el bienestar emocional, ya que crea un entorno donde los errores se perciben como parte del proceso y no como fracasos. Esto reduce la ansiedad y favorece la autoestima. Según Seaborn y Fels (2015) los entornos gamificados pueden generar emociones agradables como la satisfacción o el orgullo, esenciales para una experiencia de aprendizaje positiva.

Otro beneficio que debe destacarse es el trabajo cooperativo. Hay una gran variedad de dinámicas gamificadas que proponen retos grupales en los que el éxito depende del esfuerzo

del equipo. Todo esto promueve la colaboración, la empatía y el respeto, favoreciendo la cohesión del grupo y el desarrollo de habilidades sociales.

Además, la gamificación puede mejorar el clima del aula. Al hacer las sesiones más dinámicas y participativas, se reduce el número de conflictos y se crea un ambiente más favorable para la convivencia. Este aspecto es realmente valioso en niveles como Primaria donde el componente emocional y social es fundamental.

Por otro lado, la gamificación también permite atender a la diversidad del alumnado ya que muchas de sus mecánicas se pueden adaptar al ritmo, nivel y forma de aprender de cada estudiante. Esto facilita que todos tengan oportunidades de participación y éxito, respetando sus características individuales.

4.3.2 Relación con el desarrollo emocional

Las emociones desempeñan un papel esencial en el aprendizaje, ya que estas influyen en numerosos aspectos como la atención, la memoria, la motivación o la actitud hacia las actividades escolares. La gamificación, al introducir dinámicas lúdicas y participativas, favorece la aparición de emociones positivas que pueden transformar la experiencia educativa.

Las emociones positivas como la curiosidad, la satisfacción o el entusiasmo mejoran la disposición hacia el aprendizaje y refuerzan el vínculo con el entorno escolar (Álvarez Flores, 2024).

La estructura también permite que los estudiantes se enfrenten a retos adecuados a su nivel, experimenten progresos y reciban retroalimentación inmediata. Según Ferriz-Valero et al. (2023) estas experiencias no solo generan motivación, sino que también favorecen el bienestar psicológico del alumnado, ayudándoles a construir una imagen más positiva de sí mismos.

Además, al promover un ambiente de participación, respeto y superación personal más que de competencia entre ellos, la gamificación contribuye a crear un clima emocional saludable en el aula.

4.3.3 Retos de la gamificación educativa

La gamificación presenta una serie de retos en el aula para una correcta y adecuada implementación. Uno de los principales, es la necesidad de formación docente ya que muchos profesores no cuentan con los conocimientos técnicos ni pedagógicos necesarios para diseñar

propuestas gamificadas eficaces. Según Torres-Toukomidis et al. (2025) esta falta de preparación, sumada a la resistencia al cambio, dificulta una integración adecuada de estas metodologías, especialmente cuando se combinan con plataformas digitales o tecnologías emergentes.

También se identifican dificultades en la evaluación, ya que valorar el aprendizaje en contextos gamificados puede resultar complejo si se confunden los logros en el juego con el desarrollo real de competencias. Kapp (2012) señala que la gamificación debe estar integrada pedagógicamente y no limitarse a la acumulación de puntos o logros externos.

Existe la posibilidad de que se pierda la eficacia educativa, ya que cuando los componentes lúdicos no están correctamente vinculados a los objetivos de aprendizaje, se pueden convertir en una distracción en lugar de en una herramienta pedagógica.

Por último, resulta clave equilibrar el juego con el currículo escolar, ya que se debe tener una propuesta educativa estructurada adecuadamente para que lo lúdico complemente y refuerce los aprendizajes, pero sin sustituirlos ni desviarlos de su propósito.

4.3.4 Consideraciones éticas en la gamificación educativa

Una de las principales cuestiones éticas que deben tenerse en cuenta para garantizar un uso responsable y equitativo de esta metodología es la gestión del fracaso. En entornos gamificados donde las recompensas, los niveles y logros ocupan un plano central, es importante evitar que los estudiantes que no alcancen ciertos objetivos se sientan excluidos. La gamificación debe fomentar la mejora continua, el esfuerzo y la superación personal, y no reforzar dinámicas de comparación o exclusión entre iguales.

Otro aspecto para tener en cuenta es el uso de recompensas externas, como medallas o clasificaciones; Kapp (2012) advierte que un uso excesivo de recompensas externas puede desviar la atención de los objetivos pedagógicos reales y generar una dependencia del estímulo.

La competitividad también requiere de atención; aunque existen elementos competitivos que pueden aumentar la motivación en algunos estudiantes, también pueden generar presión o ansiedad en otros, especialmente si sienten la comparación con sus compañeros de forma reiterada. Es fundamental diseñar dinámicas que prioricen la cooperación y el progreso personal sobre la competición entre ellos.

Torres-Toukoumidis et al. (2025) hablan por otro lado, sobre la importancia de proteger la información del alumnado y garantizar que las tecnologías utilizadas sean accesibles, éticas e inclusivas. Además, recomiendan una reflexión sobre el papel del docente frente a estas herramientas, para que no se pierda el contacto humano y se mantenga una relación educativa personalizada y responsable.

Por tanto, este tipo de metodología debe aplicarse con un enfoque ético que respete la diversidad del alumnado, promueva valores positivos y garantice un entorno seguro, inclusivo y justo para todos los participantes.

4.4 Relación curricular y desarrollo competencial

4.4.1 Marco legal y competencias clave y específicas relacionadas

La propuesta didáctica que se presenta se enmarca dentro de la legislación educativa vigente, concretamente en la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE), y en el desarrollo curricular correspondiente a la Comunidad Autónoma de Castilla y León, regulado por el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en dicha comunidad.

Este decreto adopta un enfoque competencial orientado al desarrollo integral del alumnado, estableciendo siete competencias clave que forman parte del perfil de salida. En relación con la presente propuesta, centrada en el uso de la gamificación como recurso metodológico para fomentar la motivación y el bienestar emocional del alumnado, destacan especialmente:

- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA), ya que la gamificación potencia la autorregulación, la autoestima y el compromiso con el propio aprendizaje.
- Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC), dado que las dinámicas gamificadas favorecen la creatividad, la expresión corporal y la participación en experiencias motrices con componente simbólico y cultural.

De forma complementaria, en el área de Educación Física, el currículo establece una serie de competencias específicas que orientan el desarrollo de aprendizajes vinculados al cuerpo, el movimiento, la salud y la convivencia. Estas competencias permiten trabajar de forma integral aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales del alumnado. En el marco de esta propuesta gamificada, se han seleccionado aquellas que guardan una relación directa

con los objetivos del proyecto, en especial en lo referente a la mejora del bienestar emocional, la motivación intrínseca, la interacción social positiva y la vivencia lúdica del movimiento:

- 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*". Promueve la adopción de hábitos saludables y el bienestar físico y mental, uno de los objetivos fundamentales de la gamificación aplicada al aula.
- 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".*
- 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.".* Se relaciona directamente con la mejora del clima grupal, la empatía y la inclusión, elementos que la gamificación trabaja mediante el juego cooperativo, la narrativa compartida y la resolución conjunta de retos.

4.4.2 Perfil de salida del alumnado

El perfil de salida del alumnado al finalizar la etapa de Educación Primaria, tal como se define en el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, se construye a partir del desarrollo de forma progresiva, de las competencias clave y se concreta mediante una serie de descriptores que orientan los logros esperados. Estos descriptores recogen aspectos relacionados con la autonomía personal, la participación activa, el pensamiento crítico, la capacidad de aprender a aprender, la conciencia emocional y el trabajo cooperativo.

Desde este enfoque, la gamificación se presenta como una herramienta metodológica altamente eficaz para favorecer dicho perfil competencial. A través de la dinámica del juego, la narrativa, los retos, la retroalimentación y la cooperación, el alumnado puede desarrollar, de forma significativa y motivadora, aspectos clave del perfil de salida como los siguientes:

- La gestión emocional, mediante experiencias que promueven la tolerancia a la frustración, el disfrute del proceso y la autoestima.
- La interacción social respetuosa y cooperativa, al participar en dinámicas que exigen colaboración, empatía y cumplimiento de normas.
- El desarrollo de la autonomía y la autorregulación, fomentado por sistemas de recompensas, elección de tareas y estrategias de autoevaluación lúdica.
- El pensamiento creativo y la resolución de problemas, que se activan en contextos gamificados a través de misiones, retos y toma de decisiones.

Por tanto, la gamificación no solo actúa como un medio para mejorar la implicación y la motivación del alumnado en el área de Educación Física, sino que se convierte en una vía pedagógica coherente con los principios del currículo y con las metas educativas reflejadas en el perfil de salida, promoviendo un aprendizaje vivencial, significativo e inclusivo.

4.4.3 Concreción curricular: criterios de evaluación y saberes básicos asociados

La propuesta gamificada que se presenta en este trabajo se ha diseñado en base a una selección precisa de criterios de evaluación y saberes básicos recogidos en el currículo del área de Educación Física para el segundo ciclo de Educación Primaria, de acuerdo con el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, de la Comunidad de Castilla y León.

Entre los criterios de evaluación y su correspondiente relación con los saberes básicos, destacan los siguientes:

- El criterio 1.1 *"Reconocer e interiorizar la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo".* Se vincula directamente con la finalidad de la propuesta, al fomentar la participación activa en dinámicas físicas motivadoras y al promover la reflexión sobre los beneficios de un estilo de vida saludable. Este criterio se conecta con los saberes básicos de salud física, salud mental y salud social dentro del bloque A "Vida activa y saludable".

- El criterio 1.2 *"Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas".* Se aborda en las sesiones a través de misiones en las que el alumnado debe planificar su preparación y colaborar con el mantenimiento del orden y la seguridad. Se refuerzan así hábitos saludables y saberes vinculados a la vida activa y saludable desde una perspectiva práctica y lúdica.
- El criterio 2.2 *"Adoptar decisiones y encadenar acciones 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."*. Permite desarrollar la competencia específica relativa a la ejecución ajustada de habilidades motrices. Esto se trabaja mediante retos motores diversos, lo que favorece la creatividad motriz, la mejora técnica y la adaptación al contexto, en coherencia con los saberes básicos del bloque C "Resolución de problemas en situaciones motrices".
- El criterio 3.2 "*Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes".* Se trabaja mediante dinámicas cooperativas que exigen asumir normas comunes, aceptar el resultado del juego y promover el respeto mutuo. Estas experiencias están integradas en diseños gamificados que valoran la participación activa, el respeto a las decisiones grupales y el reconocimiento del esfuerzo de todos los compañeros, reforzando saberes como el concepto de deportividad, la aceptación de reglas y el respeto a las personas que participan en el juego.
- El criterio 3.3: *"Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia"*. Está presente en las actividades donde se propone al alumnado cooperar, asumir roles de ayuda, integrar a todos los participantes y resolver conflictos desde el diálogo. La narrativa gamificada favorece un entorno en el que cada alumno puede

sentirse reconocido, valorado y acompañado, desarrollando saberes como las habilidades sociales, la inclusión y la resolución pacífica de conflictos.

Los criterios mencionados, no solo responden a los objetivos del área de Educación Física, sino que refuerzan competencias clave como la competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA), la competencia ciudadana (CC2 y CC3) y la competencia en comunicación lingüística (CCL1 y CCL5), fundamentales para una convivencia inclusiva en el ámbito escolar.

5.- Metodología

La metodología empleada en este TFG se enmarca dentro de un enfoque cualitativo, descriptivo y de carácter interpretativo. No se ha realizado una recogida sistemática de datos, sino que se ha optado por un diseño didáctico aplicado que responde a una reflexión pedagógica fundamentada teóricamente. El objetivo principal ha sido diseñar una propuesta gamificada coherente con los principios del currículo vigente y basada en estudios previos que analizan los efectos de la gamificación en la motivación y el bienestar emocional del alumnado. En este sentido, el trabajo se sitúa dentro de una investigación de tipo aplicada con componente proyectivo, orientada al diseño de una intervención educativa fundamentada, contextualizada y con posibilidades de implementación en un aula real, aunque sin haberse llevado a cabo en la práctica ni evaluado mediante instrumentos empíricos.

Este diseño metodológico se basa en la elaboración de una propuesta didáctica gamificada. "*Agentes del Movimiento",* integra elementos lúdicos como la narrativa, los roles o los retos cooperativos, en relación con los principios de las metodologías activas.

Para su desarrollo, se han tenido en cuenta tanto el marco normativo vigente en Castilla y León con el Decreto 38/2022, como distintas investigaciones actuales que respaldan la relación entre gamificación, motivación y bienestar emocional en el contexto educativo. Con ello, se busca ofrecer una herramienta pedagógica flexible y realista, que pueda utilizarse para futuras prácticas o investigaciones centradas en el uso de la gamificación como fuerza de cambio educativo.

6.- Propuesta Didáctica

Teniendo en cuenta la fundamentación teórica expuesta en el presente trabajo, la propuesta didáctica se basa en el uso de la gamificación como metodología activa para el

desarrollo de la motivación, implicación y el aprendizaje significativo del alumnado. Según Hamari et al. (2014), el uso de elementos de juego en contextos educativos no solo incrementa el compromiso del estudiante, sino que también mejora el rendimiento cuando se implementa con una base pedagógica coherente. Por tanto, se ha diseñado la unidad "Agentes del Movimiento", donde se integran retos motrices y roles ocultos en una narrativa de agencia secreta, con el fin de favorecer el desarrollo de competencias clave mediante una experiencia lúdica y motivadora para el alumnado de 4º de Educación Primaria.

6.1 Introducción

La presente unidad didáctica, llamada "Agentes del Movimiento", está diseñada para el alumnado de 4º curso de Educación Primaria del colegio M.M Concepcionistas de Segovia, en el área de Educación Física. A través de una narrativa gamificada de tipo cooperativo se pretende trabajar contenidos relacionados con la motricidad, la coordinación y la cooperación, favoreciendo al mismo tiempo el desarrollo de habilidades sociales y la mejora del clima grupal.

La propuesta se apoya en una metodología activa y gamificada, en la que los alumnos se convierten en agentes secretos encargados de activar puntos clave de energía mediante la actividad física con el objetivo de "salvar el planeta" del sedentarismo, enfrentándose a retos motrices y cooperativos mientras intentan descubrir a los saboteadores que entorpecen las misiones. La narrativa, los roles, los desafíos progresivos y las fases de deducción se han incluido con el objetivo de despertar el interés y favorecer la implicación del grupo.

Esta unidad surge como respuesta a algunas necesidades observadas en el grupo: baja participación de algunos estudiantes, exceso de competitividad entre compañeros, escasa disposición al trabajo en equipo y motivación irregular hacia las actividades físicas. A través de esta propuesta se pretende dar un giro a esta situación, promoviendo una participación más equitativa, mejorando la convivencia y generando un ambiente de juego compartido en el que aprender resulte motivador, dinámico y significativo

6.2 Enfoque metodológico

La propuesta didáctica responde a una metodología activa, experiencial y centrada en el alumnado, en la que el juego, la narrativa y la cooperación estructuran el proceso de enseñanza-aprendizaje. Aunque la propuesta ha sido diseñada para un contexto real de aula, no ha sido implementada ni evaluada empíricamente, sino que se plantea como un diseño aplicable basado en la fundamentación teórica del trabajo.

El enfoque metodológico de esta propuesta parte de una lógica experiencial, activa y competencial, en la que el alumnado asume el protagonismo de su propio aprendizaje. La gamificación actúa como estrategia central para motivar la participación, fomentar el trabajo cooperativo y promover el desarrollo de valores como la inclusión, el respeto y la autonomía. Se estructura en torno a situaciones de aprendizaje significativas en las que se integran retos motrices, dinámica cooperativas y elementos narrativos que estimulan la participación, la creatividad y el trabajo en equipo.

Por tanto, se trata de una propuesta didáctica de aplicación práctica, fundamentada en principios metodológicos actuales y alineada con el currículo oficial, que prioriza el desarrollo integral del alumnado desde una perspectiva motivadora, inclusiva y vivencial.

6.3 Diagnóstico

La unidad didáctica está enfocada para su realización en el grupo de 4º de Educación Primaria del colegio M.M Concepcionistas de Segovia, un centro concertado ubicado en el casco histórico de la ciudad. El grupo está formado por 24 alumnos, de los cuales dos presentan TDAH, aunque sin necesidad de adaptaciones curriculares significativas.

El centro cuenta con una amplia disponibilidad de materiales deportivos y espacios adecuados para el desarrollo de las sesiones: pistas polideportivas, gimnasio cubierto y zonas exteriores, lo que permite adaptar la propuesta a diferentes contextos.

6.4 Objetivos didácticos de la unidad

1. Participar de forma activa, respetuosa y cooperativa en las actividades motrices planteadas, asumiendo distintos roles dentro del grupo y fomentando la cohesión y la ayuda mutua.
2. Desarrollar habilidades motrices básicas mediante retos lúdicos y cooperativos adaptados a distintos niveles de dificultad.
3. Mostrar una actitud positiva hacia la actividad física, valorándola como un hábito saludable y una fuente de disfrute personal.
4. Gestionar emociones propias y comprender las de los demás en el contexto de juegos cooperativos contribuyendo a un clima positivo en el aula.
5. Aceptar y respetar las normas de juego y las decisiones grupales asumiendo responsabilidades individuales en el desarrollo de la unidad didáctica.

6.5 Legislación educativa

Esta propuesta didáctica de sustenta en la normativa curricular vigente, tanto a nivel estatal como autonómico, en plena coherencia con el marco legal educativo actual.

A nivel estatal, se toma como referencia la Ley Orgánica 3/2020 de 29 de diciembre (LOMLOE) que modifica la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación, así como el Real Decreto 157/2022 del 1 de marzo por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

A nivel autonómico se aplica 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.

6.6 Competencias clave

En relación con el enfoque competencial que promueve el currículo vigente de la Educación Primaria en Castilla y León, esta propuesta didáctica se orienta al desarrollo integral del alumnado a través de la adquisición de las competencias clave. Estas competencias tienen un papel central en el proceso de enseñanza-aprendizaje ya que permiten conectar los saberes trabajados en situaciones reales, fomentando la autonomía, el pensamiento crítico y la participación activa del alumnado. A continuación, se presentan las competencias clave que se han considerado más importantes en el diseño de la intervención:

- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).
- Competencia ciudadana (CC).
- Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC).
- Competencia en comunicación lingüística (CCL).

6.7 Justificación curricular

La siguiente tabla recoge la relación entre las competencias específicas del área de Educación Física, los criterios de evaluación, los descriptores operativos del perfil de salida y los saberes básicos según lo establecido en el Decreto 38/2022 de Castilla y León.

Tabla 1

Relación curricular basada en el decreto 38/2022 de Castilla y León.

COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIO DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES OPERATIVOS	SABERES BÁSICOS
CE 1	1.1 1.2	CPSAA2 – "*Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias".* STEM 2 – "*Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada".* STEM5 – "*Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable*".	A. Vida activa y saludable: - Salud física. - Salud mental. - Salud social.
CE 2	2.2	CE1 –*"Reconoce necesidades y retos que afrontar y elabora ideas originales, utilizando destrezas creativas y tomando conciencia de las consecuencias y efectos que las ideas pudieran generar en el entorno, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas."*	C. Resolución de problemas en situaciones motrices: - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas.

		CPSAA4 – "*Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados"*- STEM1- "*Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas".*	- Creatividad motriz. - Acciones motrices.
CE 3	3.2 3.3	CPSAA5- "*Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento".* CC2 – "*Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad, y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible".* CC3 – "*Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia".*	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: - Habilidades sociales. - Concepto de deportividad. - Aceptación y respeto a las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego.

Elaboración propia basada en el decreto 38/2022 del currículo de Castilla y León.

6.8 Tabla resumen de la unidad didáctica

Tabla 2

Resumen general de las sesiones de la unidad didáctica

Sesión	Actividad principal	Material necesario	Agrupamientos	Atención a la diversidad
Sesión 1 – *Un nuevo equipo*	Reto cooperativo "Cruzando el río".	Aros, silbato, sobre con mensaje, tarjetas de agente.	Grupos cooperativos pequeños.	Roles diferenciados, normas claras, tiempo estructurado.
Sesión 2 – *Activando nuestras habilidades*	Circuito de entrenamiento cooperativo.	Conos, cuerdas, cinta elástica, pelotas, colchonetas.	Grupos cooperativos rotativos.	Actividades multinivel, apoyo visual y verbal.
Sesión 3 – *Primera misión*	Descifrado de mensaje secreto mediante expresión corporal.	Tarjetas con códigos, conos, folios o pizarras.	Grupos cooperativos por turnos.	Expresión alternativa sin lenguaje oral, valoración del esfuerzo.
Sesión 4 – *La carrera de los sentidos*	Pruebas sensoriales y construcción de figuras en equipo.	Pañuelos, conos, tarjetas con palabras o figuras, altavoz.	Grupos cooperativos con rotación.	Adaptación sensorial, comunicación no verbal.
Sesión 5 – *Rescate en zona enemiga*	Circuito cooperativo con agente herido.	Conos, bancos, colchonetas, cuerdas, aros, pañuelos, cintas de colores, silbato.	Grupos cooperativos fijos.	Tareas ajustadas a capacidades, cooperación obligatoria.
Sesión 6 – *Agentes infiltrados*	Infiltración en zona enemiga y recuperación de objetos.	Conos, pinzas o pelotas pequeñas, altavoz, silbato, fichas de coevaluación.	Grupos cooperativos rotativos.	Reglas claras, observación entre iguales, implicación diversa.
Sesión 7 – *Misión final – Ceremonia del movimiento*	Yincana de estaciones y ceremonia de cierre.	Tarjetas, objetos para estaciones, cofre, carnés personalizados, música.	Grupos cooperativos en estaciones.	Participación flexible, refuerzo positivo y reconocimiento simbólico.

Elaboración propia

6.9 Desarrollo de las sesiones

Sesión 1 – "Un nuevo equipo"

La sesión comienza con el alumnado llegando al gimnasio, donde se encuentran un sobre con un mensaje secreto: "*Agentes del Movimiento, el mundo necesita vuestra ayuda. ¿Estáis preparados para formar parte de una misión única*?". Con este primer contacto, se introduce la narrativa gamificada, buscando generar expectación desde el primer momento.

Para el calentamiento y activación del cuerpo, se propone una dinámica basada en el juego del "espía invisible". Los alumnos se desplazan por el espacio libremente, atentos a las señales del agente instructor (docente): detenerse al oír una palmada, agacharse o esconderse al sonar un silbato o moverse a cámara lenta simulando evitar sensores a la voz de "PELIGRO". Esta actividad contribuye a activar físicamente al alumnado al tiempo que trabajan el autocontrol, la escucha activa y la atención a su entorno.

A continuación, en la parte principal de la sesión, se plantea el reto cooperativo "Cruzando el río". Cada grupo dispone de tres aros que deberá utilizar para cruzar una zona delimitada sin tocar el suelo. La única forma de avanzar es pisando dentro de los aros, que deben colocar y mover en equipo. Si algún miembro toca el suelo fuera del aro, todo el grupo debe volver a empezar. Esta dinámica requiere planificación, coordinación y comunicación, generando situaciones de cooperación y promoviendo valores como la ayuda mutua, la escucha o el respeto por el ritmo de los demás.

Para finalizar, el grupo se sienta en círculo y se propone una breve reflexión guiada con preguntas orientativas acerca de los sentimientos que les despierta la narrativa y los juegos por individual, o las mejores estrategias para cada actividad o cuales son las que mejor han funcionado. Esta puesta en común favorece el desarrollo emocional y la conciencia sobre la importancia del trabajo en equipo y el respeto a los compañeros. Como cierre, se entrega a cada grupo una tarjeta identificativa que los acredita como miembros del equipo de agentes en formación.

Evaluación: En esta primera sesión se aplica la observación sistemática como instrumento principal mediante una ficha de cotejo elaborada por el docente (véase Anexo III). Se valorarán indicadores relacionados con la participación activa, el respeto a las normas de

juego y las actitudes cooperativas mostradas durante los retos. La finalidad es recoger información inicial sobre la dinámica de grupo y la evolución del alumnado.

Materiales necesarios: 3 aros por grupo, silbato, sobre con mensajes (Anexo II) y tarjetas de agente. (Anexo I)

Sesión 2 – "Activando nuestras habilidades"

Tras haber sido reclutados como agentes, el alumnado afronta su primer día oficial de entrenamiento. El objetivo de esta sesión es que cada equipo demuestre sus habilidades básicas de coordinación, resistencia y cooperación a través de un circuito físico cooperativo. Esta fase de entrenamiento refuerza la narrativa y motiva al alumnado a asumir desafíos motrices con implicación y compromiso.

La sesión comienza con una activación guiada introducida como "rutina de agentes". Al ritmo de música enérgica, el docente propone movimientos básicos (saltos, giros, desplazamientos laterales…) que los alumnos deben realizar de forma sincronizada como si se tratase de una práctica de instrucción grupal. En ciertos momentos se introduce la instrucción "modo sigilo" en la que se desplazan de puntillas sin hacer ruido o "modo energía" donde activan todo su cuerpo. Esta parte favorece el control postural, el reconocimiento del propio cuerpo y la preparación física progresiva.

En la parte principal, se presenta el "Circuito de entrenamiento" compuesto por 4 estaciones. Cada equipo deberá rotar por las estaciones en un tiempo determinado, resolviendo los retos con la máxima eficacia y trabajo en equipo:

1. Zona de equilibrio: atravesar una línea de conos sin salirse, mientras transportan un objeto (pelota) sin poder sujetarla con las manos.
2. Zona de velocidad: realizar un zigzag por un recorrido en parejas con los tobillos atados por una cinta elástica.
3. Zona de precisión: lanzar objetos (pelotas pequeñas o blandas) hacia un cono intentando derribarlo.
4. Zona de fuerza: trasladar 3 objetos grandes (colchonetas, balón de pilates, conos grandes) entre todo el equipo sin que toque el suelo de un lado del aula al otro, cooperando para organizar su recorrido.

Al finalizar los equipos reciben una tarjeta con un sello que indica que han superado la prueba.

Para cerrar la sesión se realiza en asamblea una breve tertulia, de pie en semicírculo, comentando cual es la estación favorita, que dificultades han encontrado y como las superaron, favoreciendo la expresión oral, valoración del esfuerzo y reconocimiento entre iguales.

Evaluación: Se emplea la observación directa con una ficha de cotejo (Anexo IV) centrada en indicadores como implicación motriz, resolución grupal de retos y comunicación adecuada dentro del equipo.

Materiales necesarios: Conos, cuerdas, cinta elástica, pelotas blandas, pelotas de diferentes tamaños, balón de pilates, colchonetas, una tarjeta de sellos por equipo (Anexo V).

Sesión 3 – "Primera misión"

Con las habilidades básicas entrenadas, los equipos de agentes están listos para enfrentarse a su primera misión real. En esta sesión, deben superar un desafío en el cual se trabaja la comunicación para descifrar un mensaje secreto. La dinámica refuerza la importancia del trabajo cooperativo, la escucha activa y el movimiento como vehículo de expresión y transmisión de información.

La sesión comienza con una breve dinámica de calentamiento. En círculo, el profesor irá diciendo palabras como "invisible", "robot", "tornado", "camaleón" y el alumnado debe interpretar esas ideas con movimientos libres utilizando su imaginación. Esta parte fomenta la creatividad motriz y el control corporal.

A continuación, comienza la misión principal. Cada equipo recibe un sobre con una tarjeta-código y su reto es memorizar el mensaje oculto y reproducirlo a través de una secuencia motriz que el resto de la clase deberá descifrar. El mensaje puede ser una combinación de gestos, posiciones, desplazamientos o posturas que representen conceptos como trabajo en equipo, escuchar, cooperar o energía.

Los agentes deben turnarse para observar, interpretar y replicar los mensajes de otros grupos, sin poder hablar. La dinámica obliga a colaborar, observar con atención y comunicar de formas alternativas, reforzando así habilidades emocionales, cognitivas y motrices.

Para finalizar la sesión se propone una actividad de vuelta a la calma. Cada grupo forma una fila, el primer agente debe recorrer una distancia caminando muy despacio hasta tocar un cono, una vez lo hace debe girarse y mirar a su equipo. Sin hablar, lanza una señal como levantar

el pulgar o hacer un gesto con las manos, que el siguiente compañero debe interpretar para iniciar su propio relevo. El juego continúa hasta que todos han pasado.

Evaluación: La evaluación se realizará mediante una observación sistemática por parte del docente, centrada en la implicación grupal, la interacción entre compañeros y a la adecuación de las representaciones de los grupos. Además, cada equipo completará una autoevaluación grupal sencilla (Anexo VI), valorando su cooperación, creatividad y comunicación durante la misión.

Materiales necesarios: Tarjetas con códigos (Anexo VII), conos, pizarras o folios A4.

Sesión 4 "La carrera de los sentidos".

Con la primera misión superada, los agentes afrontan un nuevo desagio en el que deberán poner a prueba sus sentidos, su coordinación y su capacidad para trabajar en equipo. Esta vez, el éxito dependerá de su habilidad para colaborar sin hablar, usar su cuerpo para comunicarse y mantener la calma en situaciones de incertidumbre. Las pruebas planteadas activan su percepción, fomentan la cooperación y refuerzan el vínculo entre movimiento y comunicación.

La sesión comienza con un juego de activación sensorial en el cual mientras se mueven libremente por el espacio al ritmo de la música, el docente lanza indicaciones como "tocar algo rugoso", "buscar algo azul" o "señala algo que huele bien". Los alumnos deben reaccionar de forma rápida y creativa, activando su atención.

A continuación, comienza la misión principal, que consta de 3 pruebas cooperativas rotativas por equipos. En la primera prueba, un miembro del grupo atraviesa un recorrido con los ojos vendados guiado solo por sonidos o gestos, fomentando la confianza y la orientación espacial. En la segunda, los agentes deben transmitir una secuencia de movimientos de uno en uno sin hablar, poniendo a prueba su memoria, observación y coordinación. En la tercera el equipo debe construir una figura o palabra con sus cuerpos, discutiendo y colaborando para representar la idea de forma creativa.

La sesión finaliza con un juego de vuelta a la calma en el cual la clase se coloca en círculo, el primer alumno inventa un gesto suave de estiramiento, que el siguiente debe imitar antes de proponer otro. La secuencia continúa hasta que lo complete todo el círculo, reforzando el control corporal y la relajación.

Evaluación: Se realizará una evaluación formativa y sencilla a través de la observación directa por parte del docente, teniendo en cuenta la implicación del grupo y su grado, el respeto a las normas, la cooperación mostrada y la creatividad motriz. No se utilizarán instrumentos redactados en esta sesión.

Materiales necesarios: Pañuelos para tapar los ojos, conos o bancos para crear recorridos, fichas o tarjetas con palabras o figuras (Anexo VIII), altavoz con música.

Sesión 5 – "Rescate en zona enemiga"

Tras completar con éxito las pruebas de percepción y comunicación, los agentes reciben una misión crítica correspondiente a la misión número 3: deberán internarse en territorio enemigo para rescatar a un agente aliado que ha quedado atrapado. Para ello, deberán desplazarse con sigilo, sortear obstáculos y colaborar con precisión. Esta sesión combina habilidades motrices como la carrera, el salto o el gateo con una dimensión cooperativa, trabajando la resolución de problemas y el trabajo en equipo.

La sesión comienza con un juego de activación en el cual el alumnado se desplaza libremente por el espacio hasta que suena el silbido del docente. Entonces deben buscar una "huella enemiga", es decir, una marca u objeto colocado en el suelo (como un cono, una cinta de color o un aro) e imaginar qué tipo de movimiento deben realizar según lo que podría haber ocurrido allí. Por ejemplo, si llegan a una cinta roja, pueden imaginar que es una alarma láser y deberán saltar por encima sin tocarla; si encuentran un aro azul, podrían pensar que es un charco profundo y deberán rodearlo o reptar para evitarlo. En cada nueva ronda (cada pitido), las marcas cambian de lugar, lo que obliga a los agentes a adaptarse, improvisar y actuar con rapidez, desarrollando la creatividad motriz, la atención y el uso expresivo del cuerpo.

La parte principal consiste en superar un circuito cooperativo (Anexo IX) ambientado como zona enemiga, con materiales distribuidos por el espacio simulando obstáculos o trampas. Cada grupo debe moverse junto con un agente "herido" que no puede usar una pierna, brazo, ojos tapados, oídos tapado (según indicación docente), al que deben ayudar a completar el recorrido. Se introducen reglas como no poder hablar, llevar una cuerda que les une o superar zonas sólo si pisan todos la misma colchoneta. Esto potencia la estrategia colectiva y la empatía.

La vuelta a la calma se realiza con un minijuego en el cual los grupos forman pequeños círculos y uno a uno van entrando en el "refugio" imitando un movimiento lento y silencioso

como gatear, deslizarse, caminar de puntillas…El objetivo es llegar sin "despertar" al enemigo (el profesor), fomentando el control postural, el silencio y la relajación.

Evaluación: Se realizará a través de la observación directa, valorando la implicación activa de todos los miembros, el respeto a las normas y el nivel de cooperación mostrado durante el rescate, a través de una lista de cotejo como instrumento. (Véase Anexo X).

Materiales necesarios: Conos, bancos suecos, colchonetas, cuerdas, aros, pañuelos, cintas de colores y silbato.

Sesión 6 – "Agentes infiltrados"

La misión de hoy, correspondiente a la cuarta, es una de las más arriesgadas ya que los agentes deben infiltrarse en una base enemiga para recuperar un objeto secreto sin ser detectados. Para lograrlo, tendrán que desplazarse con cuidado, tomar decisiones rápidas y colaborar estrechamente en diferentes situaciones. Esta sesión se centra en habilidades como la orientación, la anticipación y el trabajo en equipo, integrando elementos de persecución, evasión y estrategia.

La sesión comienza con un juego de activación, en el cual, en grupos de 3, los agentes forman puertas ("puertas del cuartel") y un tercer alumno pasa por ellas mientras suena música. Cuando se para la música, las puertas se cierran bajando los brazos y quien se quede atrapado debe inventar una forma creativa de liberarse (reptar, saltar, gatear…) favoreciendo la agilidad, el ingenio y el control corporal.

En la parte principal, se desarrolla la misión en la cual se enfocará en una infiltración en la base enemiga. Se delimita una zona central con conos que representa el núcleo enemigo. En cada ronda, un equipo será el grupo infiltrado, mientras que el resto hará de vigilancia. Los infiltrados deben entrar en la zona, recoger un objeto (pelota, pinza, chino…) y salir sin ser pillados. Si son interceptados y tocados, deben volver a empezar. Cada equipo tiene varias oportunidades de infiltrarse. Al terminar se reflexiona brevemente sobre que estrategias les han funcionado mejor.

La sesión finaliza con un juego de vuelta a la calma en el cual los grupos caminan en fila por el espacio realizando gestos como si fueran sombras (mover los brazos como hojas, caminar de puntillas, deslizarse). El objetivo es llegar a una zona del campo llamada "punto seguro" sin romper el silencio ni alterar la armonía del movimiento, promoviendo el autocontrol y la concentración.

Evaluación: Se aplicará una coevaluación por equipos (Anexo XI), mediante una tarjeta rápida que cada grupo completa tras observar a otro equipo durante la misión principal. La tarjeta contiene tres ítems sencillos que deben valorar como el trabajo en equipo, sigilo y estrategia. Esta forma de evaluación fomenta la atención, el análisis y el respeto entre compañeros.

Materiales necesarios: Conos, pinzas o pelotas pequeñas, altavoz, silbatos y fichas impresas para la coevaluación.

Sesión 7 – Misión final – "Ceremonia del movimiento"

Después de completar con éxito todas las misiones anteriores, los agentes se enfrentan a su reto final. Esta última sesión está diseñada como una celebración del camino recorrido, un momento para compartir, recordar, agradecer y reconocer el esfuerzo y la implicación del grupo. El objetivo no es superar una nueva prueba, sino que sean conscientes de lo aprendido y cerrar la historia de forma simbólica, convirtiéndose en Agentes del Movimiento.

La sesión comienza con una activación en la cual el grupo en un gran círculo tiene un alumno colocado en el centro con una pelota, que representa *"la energía del movimiento"*. Este agente lanza el objeto a otro compañero, que al atraparlo debe correr al centro, ocupar su lugar y decir en voz alta una palabra que represente algo importante que haya vivido durante las misiones como esfuerzo, amistad, cooperar, escuchar… Tras escuchar la palabra, el resto del grupo la representa con un gesto corporal. Esta dinámica activa el cuerpo, refuerza el vínculo grupal y permite revivir de forma lúdica los aprendizajes vividos.

A continuación, se desarrolla una yincana con 5 estaciones que representan los valores clave del proyecto. El alumnado se divide en grupos y cada equipo comienza en una estación distinta. Tras un tiempo determinado (6 minutos), el docente da la señal para que roten en el sentido de las agujas del reloj sin haber pasado por todas:

- Estación 1: El grupo debe reproducir en equipo una secuencia de movimientos sin hablar que uno de sus miembros ha observado en secreto y que deberá explicar al resto sin hablar. El reto está en memorizar bien la secuencia y transmitirla de forma clara con gestos. Si el grupo logra reproducir la secuencia completa, recibe una parte del mensaje secreto final.
- Estación 2: Dos compañeros del grupo se vendan los ojos y el resto debe guiarlos a través de un circuito con conos, cuerdas y obstáculos usando solo sonidos

consensuados previamente (una palmada = girar, dos palmadas = parar). El objetivo es completar el recorrido sin tocar ningún obstáculo.

- Estación 3: El grupo recibe una palabra secreta (estrella, puente, árbol…) y debe representar esa palabra con sus cuerpos en conjunto, sin usar ningún objeto. Para lograrlo, deberán planificar, repartir roles y mantener la figura durante 10 segundos mientras el docente la revisa.
- Estación 4: El profesor lanza señales visuales (colores, dibujos) o sonoras (ritmos con palmas, silbidos) que representan diferentes acciones que deben realizar de forma sincronizada (por ejemplo: aplaudir y agacharse, saltar y girar, caminar en cámara lenta…). La dificultad aumenta conforme avanza la ronda.
- Estación 5: Todo el grupo se coloca en círculo, cierra los ojos y extiende las manos hasta agarrar las de dos personas diferentes. Una vez formados los "nudos", deberán resolverlo mediante comunicación y estrategia sin soltarse.

Al finalizar las 5 estaciones, cada grupo tendrá una pieza del mensaje secreto final (Anexo XII), que deben unir con el resto para descifrar una frase que desbloqueará la apertura de un cofre con un secreto dentro.

Al abrir el cofre se encuentran con un cofre lleno de carnés de agentes del movimiento (Anexo XIII) personalizado con su nombre. Después se realiza una ceremonia de graduación donde se entrega a cada alumno su carné personalizado, acompañando al momento con música y palabras de reconocimiento personalizadas a cada alumno destacando la participación activa, el compromiso, el esfuerzo y la actitud positiva.

Evaluación: Se lleva a cabo de dos formas complementarias. Por un lado, se realiza una breve reflexión oral colectiva a través de preguntas como que han aprendido, que momento ha sido su favorito, en cual lo han pasado peor, como vas a seguir siendo un agente fuera del colegio…Después cada alumno completa una rúbrica de autoevaluación individual (Anexo XIV) adaptada a su nivel, valorando su implicación, cooperación y actitud durante toda la aventura.

6.10 Evaluación

La evaluación de la propuesta se concibe como un proceso continuo, formativo y participativo centrado en el desarrollo competencial del alumnado a través de situaciones motrices significativas. Esta evaluación se ajusta a lo establecido en el Decreto 38/2022 de 29 de junio por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la

Comunidad de Castilla y León, en concreto a los criterios de evaluación del área de Educación Física recogidos en dicho marco normativo.

Se aplican diferentes instrumentos de evaluación adaptados al nivel de 4º de Primaria, que permiten valorar no solo los aprendizajes motrices, sino también las actitudes, la cooperación, la creatividad y la implicación activa del alumnado. Se integran técnicas de evaluación diagnóstica, formativa y sumativa, respetando en todo momento los principios de la evaluación competencial, inclusiva y motivadora. A continuación, se incluye una tabla resumen de la evaluación:

Tabla 3

Resumen de la evaluación por sesión: instrumentos, criterios y técnicas utilizadas

SESIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PROCEDIMIENTOS Y TÉCNICAS	AGENTE EVALUADOR
1. Reclutamiento oficial	Observación sistemática con lista de cotejo.	1.1, 3.3	Valoración inicial del grupo y su disposición ante la propuesta.	Docente.
2. Activando nuestras habilidades	Lista de cotejo.	1.2, 2.2, 3.2	Observación estructurada durante la realización de las actividades.	Docente.
3. Primera misión	Observación sistemática y rúbrica de autoevaluación grupal.	1.1, 1.2, 2.2, 3.2, 3.3	Recogida de información grupal y reflexión conjunta.	Docente y alumnado.
4. Carrera de los sentidos	Observación directa informal.	1.1, 1.2, 2.2, 3.2, 3.3	Observación cualitativa sin necesidad de instrumentos escritos.	Docente.
5. Rescate en zona enemiga	Lista de cotejo.	1.1, 1.2, 2.2, 3.2, 3.3	Registro específico sobre la cooperación durante la tarea.	Docente.
6. Agentes infiltrados	Coevaluación entre equipos (tarjeta con escala del 1 al 5).	1.1, 1.2, 2.2, 3.2, 3.3	Valoración entre iguales del trabajo cooperativo y las estrategias empleadas.	Alumnado.
7. Ceremonia del movimiento	Reflexión oral colectiva y rúbrica de autoevaluación individual.	1.1, 1.2, 2.2, 3.2, 3.3	Evaluación participativa final y reflexión individual sobre el proceso vivido.	Alumnado y docente.

Adaptado a partir de los criterios del currículo oficial de Educación Física de Castilla y León (Decreto 38/2022)

Esta planificación evaluativa permite atender a la diversidad del grupo, observar los progresos y promover una evaluación que no solo valora resultados, sino también el proceso o las actitudes y aprendizajes emocionales y sociales, en línea con los principios de la Educación Física inclusiva, activa y significativa establecidos en el Decreto 38/2022.

6.11 Atención a la diversidad

La propuesta "Agentes del Movimiento" ha sido diseñada desde un enfoque inclusivo y flexible que favorezca la participación activad de todo el alumnado, atendiendo a sus diferencias individuales tanto a nivel motriz como emocional, cognitivo y social. La atención a la diversidad se concibe como un principio pedagógico transversal recogido en el Decreto 38/2022 de 29 de junio por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en Castilla y León, y forma parte del enfoque competencial promovido por la LOMLOE.

El grupo está formado por 24 alumnos, dos de los cuales presentan trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) sin adaptaciones significativas curriculares. Para dar respuesta a sus necesidades, así como a la heterogeneidad natural del aula, se ha optado por una propuesta basada en dinámicas cooperativas, estructuras flexibles, roles diferentes y una narrativa motivadora que permite que cada alumno participe desde sus posibilidades reales.

Entre las estrategias de atención a la diversidad que se han aplicado destacan:

- Actividades multinivel: las misiones permiten distintos grados de implicación (observación, ejecución, liderazgo, apoyo…), ofreciendo alternativas sin jerarquizar ni excluir, lo que favorece la autorregulación y el refuerzo positivo.
- Apoyos visuales y rutinas bien estructuradas: en sesiones que implican mayor carga cognitiva, se utilizan pictogramas, tarjetas o ejemplos físicos de forma constante, que ayudan a la comprensión de la tarea, especialmente útil para alumnado con TDAH.
- Normas claras, señales visuales y control del tiempo: en sesiones con dinámicas rápidas o constantes rotaciones, se emplean señales sonoras como la del silbato que permiten a todo el alumnado anticipar los cambios y gestionar mejor la atención y la conducta.

- Narrativa como herramienta motivacional: el uso del juego de roles y la historia compartida mejora el clima emocional, favorece el sentido de pertenencia y disminuye conductas disruptivas asociadas a la desmotivación.

Además, la evaluación se adapta a las capacidades de cada alumno, valorando principalmente la participación, el esfuerzo, la cooperación y la evolución personal. No se penaliza la dificultad en la ejecución motriz, ni se compara el rendimiento entre alumnos.

En definitiva, esta propuesta ofrece un marco en el que todos los alumnos pueden sentirse parte activa y valiosa del grupo, favoreciendo el desarrollo integral, el respeto a la diferencia y el aprendizaje significativo desde un enfoque inclusivo.

7.- Discusión Pedagógica

Este TFG ha supuesto una oportunidad para reflexionar sobre el papel transformador de la Educación Física cuando se articula desde enfoques metodológicos activos, emocionales y centrados en el alumnado. En coherencia con lo planteado en la justificación, el diseño de la propuesta "Agentes del Movimiento" surge de la necesidad de replantear las prácticas tradicionales, que a menudo resultan poco motivadoras, excluyentes o excesivamente centradas en el rendimiento de carácter técnico. En su lugar, se propone una experiencia gamificada que no solo busca el desarrollo motor, sino que persigue con intención la mejora del bienestar emocional y la implicación activa del alumnado.

Una de las ideas clave en las que se basa este trabajo es que la gamificación puede convertirse en una vía pedagógica eficaz para construir experiencias de aprendizaje emocionalmente significativas. Lejos de ser una estrategia decorativa, se ha planteado como un enfoque estructurado que diferentes elementos para que el alumnado se sienta parte de una experiencia colectiva, con sentido y no de una simple sucesión de ejercicios.

Se espera que la gamificación, tal y como se plantea en esta propuesta, contribuya a mejorar la motivación del alumnado mediante el uso de elementos como la narrativa, las misiones cooperativas y el reconocimiento simbólico del esfuerzo grupal. Tal como señala Kapp (2012), el uso intencional de la gamificación permite estructurar experiencias de aprendizaje que integran contenido y emoción, aumentando la implicación del alumnado. Esta perspectiva no se plantea como un fin en sí mismo, sino como un medio para hacer que el alumnado se sienta parte de un proceso con sentido en el que su participación tenga valor más allá de la ejecución de ejercicios de carácter motriz.

En este sentido, la propuesta didáctica que se presenta no solo responde al enfoque competencial y emocional del currículo, sino que también busca dar respuesta a algunos de los retos actuales de la Educación Física escolar. Entre ellos se encuentran, la desmotivación del alumnado, la pérdida de hábitos activos tras la pandemia de COVID-19 y la necesidad de crear entornos emocionalmente adecuados. Tal y como señalan Ferriz-Valero et al. (2020) y Navarro-Mateos et al. (2021), la gamificación puede mejorar el clima del aula, aumentar la implicación del alumnado y contribuir al bienestar emocional si se diseña con una intención pedagógica clara. Por ello, la narrativa, la cooperación y la retroalimentación que estructuran esta propuesta no son elementos decorativos, sino herramientas para conectar al alumnado con el proceso de aprendizaje de forma significativa.

En esta línea, se considera fundamental que el diseño de la propuesta fomente la motivación intrínseca, la autonomía del alumnado y la creación de un clima de aula positivo y seguro. En este sentido, los principios de la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan,1985) servirían de marco para diseñar actividades que promuevan la autonomía a través de la toma de decisiones dentro del juego, la competencia por ejemplo al asumir retos ajustados a sus posibilidades y la relación, mediante dinámicas cooperativas. Se prevé que esta combinación facilitará una experiencia educativa más profunda y emocionalmente significativa.

La organización de las sesiones, incluyendo momentos pensados para activar el cuerpo y las emociones, tareas cooperativas y actividades de vuelta a la calma, busca favorecer un clima de aula en el que el alumnado se sienta con confianza para participar, expresarse y aprender sin miedo a ser juzgado. Como docente en formación, cada vez valoro más estos espacios donde no solo se enseña, sino que también se cuida. Por esto, en el diseño se propone eliminar cualquier tipo de comparación entre compañeros, poniendo el foco en la evolución personal y en el esfuerzo grupal.

Aun así, soy consciente de que llevar a la práctica una propuesta así, puede tener dificultades durante su aplicación. Una de las más importantes es lograr un equilibrio real entre el componente lúdico y los objetivos curriculares. Incorporar criterios de evaluación y saberes básicos en una situación gamificada exige tiempo, tanto para la planificación como para la reflexión, para que lo emocional se incorpore al aprendizaje y no lo distraiga.

También podría resultar un reto sostener la implicación del alumnado en dinámicas con un carácter no competitivo. Tal y como se ha reflexionado durante el diseño, en grupos con alumnado acostumbrado a entornos deportivos centrados en la comparación de resultados, la

ausencia de ganadores puede generar cierta desmotivación inicial. Para evitarlo, se propone reforzar la narrativa, incluir mini retos internos y ofrecer recompensas simbólicas que reconozcan la cooperación, la superación personal y la implicación en el proceso, no solo en el resultado final.

Asimismo, sería interesante mejorar el seguimiento del progreso grupal a través de elementos como misiones superadas o logros colaborativos, siempre evitando clasificaciones que fomenten la competencia entre equipos. Además, incluir más momentos de reflexión a lo largo de cada sesión y no solo al final, podría ayudar al alumno a tomar conciencia de lo que aporta, aprende y sobre todo siente. Dar voz a sus emociones y pensamientos, podría contribuir a reforzar la inteligencia emocional y metacognitiva del aprendizaje.

En lo referido a la proyección y mi futuro rol como docente puedo afirmar que diseñar esta propuesta me ha permitido avanzar en la construcción de una identidad docente basada en el respeto al alumnado, la confianza en sus capacidades y la convicción de que aprender puede y debe ser una experiencia emocionalmente positiva para el niño. La gamificación, tal y como la concibo en este trabajo, representa una forma de entender la enseñanza desde la implicación, la creatividad y el vínculo humano.

Frente a modelos de enseñanza centrados en la ejecución técnica o en la evaluación del rendimiento, esta propuesta reivindica una Educación Física que valore la cooperación, la autoexpresión y el bienestar. En este sentido, conecto con la idea de que el juego, cuando está al servicio de objetivos pedagógicos claros, puede ser una vía privilegiada para educar en la emoción, la convivencia y el disfrute del movimiento.

Desde esta perspectiva, considero que esta propuesta no solo se ajusta a los objetivos del currículo, si no que aporta una visión más personal y comprometida con el desarrollo integral del alumno. Como futuro como docente, aspiro a diseñar propuestas similares, adaptadas a la realidad de cada grupo y su contexto, en las cuales no solo se enseñen contenidos, sino que ayuden a los niños y niñas a sentirse parte del proceso de forma valiosa. Después de trabajar en este proyecto, tengo más claro que educar no es solo transmitir conocimientos sino también crear experiencias que dejen huella. Por ello me gustaría que mis clases lleguen a ser ese espacio donde el movimiento, la emoción y el aprendizaje vayan siempre de la mano.

8.- Conclusiones

La realización de este trabajo ha supuesto un proceso de consolidación, reflexión y proyección personal y profesional. Desde el inicio, el objetivo ha sido diseñar una propuesta didáctica centrada en la gamificación como medio para mejorar la motivación y el bienestar emocional del alumnado en el área de Educación Física. A lo largo de su desarrollo este trabajo no solo ha fortalecido las ideas que ya tenía como futuro docente, sino que me ha aportado una base teórica y metodológica sólida para fundamentarlas y darles coherencia.

Una de las principales aportaciones de este trabajo ha sido el diseño de una propuesta gamificada realista, creativa y sentido dentro del currículo. Cada detalle, desde la narrativa hasta las dinámicas cooperativas ha sido pensado con la intención de que el alumnado no solo se mueva, sino que también se implique, sienta emociones y trabaje desde el respeto y la colaboración. A lo largo del proceso he confirmado que el juego puede convertirse en una herramienta poderosa si se planifica con intención pedagógica, demostrando por ello, que no tiene por qué restarle seriedad a la enseñanza. Creo firmemente que es posible enlazar emoción y aprendizaje sin perder rigor, y que la gamificación está para enriquecer lo que ocurre en el aula y darle un significado más profundo.

Durante la elaboración del TFG, han surgido diversos retos, entre ellos la dificultad de diseñar actividades ajustadas al currículo oficial manteniendo el componente lúdico y emocional, y la necesidad de prever instrumentos de evaluación variados y adecuados que valoren el proceso por encima del resultado. Estas dificultades, lejos de desmotivarme han representado oportunidades de aprendizaje que me han permitido madurar en la forma de planificar, analizar y sobre todo justificar cada decisión pedagógica.

Diseñar esta propuesta me ha ayudado a confirmar el tipo de maestro que quiero llegar a ser: alguien comprometido con la innovación, que apuesta por las metodologías activas y que entiende la enseñanza como algo que va mucho más allá de los contenidos, preocupado por cómo se sienten los alumnos en clase. A lo largo de este trabajo he comprendido que ser docente implica acompañar, escuchar y crear un ambiente en el que cada niño y niña se sienta valorado, seguro y con ganas de aprender, algo, que es tan importante como cualquier objetivo marcado en el currículo.

Este TFG también pretender ser útil para otros docentes, mostrando como se puede aplicar una narrativa gamificada con coherencia curricular y con atención a la diversidad, fomentando climas de aula positivos. La idea no es replicar una receta, sino de ofrecer un

ejemplo adaptable a distintos contextos, con herramientas que pueden inspirar nuevas formas de enseñar.

A nivel más personal, este trabajo ha sido una experiencia ilusionante que me ha acompañado durante semanas de esfuerzo, dedicación y compromiso. La posibilidad de imaginarme dentro del aula, guiando a un grupo de alumnos a través de una aventura educativa con sentido, me ha ayudado a visualizar con más claridad la profesión a la que aspiro en un futuro a corto plazo. El hecho de dedicar tantas horas a planificar, ajustar, rediseñar y dar forma a una propuesta que aún no se ha implementado demuestra el grado de implicación que siento con esta profesión.

Esta propuesta ha sido también una manera de volcar y adaptar mi forma de entender la enseñanza: desde el juego, sí, pero también desde la escucha, la utilización de emociones, el trabajo colectivo y la creatividad. Diseñar esta secuencia de sesiones ha sido como construir un puente entre lo que soy como estudiante de Educación Primaria y lo que deseo ser como maestro en un futuro. Un puente que tiene como pilar fundamental la motivación, pero sostenido por el rigor y la sensibilidad hacia el contexto real escolar.

Este trabajo no solo pone fin a una etapa académica, sino que marca el comienzo de un camino profesional lleno de ilusión que afronto con vocación, compromiso y el deseo de estar cerca del niño. Me llevo la convicción de que cada pequeño paso que compartimos con ellos en el aula puede marcar la diferencia, y que educar, al final, es acompañar desde el respeto y sobre todo desde la empatía.

Como mensaje final, me gustaría mencionar que los docentes tenemos un papel clave no solo en transmitir contenidos sino en conectar emocionalmente con nuestro alumnado. La Educación Física, más allá de las habilidades motrices, puede ser una vía poderosa para trabajar emociones, valores y relaciones humanas. Y si logramos que el movimiento se transforme en experiencia, habremos conseguido algo más que enseñar, habremos educado.

9.- Referencias Bibliográficas

Álvarez Flores, D. (2024). La gamificación en la educación física: Revisión sistemática. *Revista Mentor, 3*(7), 225–246. https://revistamentor.ec/index.php/mentor/article/view/6800

Ausubel, D. P. (1968). *Educational psychology: A cognitive view*. Holt, Rinehart, and Winston. https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.112045/page/n19/mode/2up

Cabrera-Sáez, D., Valero-Valenzuela, A., & Morales-Belando, M. T. (2023). Revisión narrativa sobre la gamificación en educación física: Desde la puntificación hasta la gamificación adaptativa. [Preprint no revisado por pares]. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/387248254

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. Springer.

Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2011). From game design elements to gamefulness: Defining "gamification". In *Proceedings of the 15th International Academic MindTrek Conference: Envisioning Future Media Environments* (pp. 9–15). ACM. https://doi.org/10.1145/2181037.2181040

Ferriz-Valero, A., Agulló-Pomares, G., & Tortosa-Martínez, J. (2023). Benefits of gamified learning in physical education students: A systematic review. *Apunts. Educación Física y Deportes, 153*, 39–51. https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/3).153.04

García-Luque, J. A., & Morales, O. (2024). Cómo evitar efectos negativos al gamificar en educación: Revisión panorámica y aproximación heurística hacia un modelo instruccional. [Preprint no revisado por pares]. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/378820055

Hamari, J., Koivisto, J., & Sarsa, H. (2014). Does gamification work? A literature review of empirical studies on gamification. In *Proceedings of the 47th Hawaii International Conference on System Sciences* (pp. 3025–3034). IEEE. https://doi.org/10.1109/hicss.2014.377

Junta de Castilla y León. (2022). *Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León*. *Boletín Oficial de Castilla y León, núm. 190, 30 de septiembre de 2022*, pp. 48533–48752. https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-2.pdf

Kapp, K. M. (2012). *The gamification of learning and instruction: Game-based methods and strategies for training and education*. Pfeiffer.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020, pp. 122868 a 122953. https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3

Navarro-Mateos, C., Pérez-López, I. J., & Femia Marzo, P. (2021). La gamificación en el ámbito educativo español: Revisión sistemática. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 42*, 507–512. https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.87384

Ortiz-Colón, A. M., Jordán, J., & Agredal, M. (2018). Gamificación en educación: Una panorámica sobre el estado de la cuestión. *Educação e Pesquisa, 44*. https://doi.org/10.1590/S1678-4634201844173773

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 52, de 2 de marzo de 2022, páginas 24895 a 25046. https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157

Santos Antón, J. (2025). *Memoria de prácticas. Prácticum II – Mención Educación Física* [Trabajo no publicado de grado]. Universidad de Valladolid, Campus de María Zambrano (Segovia).

Seaborn, K., & Fels, D. I. (2015). Gamification in theory and action: A survey. *International Journal of Human-Computer Studies, 74*, 14–31. [Preprint no revisado por pares].https://www.researchgate.net/publication/266398023

Torres-Toukoumidis, A., Fernández Jiménez, M. M., Merchán-Romero, J., & Vega-Ramírez, J. F. A. (2025). Gamification and artificial intelligence in the educational context: Analysis of scientific literature. In A. Schönbohm et al. (Eds.), *GALA 2024, LNCS 15348* (pp. 349–354). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-031-78269-5_34

Werbach, K., & Hunter, D. (2012). *For the win: How game thinking can revolutionize your business*. Wharton Digital Press. https://archive.org/details/forwinhowgamethi0000werb/mode/2up

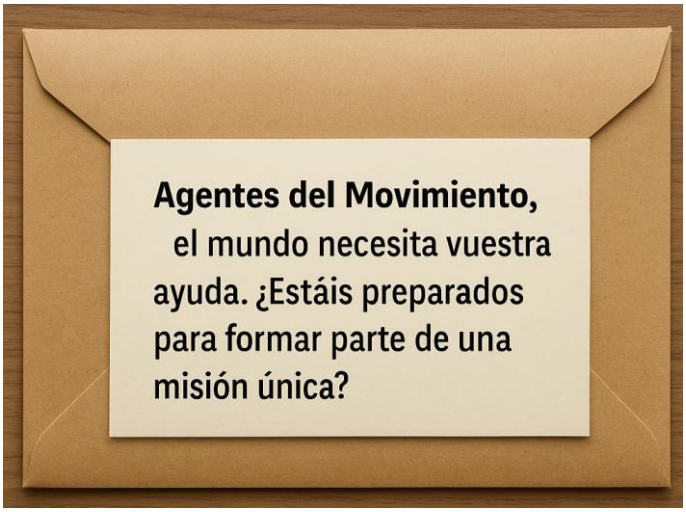
Zichermann, G., & Cunningham, C. (2011). *Gamification by design: Implementing game mechanics in web and mobile apps*. O'Reilly Media

10.- Anexos

ANEXO I – Tarjeta de agentes → SESIÓN I

Fuente: Elaboración a través de Chat GPT.

ANEXO II – Sobre inicio con mensaje → SESIÓN I



Fuente: Elaboración a través de Chat GPT.

ANEXO III – Lista de Cotejo → SESIÓN I

Alumno/a	Participa activamente	Coopera con el grupo	Respeta las normas	Muestra actitud positiva	Controla la impulsividad
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No

Fuente: Elaboración propia

ANEXO IV – Lista de Cotejo → SESIÓN II

Alumno/a	Participa activamente en todas las estaciones	Coopera con su equipo sin conflictos	Propone estrategias o soluciones ante los retos	Respeta turnos y normas en cada estación	Se comunica de forma efectiva con sus compañeros
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No
	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No	☐ Sí ☐ No

Fuente: Elaboración propia.

ANEXO V – Tarjeta de sellos → SESIÓN II

Fuente: Elaboración a través de Chat GPT.

ANEXO VI – Rúbrica de autoevaluación grupal → SESIÓN III

ITEMS	SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA
Hemos cooperado y trabajado en equipo respetando a todos.			
Nos hemos escuchado y atendido con respeto durante la preparación del mensaje.			
Hemos creado una secuencia motriz original y expresiva.			
Nos hemos esforzado por respetar las normas de la actividad y actuar con juego limpio.			

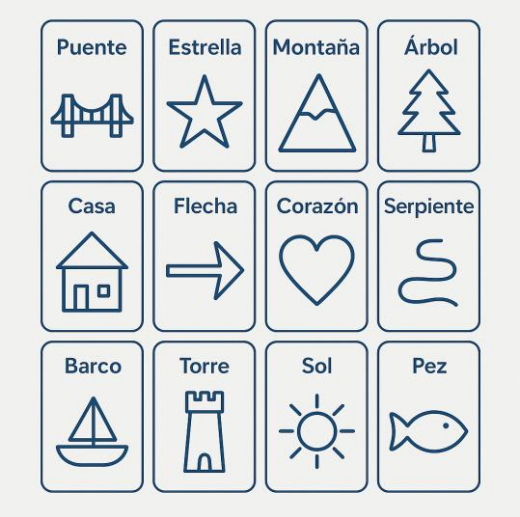
Fuente: Elaboración propia.

ANEXO VII – Tarjetas códigos → SESIÓN III

Tarjeta 1	Tarjeta 2	Tarjeta 3	Tarjeta 4
Escuchar Cooperar Energía	Trabajo en equipo Respeto	Atender Compartir Movimiento suave	Confiar Seguir el ritmo Expresar con el cuerpo
Tarjeta 5	**Tarjeta 6**	**Tarjeta 7**	**Tarjeta 8**
Cuidar al compañero Entusiasmo Observar con atención	Ayudar Silencio Coordinación	Unidad Escucha activa Creatividad	Imitar Comunicar Trabajo conjunto

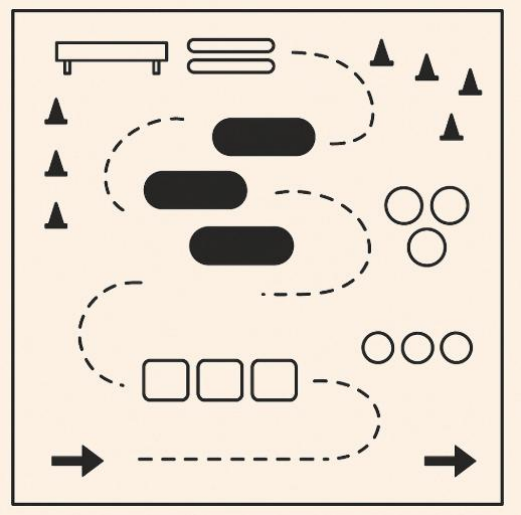
Fuente: Elaboración propia.

ANEXO VIII – Ejemplo de ficha para representar → SESIÓN IV



Fuente: Elaboración propia.

ANEXO IX – Plano del circuito cooperativo. → SESIÓN V



Fuente: Elaboración propia.

ANEXO X – Lista de cotejo evaluación Sesión V. → SESIÓN V

INDICADOR	SÍ	NO	OBSERVACIONES
Participa activamente en las dinámicas de la sesión			
Respeta las normas establecidas durante las actividades			
Coopera con su grupo y ayuda al compañero "herido" durante el circuito			
Utiliza estrategias motrices para superar los obstáculos del recorrido			
Se comunica de forma no verbal con sus compañeros para resolver el reto			
Muestra actitudes de respeto, compañerismo y juego limpio			
Adapta sus movimientos con control corporal en la vuelta a la calma ("el refugio")			

Fuente: Elaboración propia.

ANEXO XI – Tabla de coevaluación grupal. → SESIÓN VI

Fuente: Elaboración propia.

ANEXO XII – Partes del mensaje secreto final → SESIÓN VII

Fuente: Elaboración propia.

ANEXO XIII – Carnés de Agentes del Movimiento → SESIÓN VII

Fuente: Elaboración propia.

ANEXO XIV – Rúbrica de autoevaluación final → SESIÓN VII

RÚBRICA DE AUTOEVALUAUCIÓN

Piensa en cómo has trabajado durante las misiones y marca la carita que más se parezca a cómo lo has hecho tú

¿Cómo lo he hecho como agente del movimiento?	Muy bien	A veces sí, a veces no	Me ha costado
He ayudado a mi equipo y me he portado bien con los demás			
He respetado las normas de los juegos			
He usado mi cuerpo para expresarme, moverme y colaborar			
He escuchado a mis compañeros y he trabajado en equípo			
Me he esforzado, me he implicado y he disfrutado de las misiones			

Fuente: Elaboración a través de Chat GPT.