

TRABAJO DE FIN DE GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA



Universidad de Valladolid

PROPUESTA DIDÁCTICA EN EL AULA DE EDUCACIÓN FÍSICA: JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS CON MATERIAL NO CONVENCIONAL

AUTOR: Rubén Martín Zazo

TUTOR ACADÉMICO: Borja Jiménez Herranz

RESUMEN

En el presente Trabajo Fin de Grado se muestra el diseño de una propuesta didáctica sobre juegos y deportes alternativos con material no convencional para el área de Educación Física, así como su posterior desarrollo dentro de un grupo-clase de diez alumnos pertenecientes a un Centro Rural Agrupado de la provincia de Ávila.

Tras la puesta en práctica de todas las sesiones programadas, los resultados obtenidos han sido favorables en términos de motivación, respeto y autonomía por parte de los alumnos implicados. Además, todos los alumnos han sido capaces de construir su propio material de juego y progresar desde las actividades más sencillas y simples hasta aquellas otras más complejas y difíciles, teniendo en cuenta sus posibilidades y limitaciones personales.

Por último, el trabajo puede suponer un recurso para otros profesionales de la Educación Física y del Deporte en Edad Escolar interesados en propuestas alternativas que favorezcan el desarrollo de la conciencia ecológica de los alumnos.

PALABRAS CLAVE

Educación Física; Juegos y deportes alternativos; Material no convencional; Goba; Indiacá.

ABSTRACT

The purpose of this project is the design of a didactic proposal on games and alternative sports with non-conventional material for the Physical Education area, as well as its subsequent development within a group of ten students belonging to a Rural Center Grouped of the province of Avila.

After the implementation of all the sessions scheduled, the results obtained have been favourable regarding motivation, respect and autonomy on the part of the students involved. Besides, all students have been able to build their game material and progress from simplest activities to those more complex and challenging, taking into account their potential and personal limitations.

Finally, the work can be a resource for other Physical Education and Sports Age School professionals interested in alternative proposals that favour the development of the students' ecological awareness.

KEYWORDS

Physical education; Alternative games and sports; Unconventional material; Goba; Indiacca.

ÍNDICE

1. Introducción	Pág.- 7
2. Justificación	Pág.- 10
3. Objetivos	Pág.- 13
4. Marco Teórico	Pág.- 14
4.1 Concepto y Origen de los juegos y deportes alternativos	Pág.- 14
4.2 Clasificación y características de los juegos y deportes alternativos	Pág.- 15
4.3 Beneficios de los juegos y deportes alternativos	Pág.- 17
4.4 Juegos y deportes alternativos dentro del área de Educación Física	Pág.- 18
4.5 Los materiales dentro del área de Educación Física	Pág.- 19
5. Unidad Didáctica	Pág.- 23
5.1 Datos identificativos	Pág.- 23
5.2 Justificación	Pág.- 23
5.3 Aspectos relativos al PEC	Pág.- 24
5.4 Características del grupo- clase	Pág.- 26
5.5 Objetivos	Pág.- 29
5.6 Contenidos	Pág.- 31
5.7 Competencias clave	Pág.- 33
5.8 Metodología y Organización	Pág.- 34
5.9 Sesiones	Pág.- 39
5.10 Evaluación	Pág.- 39
5.11 Atención a la diversidad	Pág.- 50
6. Resultados de la propuesta didáctica	Pág.- 51
7. Conclusiones	Pág.- 54
7.1 Limitaciones en la puesta en práctica de la propuesta didáctica	Pág.- 57
7.2 Lecciones aprendidas: aspectos a mejorar para el futuro	Pág.- 58

8. Bibliografía	Pág.- 60
9. Anexos	Pág.- 63
9.1 Sesiones	Pág.- 64
9.2 Ficha sobre el proceso de construcción de la goba	Pág.- 76
9.3 Ficha sobre el proceso de construcción de la indiaca	Pág.- 81
9.4 Imágenes de la sesiones	Pág.- 85

Índice de Figuras

Fig.1. Material para construir la indiaca	Pág.- 38
Fig.2. Material para construir la goba	Pág.- 38
Fig.3. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 76
Fig.4. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 77
Fig.5. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 77
Fig.6. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 78
Fig.7. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 78
Fig.8. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 78
Fig.9. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 79
Fig.10. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 79
Fig.11. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 79
Fig.12. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 79
Fig.13. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 80
Fig.14. Proceso de construcción de la goba	Pág.- 80
Fig.15. Proceso de construcción de la indiaca	Pág.- 81
Fig.16. Proceso de construcción de la indiaca	Pág.- 82
Fig.17. Proceso de construcción de la indiaca	Pág.- 82
Fig.18. Proceso de construcción de la indiaca	Pág.- 82

Fig.19. Proceso de construcción de la indiacá	Pág.- 83
Fig.20. Proceso de construcción de la indiacá	Pág.- 83
Fig.21. Proceso de construcción de la indiacá	Pág.- 83
Fig.22. Patio del centro escolar donde se llevan a cabo las sesiones	Pág.- 85
Fig.23. Indiacas construidas por los alumnos	Pág.- 85
Fig.24. Gobas construidas por los alumnos (zona de golpeo)	Pág.- 86
Fig.25. Gobas construidas por los alumnos (zona de sujeción)	Pág.- 86
Fig.26. Exploración y retos por parejas con gobas	Pág.- 87
Fig.27. Actividad de competición 1x1 con gobas	Pág.- 87
Fig.28. Actividades de competición 1x1 y 2x2 con gobas e indiacas	Pág.- 88

Índice de Tablas

Tabla 1. Modalidades de los juegos y deportes alternativos	Pág.- 15
Tabla 2. Aplicación de los juegos y deportes alternativos	Pág.- 16
Tabla 3. Ejemplos de materiales convencionales de uso no convencional	Pág.- 22
Tabla 4. Relación de la unidad didáctica con los bloques de contenidos	Pág.- 31
Tabla 5. Temporalización de las sesiones	Pág.- 36
Tabla 6. Relación de la unidad didáctica con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables de 4º curso	Pág.- 41
Tabla 7. Relación de la unidad didáctica con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables de 5º curso	Pág.- 43
Tabla 8. Relación de la unidad didáctica con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables de 6º curso	Pág.- 45
Tabla 9. Ficha de seguimiento grupal para la evaluación de los alumnos	Pág.- 48
Tabla 10. Ficha de autoevaluación de la unidad didáctica	Pág.- 49
Tabla 11. Ficha para la evaluación del trabajo del maestro	Pág.- 49

Tabla 12. Sesión nº1	Pág.- 64
Tabla 13. Sesión nº2	Pág.- 66
Tabla 14. Sesión nº3	Pág.- 68
Tabla 15. Sesión nº4	Pág.- 70
Tabla 16. Sesión nº5	Pág.- 72
Tabla 17. Sesión nº6	Pág.- 74

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, pocos son los niños/as que realizan actividades deportivas con material no convencional, entendiendo éstos como todos aquellos materiales que no son exclusivos de la Educación Física, pero pueden ser utilizados para poner en práctica los contenidos de actividades físicas y deportivas. Dicho material puede ser fabricado por el alumno o ser un material reutilizado, es decir, una vez haya sido utilizado se le da otra utilidad muy diferente para la cual fue creado (Trujillo, 2010).

En la mayoría de ocasiones, los alumnos ocupan su tiempo libre practicando actividades deportivas estandarizadas (baloncesto, fútbol, natación, atletismo, tenis, pádel, balonmano, etc.). Asimismo, estas actividades también son practicadas incluso en horario lectivo, durante el tiempo que los alumnos tienen de recreo.

Como consecuencia, es posible que haya niños/as que desconozcan los juegos y actividades deportivas realizadas con material no convencional. Por ello, con el presente trabajo queremos diseñar y llevar a la práctica una propuesta didáctica de seis sesiones donde serán los propios alumnos los que construirán los diversos materiales a utilizar.

La propuesta práctica se desarrolla en el Centro Rural Agrupado (C.R.A.) “Los Fresnos” (Ávila), concretamente en el Colegio situado en Aldea del Niño Rey, con niños/as de 4º, 5º y 6º curso de Educación Primaria, pertenecientes todos ellos a una misma clase.

Todas las actividades están planificadas para que los alumnos no tengan que comprar ningún tipo de material. Para ello, será suficiente con reutilizar aquellos materiales que normalmente se encuentran en el hogar, sin ser conscientes del gran potencial educativo que tienen, como pueden ser: cartones, bolsas de plástico o cinta elástica de costura.

La unidad didáctica está fundamentada en la iniciación a los juegos y deportes, utilizando material no convencional construido por los propios alumnos. En ella se pretende que el alumno adquiera los conocimientos técnicos y tácticos básicos de diferentes juegos deportivos a través de sesiones con gobas e indiacas contruidos con material reciclado (ver Anexos 2 y 3). Tanto la goba como la indiacas son considerados juegos y deportes alternativos de carácter colectivo basados en la utilización de

implementos. Por su parte, el uso de cartones pretende el desarrollo de la creatividad para su uso y aprovechamiento en diversos juegos y actividades. Para ello, los alumnos realizarán actividades individuales, en pareja o en grupo, y se utilizarán diferentes estrategias metodológicas con forma de retos, juegos modificados, deportes sociomotrices (Parlebas, 2001), deportes alternativos o situaciones de cooperación y colaboración-oposición (Velázquez, 2012). Además de los conocimientos técnicos y tácticos propios de los juegos deportivos, también se pretende que el alumno adquiera una serie de conocimientos y valores relacionados con la educación ambiental y el respeto al medio ambiente.

El presente trabajo se estructura en varios grandes apartados: (1) justificación; (2) objetivos; (3) marco teórico; (4) propuesta de intervención didáctica; (5) resultados; (6) conclusiones y (7) bibliografía.

En el apartado de justificación explicamos, desde una perspectiva personal, por qué hemos elegido este tema para realizar la propuesta didáctica, Asimismo, desde una perspectiva profesional, justificamos la realización de este trabajo como futuros maestros de Educación Física, destacando la importancia de trabajar con juegos y deportes alternativos con material no convencional.

Seguidamente, se presenta el apartado de los objetivos de este Trabajo Fin de Grado. En primer término aparece el objetivo principal de la investigación, que se basa en diseñar y llevar a la práctica una propuesta didáctica de juegos y deportes alternativos con material no convencional. En segundo lugar, desglosamos el objetivo principal en varios objetivos más específicos y concretos, a los que daremos respuesta, con posterioridad, en el apartado de conclusiones.

Por otro lado, presentamos una amplia fundamentación teórica basada en los aspectos más significativos de los juegos y deportes alternativos; la transcendencia que tienen estos juegos y deportes dentro del área de Educación Física; y las principales características en relación a los materiales convencionales, no convencionales y convencionales con uso no convencional.

En el siguiente apartado presentamos la parte central del Trabajo Fin de Grado, la propuesta de intervención o unidad didáctica. Debido a su extensión, y a las limitaciones espaciales en las que debe basarse el trabajo, esta unidad didáctica aparece

en el Anexo 1. La propuesta en cuestión, está compuesta por seis sesiones que han sido llevadas a cabo en un Centro Rural Agrupado de la provincia de Ávila, con alumnos de 4º, 5º y 6º Curso de Educación Primaria.

Tras el diseño de la unidad didáctica, aparecen los principales resultados obtenidos tras la puesta en práctica de la misma. Para la obtención de dichos resultados, hemos utilizado diferentes instrumentos de evaluación que se exponen en el desarrollo del trabajo. En este sentido, hemos observado a los alumnos y tenido en cuenta aspectos que considerábamos importantes, como por ejemplo: la diversión, la motivación, el juego limpio, las relaciones sociales, la autonomía, el esfuerzo y los buenos hábitos.

Seguidamente, aparece el apartado de conclusiones, donde respondemos a los objetivos de la investigación que nos planteamos al inicio de la misma. También comentamos la prospectiva de futuro en relación a la propuesta didáctica desarrollada, así como las principales limitaciones que nos hemos encontrado en su puesta en práctica.

Por último, aparece la bibliografía consultada para realizar este Trabajo Fin de Grado, así como los documentos legislativos vigentes y los anexos correspondientes.

2. JUSTIFICACIÓN

A lo largo de este apartado realizaremos una justificación del tema de estudio elegido, atendiendo a tres niveles fundamentalmente: (1) personal, (2) legal y (3) profesional.

Desde un punto de vista personal, el principal motivo para la elección del tema ha surgido durante la realización del *Practicum* II en una pequeña localidad rural que apenas contaba con material deportivo para poder desarrollar las clases de Educación Física con normalidad. Por ello, se consideró necesaria la construcción de los propios materiales de juego y así conseguir que todos los alumnos dispusiesen de material suficiente para poder participar de forma activa en las diferentes sesiones de trabajo. De este modo, contamos con material de bajo coste económico, los alumnos están más motivados, adquieren una conciencia ecológica y aprenden a valorar y respetar el material.

También he tenido en cuenta mi experiencia como monitor deportivo, donde he comprobado que la gran mayoría de juegos y deportes alternativos pueden llegar a cumplir los mismos objetivos que cualquiera de los deportes tradicionales más comunes en la sociedad.

Por otro lado, desde una perspectiva legislativa, hemos de recordar que con esta propuesta didáctica se contribuirá al desarrollo de diversas capacidades en los niños. De acuerdo con lo especificado en el artículo 7 del Real Decreto 126/2014, se pretende lograr los objetivos de Educación Primaria, concretamente el objetivo K: “Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social”. En este mismo documento también quedan reflejados los contenidos que pretendo trabajar con los alumnos:

- “Resuelve retos tácticos elementales propios del juego, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices”.
- “Reconoce los efectos del ejercicio físico y la higiene manifestando una actitud responsable hacia uno mismo”.
- “Manifiesta respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre”.

La relación con el currículo del área del Educación Física a nivel autonómico, se fundamenta en el Decreto 26/2016, de 21 de julio, *por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León*.

Este Trabajo Fin de Grado, está relacionado directamente con el cuarto bloque de contenidos “Juegos y Actividades Deportivas” que figura en dicho documento, donde tiene especial relevancia la cooperación, la oposición, el respeto a las normas, el respeto al resto de compañeros, la ejecución motriz en el momento adecuado, las estrategias colectivas, así como el fomento de actitudes relacionadas con el respeto y conservación del medio natural. También guarda una estrecha relación con el segundo bloque “Conocimiento Corporal”, pues se pretende que el alumno adquiera un conocimiento y control del propio cuerpo, lo cual resulta determinante tanto para el desarrollo de la propia imagen corporal como para la adquisición de posteriores aprendizajes motores.

Finalmente, como futuro docente, hemos de recordar que los aprendizajes más significativos son aquellos que pones en práctica en la escuela y tienen una relación directa con los conocimientos y experiencias previas y con la vida cotidiana. Por ello, es necesario plantear situaciones motrices que sean motivadoras para los alumnos/as, como por ejemplo la construcción de los propios materiales de Educación Física por ellos mismos sin necesidad de recurrir a materiales comerciales con el correspondiente gasto económico. Estos juegos y actividades deportivas utilizando material no convencional nos permiten despertar la imaginación de los alumnos, tanto en la construcción de los propios materiales como en la realización y desarrollo de las actividades.

Asimismo, y siguiendo a Marbán (2008), es importante que un futuro profesional de la enseñanza adquiera el desarrollo de las competencias necesarias para poder reconocer, planificar, desarrollar y valorar las diferentes situaciones de enseñanza y aprendizaje. También deberá ser capaz de transmitir información, ideas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

Según la memoria del plan de estudios del título de Grado Maestro en Educación Primaria por la Universidad de Valladolid, para el curso 2015/2016, se establecían una serie de competencias específicas que el alumno (futuro maestro) debe desarrollar. En este sentido, el Trabajo Fin de Grado hace referencia a:

1. “Conocer y comprender las características del alumnado de Primaria, sus procesos de aprendizaje y el desarrollo de su personalidad, en contextos familiares sociales y escolares.” Una vez que se conoce todo el ambiente que rodea al alumnado, se pueden programar las actividades en función de sus características.
2. “Conocer, valorar y reflexionar sobre los problemas y exigencias que plantea la heterogeneidad en las aulas, así como saber planificar prácticas, medidas, programas y acciones que faciliten la atención a la diversidad del alumnado.” Debido a la diversidad de los alumnos en un aula que consta de tres cursos (4º, 5º y 6º curso de Educación Primaria), es necesario tener conocimiento de su heterogeneidad para adaptar las actividades a sus capacidades.
3. “Potenciar la formación personal facilitando el auto conocimiento, fomentando la convivencia en el aula, el fomento de valores democráticos y el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad, rechazando toda forma de discriminación.” A través de los juegos y deportes se fomenta el trabajo en equipo, la deportividad respetando las normas y el respeto hacia los demás.

3. OBJETIVOS

Con la realización del presente trabajo se pretende alcanzar el siguiente objetivo general:

Diseñar y poner en práctica una unidad didáctica de juegos y deportes con material no convencional, donde el alumnado sea capaz de construir su propio material de juego e iniciarse en diferentes actividades deportivas.

Este objetivo general se concreta en los siguientes objetivos específicos:

1. Potenciar la práctica de actividades físicas en entornos que carecen de material deportivo específico.
2. Conocer y valorar la utilidad de los materiales contruidos a partir de desechos y reciclados, como herramienta útil y polivalente que potencie la conciencia ecológica del alumnado.
3. Valorar y dar importancia a los juegos y deportes alternativos a través de su práctica en un centro rural.
4. Elaborar un documento de recursos materiales y actividades útiles en cualquier contexto educativo.

4. MARCO TEÓRICO

A lo largo de este marco teórico, desarrollaremos los principales aspectos relacionados con los juegos y deportes alternativos, especificando el concepto, su origen, su clasificación, sus características y sus principales beneficios. También hablaremos de los diferentes tipos de materiales empleados en el área de Educación Física como principal recurso para el correcto desarrollo de nuestra labor docente.

4.1. CONCEPTO Y ORIGEN DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS

En primer lugar es necesario conocer el origen de los juegos y deportes alternativos. Para ello, tenemos que retroceder en el tiempo hasta la década de los años 90, donde comienza a conocerse este término en nuestro país.

En un principio se conocía como “deportes alternativos para el año 2000” y posteriormente con el paso del tiempo se acabó denominando “juegos y deportes alternativos”. Esto surgió a raíz de los seminarios que se realizaban en el INEF (Instituto Nacional de Educación Física) de Madrid. El motivo de estos seminarios era la innovación de la programación del área de Educación Física Escolar y así poder llegar a conseguir que los alumnos descubriesen unos nuevos hábitos deportivos, en los cuales puedan participar cualquier tipo de personas en su tiempo libre (Hernández, 1994).

Son muchos los autores que definen los juegos y deportes alternativos, entre ellos hemos querido destacar el concepto que nos presenta Ruiz (1996) “son deportes no habituales en el medio físico-deportivo escolar” (p.21).

Para Barbero (2000) este tipo de juegos y deportes alternativos, son aquellos que exponen una alternativa a los utilizados tradicionalmente en el área de Educación Física y se diferencian de otros juegos y deportes por el tipo de material empleado.

4.2 CLASIFICACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS

Los juegos y deportes alternativos en la Educación Física escolar se pueden clasificar en función de diferentes características inherentes al propio juego. En la Tabla 1 podemos ver una clasificación de este tipo de juegos y deportes a partir del estudio de Ruiz (1996).

Tabla 1. Modalidades de los juegos y deportes alternativos (elaboración propia a partir de Ruiz, 1996)

Juegos y deportes colectivos	Juegos y deportes de adversario	Deportes individuales de deslizamiento sobre ruedas	Juegos de lanzamiento	Juegos de cooperación
<i>Frisbee– Ultimate y Guths</i>	Indiaca	Monopatín - <i>Skate</i>	<i>Frisbee</i>	Paracaídas
Balonkorf	Palas	Patines de ruedas	<i>Boomerang</i>	Balones y Globos gigantes
<i>Floorball</i>	Bádminton	Bicicleta	Juegos malabares	<i>Ultimate</i>
<i>Lacrosse</i>	<i>Shuttleball</i>		<i>Fun-ball</i>	<i>Balonkorff</i>
Indiaca –equipos	<i>Ball Netto</i>		Peloc	
Voley-Recreativo	Peloc			

Como podemos observar, uno de los criterios de clasificación es la interrelación del individuo con otra u otras personas. Esto nos recuerda a la clasificación de los deportes establecida por Parlebas (2001), el cual nos hablaba de dos tipos de deportes: (1) deportes psicomotrices, donde el individuo actúa en solitario y (2) deportes sociomotrices, donde el individuo interactúa con otra u otras personas y, en función de esa interrelación podíamos encontrar deportes de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición.

Siguiendo con Ruiz (1996), podemos ver cómo otras formas de entender los juegos y deportes alternativos son: (1) los juegos y deportes tradicionales autóctonos de cada región o comunidad y (2) las actividades físicas en el medio natural.

En cuanto a las características de los juegos y deportes alternativos, según Virosta (1994) éstos tienen varias características muy significativas, como por ejemplo:

- Son considerados juegos y deportes *de por vida*, ya que no existe ningún límite de edad en la práctica de estos juegos y deportes alternativos.
- También son considerados muy *familiares*, debido a que lo pueden practicar cualquier miembro de la familia, independientemente de la edad que tengan.
- Por último, son denominados de *tiempo libre*, porque se pueden realizar en cualquier tipo de lugar, siempre y cuando se adapte la actividad al entorno en que nos encontremos, como puede ser el patio de la escuela, playa, parque, etc.

Otro de los aspectos que caracterizan a este tipo de juegos y deportes es el material utilizado. Se trata de un material no convencional, al que se le da un uso totalmente diferente para el que fue diseñado.

Siguiendo con Ruiz (1996), éste destaca una serie de características que son importantes tener en cuenta a la hora de trabajar los juegos y deportes alternativos, como son: (1) la utilización de materiales económicos, (2) la facilidad de su aprendizaje, (3) la diversidad de aplicaciones prácticas, (4) la novedad que suponen con respecto a los deportes habituales de la escuela, (5) la adaptabilidad de las instalaciones, (6) su funcionalidad, al suponer un nuevo recurso educativo, (7) su adaptabilidad, pues no requieren de una gran capacidad física y (8) la posibilidad de ser practicados por personas de ambos sexos sin ningún tipo de distinción.

A continuación, en la Tabla 2 podemos observar las diversas aplicaciones que tienen los juegos y deportes alternativos:

Tabla 2. Aplicación de los juegos y deportes alternativos (elaboración propia a partir de Ruiz, 1996)

APLICACIÓN	
Escuela	Medio educativo en Primaria Medio educativo en Secundaria
Deporte	Competición
Ocio, recreación y Tiempo libre	Programas de animación deportiva. Programas de mantenimiento físico. Programas de gimnasia para mayores de edad

Como queda reflejado en la tabla anterior, una de las mayores ventajas que tiene este tipo de juegos y deportes, es la variedad de aplicaciones que podemos realizar con ellos, ya que se pueden emplear para trabajarlos en diferentes ámbitos. Además, según Ruíz (1996), este tipo de juegos y deportes pueden trabajarse en: (1) programas educativos de Educación Física en diferentes cursos y etapas; (2) programas de deporte escolar de carácter municipal; (3) actividades de ocio y tiempo libre como medio de catarsis; (4) ámbito competitivo, etc.

Asimismo, este tipo de juegos y deportes cumplen una importante función de socialización, ya que promueve las relaciones entre todos los practicantes.

4.3 BENEFICIOS DE LOS JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS

Como ya hemos comentado en apartados anteriores, los juegos y deportes alternativos pueden aplicarse en diferentes ámbitos y situaciones de la vida real (programas de Educación Física, programas de deporte escolar, actividades de ocio y tiempo libre, etc.). Asimismo, este tipo de juegos y deportes pueden generar un importante número de ventajas y beneficios. Según Ortí (2004), los juegos y deportes alternativos nos pueden ayudar a conseguir varios objetivos dentro del área de Educación Física, como por ejemplo: (1) Conocer las características de nuestro cuerpo y de los compañeros, así como sus capacidades y limitaciones; (2) Conocer los diferentes entornos que nos rodean; (3) Progresar en las capacidades coordinativas, condicionales y mixtas; (4) Tratar la agresividad a través de aspectos positivos y descargar tensiones mediante los juegos y deportes; (5) Fomentar la socialización del grupo; (6) Promover la coeducación, la igualdad, la inclusión del alumnado y fomentar la comunicación en el grupo, etc.

Por último, Manzano y Ramallo (2005) manifiestan que es muy recomendable trabajar los juegos y deportes alternativos, debido a una serie de factores que favorecen su adecuado desarrollo: (1) Instalaciones simples que se pueden improvisar; (2) Materiales económicos; (3) Actividades sencillas para su iniciación; (4) Fomentan la coeducación; (5) No requieren grandes esfuerzos; (6) Novedosos recursos educativos; (7) Variante a los deportes comunes; (8) Diversas aportaciones, etc.

4.4. JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS DENTRO DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

A nivel legislativo, los juegos y deportes alternativos tienen una relación directa con el actual Decreto 26/2016 de Castilla y León. Concretamente en el cuarto bloque de contenidos del área de Educación Física (Juegos y actividades deportivas) se menciona la iniciación a este tipo de juegos y deportes. Entre sus contenidos encontramos el siguiente: “Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos: juegos deportivos convencionales, recreativos adaptados y deportes alternativos” (Decreto 26/2016, p. 34596).

Una enseñanza de calidad debe requerir una formación permanente y continúa por parte del profesorado, por ello, es necesario utilizar actividades deportivas alternativas para seguir evolucionando en el ámbito de la Educación Física (Ruiz, 1996).

Estos juegos y deportes no han formado parte de la Educación Física tradicional, sino que su inclusión dentro de la escuela en general y de la Educación Física en particular tiene un origen relativamente reciente. Según Ruiz (1996) este retraso en la incorporación de los juegos y deportes alternativos puede ser debido a diferentes razones: (1) por su desconocimiento por parte del profesorado; (2) por no ser juegos habituales y cotidianos del entorno de los alumnos y (3) por ser relativamente nuevos y pendientes de promocionar.

Siguiendo con Ruiz (1996, p. 22), podemos ver cómo los juegos y deportes alternativos deben formar parte del currículum del área de Educación Física por diferentes motivos:

Se pueden enseñar en el medio escolar, en las pocas instalaciones de que disponemos en los centros públicos de enseñanza, o haciendo pequeñas variaciones e improvisaciones.

Los materiales y equipamientos son fáciles de conseguir, siendo asequibles a la economía de la mayoría de los departamentos de Educación Física.

Para la práctica de estos juegos y deportes no es preciso ser un gran atleta, se pueden realizar mediante ejercicios y esfuerzos moderados, de mediana intensidad.

La iniciación a estos juegos y deportes alternativos, es de fácil aprendizaje, con habilidades sencillas.

El nivel de iniciación en este tipo de juegos suele ser homogéneo en todo el grupo, sin distinción de sexos.

Asimismo, según Ortí (2004, p. 74), estos juegos y deportes alternativos deben de tener en cuenta y cumplir los diversos aspectos y valores del marco educativo, entre los que destaca los siguientes:

Favorecer el desarrollo de todas las capacidades del alumnado, en función de sus características, capacidades, necesidades y motivaciones.

Participación activa del alumnado de forma que sea partícipe de su propio proceso de enseñanza – aprendizaje.

Atender a la diversidad, hemos de individualizar los aprendizajes.

Desarrollar el pensamiento crítico y reflexivo.

Buscar la interdisciplinaridad, relacionando los juegos con temáticas transversales.

4.5. LOS MATERIALES DENTRO DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Dentro del área de Educación Física el material es muy diverso e importante. Este hecho justifica la necesidad de establecer una clasificación de los materiales a utilizar en nuestra asignatura.

El MEC (Ministerio de Educación y Ciencia) en el año 1992 estableció una clasificación de los materiales a utilizar en el área de Educación Física. Según esta clasificación encontramos: (1) material convencional; (2) material no convencional y (3) material convencional con uso no convencional.

4.5.1. Materiales Convencionales

Los materiales convencionales son todos aquellos recursos didácticos que únicamente se emplean en el área de Educación Física para la práctica deportiva. Según Díaz (1996) estos materiales se clasifican de la siguiente forma:

- Por su tamaño:
 - Pequeño material; aros, picas, etc.
 - Mediano; Colchonetas, bancos suecos, etc.
 - Gran Material; porterías, canastas, etc.
- Por su movilidad:
 - Fijo; material de ubicación permanente.
 - Móvil; material que cambia de lugar durante la sesión.

- Mixto; material que se encuentra permanente y posteriormente se cambia de lugar.
- Por su utilización:
 - Individual; lo utiliza un alumno.
 - Colectiva; lo utilizan por parejas o grupos.

4.5.2. Materiales No Convencionales

Los materiales no convencionales son todos aquellos que no han sido diseñados para ser utilizados en el área de Educación Física. .

Teniendo en cuenta lo propuesto por el MEC (1992) y Díaz (1996), podemos decir que los materiales no convencionales se pueden clasificar en:

- (1) Material construido por los propios alumnos; como son los malabares, indiacas, etc.
- (2) Materiales cogidos de la vida cotidiana; como son las bolsas de plástico, pañuelos, telas, etc.
- (3) Material de desecho; son materiales que se suelen tirar una vez usados, como son los neumáticos, cajas de cartón, botellas, etc.
- (4) Material comercializado; son materiales que han sido fabricados para actividades alternativas, como son el paracaídas, diábolo, ringo, etc.
- (5) Material facilitador de actividades de enseñanza convencionales; estos materiales están diseñados para favorecer y facilitar el aprendizaje de los alumnos, como son las pelotas de gomaespuma, picas de plástico, etc.

Según Ortí (2004) describe los juegos con material no convencional, como actividades que emplean un material que no ha sido fabricado para ser utilizado en actividades deportivas, pero puede ser utilizado en ciertos juegos. Siguiendo con este autor, en función del material empleado, podemos hablar de:

- (1) Actividades con material de la vida cotidiana: como son las telas, escobas, etc.
- (2) Actividades con material de desecho o reciclable: para estos juegos se utiliza un material que ya ha sido utilizado previamente para el fin que había sido diseñado y posteriormente nosotros lo adecuamos a nuestros juegos. Existen dos tipos de juegos con dicho material: Juegos que no hace falta manipular el material para

adecuarlo a nuestras actividades y por otra parte, están los juegos que nosotros mismos manipulamos el material y le damos un uso diferente.

- (3) Actividades con material de propia construcción: son los juegos que partiendo de un material no convencional, construimos otro material que emplearemos en diferentes actividades.
- (4) Actividades con elementos del entorno: son los juegos en los cuales se utilizan elementos del entorno, como son las piedras, palos, etc.

Asimismo, este tipo de materiales es adecuado por varios aspectos. Según Méndez (2003) son muchos los beneficios que nos reporta el uso de los materiales no convencionales en el desarrollo de los contenidos de Educación Física. Entre estos beneficios podemos destacar: (1) el tratamiento de habilidades y destrezas básicas; (2) favorece la condición física del alumno; (3) el desarrollo de las habilidades motrices como puede ser la coordinación; (4) la mejora del esquema corporal y del equilibrio; (5) el desarrollo y mejora de los juegos lúdicos y deportivos, etc. El uso de material en el área de Educación Física es habitual para la práctica de cualquier juego o deporte que se realice. Pero como afirman: Palacios, Toja y Abraldes (2001), los materiales en el juego no son imprescindibles, aunque si necesarios para motivar más a los alumnos hacia la actividad.

Continuando con Palacios et al. (2001) mencionan múltiples ventajas de los materiales no convencionales durante su utilización en el área de Educación Física, como son: (1) dan la posibilidad de trabajar los contenidos del área de Educación Física; (2) presentan la posibilidad de realizar múltiples actividades; (3) fomentan la imaginación y la creatividad; (4) la relación entre el alumno y el material es más independiente; (5) fomenta la participación; (6) el material se adapta fácilmente al alumnado; (7) termina con el mito de que el material para hacer actividades deportivas es muy caro, etc.

Lo cierto es que este tipo de material no solo aporta ventajas y beneficios en su puesta en práctica dentro del entorno escolar. Méndez (2008), afirma diversos inconvenientes en relación al uso didáctico de este tipo de materiales, como son: (1) la exigencia de cuidar el material y su construcción para no asumir riesgos con los alumnos que utilizan este tipo de materiales; (2) el disponer de tiempo necesario para construir los materiales; (3) la dificultad de guardar y conservar los materiales en un aula; (4) al trabajar con una gran diversidad de materiales en un mismo aula, es necesario determinar las normas de

seguridad para trabajar con dicho material; (5) exige un mayor nivel de organizar los contenidos debido al material novedoso, etc.

4.5.3. Materiales convencionales con uso no convencional

Los materiales convencionales con uso no convencional se basan en emplear un material denominado tradicional de una forma diferente, en estas situaciones es muy importante la imaginación que pueda tener el maestro para realizar las actividades (Díaz, 1996).

En la tabla 3, podemos observar varios ejemplos de materiales convencionales y su utilidad de manera no convencional.

Tabla 3. Ejemplos de materiales convencionales de uso no convencional (elaboración propia)

Materiales convencionales	Uso no convencional
Espalderas	Escalar y simular un rocódromo
Pared	Realizar lanzamientos y recepciones con una pelota
Bancos suecos	Realizar saltos, simulando saltos de valla
Aros	Realizan la función de canasta o diana
Escaleras	Trabajar la coordinación óculo-pédica
Poste de voleibol	Trabajar la escalada o hacer tirolina
Líneas que delimitan la pista de baloncesto	Trabajar el equilibrio andando sobre ellas
Colchonetas	Utilizarla a modo de piscina para trabajar diferentes estilos de nado
Picas	Utilizarlas para hacer diferentes tipos de malabarismo
Plintos	Emplearlo como modo de trinchera o escudo
Conos	Emplearlo a modo de canasta
Ladrillos de plástico	Utilizarlos como zancos o esqués

Como podemos observar en la tabla anterior, son muchas las posibilidades que nos ofrecen las instalaciones y materiales del entorno escolar para el correcto desarrollo de las programaciones docentes. Para ello, será necesario unas dosis de creatividad e imaginación por parte del docente.

5. UNIDAD DIDÁCTICA

A lo largo de este quinto apartado, vamos a presentar el diseño de la unidad didáctica que se llevó a la práctica con un grupo real de alumnos pertenecientes al segundo inter-nivel de Educación Primaria. Recordamos cómo, debido a la extensión de la unidad didáctica, las sesiones que integran a la misma aparecen de forma detallada en el Anexo 1.

5.1. DATOS IDENTIFICATIVOS

La unidad didáctica “Construimos los Juegos” se centra en el aprendizaje y práctica de juegos y deportes alternativos con material no convencional. La Unidad Didáctica consta de seis sesiones que han sido desarrolladas durante mi periodo de prácticas, concretamente en las cuatro semanas del mes de abril. La unidad didáctica se ha puesto en práctica con un grupo de 10 alumnos, de los cuales 5 eran chicos y 5 eran chicas. Todos pertenecen a una misma aula, aunque son de cursos diferentes (4º, 5º y 6º curso de Educación Primaria).

5.2. JUSTIFICACIÓN

El principal motivo que nos ha llevado a hacer esta unidad didáctica es porque consideramos que los juegos y deportes con material no convencional ofrecen una gran variedad de posibilidades para trabajar diversas actividades físico-deportivas.

Por otra parte, es importante que los alumnos sean capaces de construir su propio material de juego (en nuestro caso indiacas y gobas). Su fabricación apenas supone gasto económico, el tiempo invertido es relativamente corto y son objetos sencillos de construir.

Las actividades de indiacas y gobas requieren una buena coordinación óculo-manual, una adecuada adaptación a los espacios, trabajo en equipo, fuerza y desplazamiento. Todas estas actividades están vinculadas de forma directa con los bloques tres y cuatro del área de educación física: habilidades motrices y juegos y actividades deportivas respectivamente. Estos dos bloques se fundamentan en permitir al alumnado desarrollar las competencias motrices básicas a través de diferentes juegos y actividades deportivas. Estas actividades están consideradas como juegos de golpeo con implementos, por lo

tanto, se requiere cierto nivel de coordinación tanto en las extremidades inferiores como superiores y el esfuerzo que predomina durante estas actividades es aeróbico.

Debido a que estos juegos y deportes no son muy conocidos por una gran parte del alumnado, debemos destacar que su aprendizaje es sencillo y rápido. El nivel de riesgo es mínimo, dado que no existe contacto físico entre los jugadores y el material es bastante blando. Señalar que estos juegos se pueden realizar en cualquier tipo de superficie y no es necesario disponer de un campo reglamentario para llevar a cabo esta programación didáctica.

5.3 ASPECTOS RELATIVOS AL PEC

5.3.1 Contexto social- cultural del municipio

El C.R.A. “LOS FRESNOS”, es un Centro Público dependiente de la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León. Está situado en la zona este del Valle de Amblés (Ávila), está constituido por los colegios de las localidades de Sotalbo, Aldea del Rey Niño y El Fresno. También asisten al colegio niños y niñas de las localidades de Gemuño y Niharra.

El centro situado en Aldea del Rey Niño es donde hemos llevado a cabo la unidad didáctica. El colegio está dividido en tres aulas y cada aula está integrada por alumnos de tres cursos diferentes: (1) un aula con alumnos de Educación Infantil; (2) un aula con alumnos de 1º, 2º y 3º curso de Educación Primaria; (3) un aula con alumnos de 4º, 5º y 6º curso de Educación Primaria. Los alumnos del colegio proceden de dicha localidad y ninguno de ellos se tiene que desplazar al colegio cabecera del CRA, que se encuentra en una localidad cercana.

Las tres localidades están muy próximas a la capital. Los pueblos son pequeños (entre 300 y 600 habitantes), con buenas comunicaciones y un clima que no presenta grandes dificultades para los desplazamientos.

Gran parte de la población trabaja en Ávila, siendo la construcción, industria (Nissan) e instituciones oficiales (Diputación y Ayuntamiento) las actividades más generalizadas. También existen pequeñas industrias familiares como panaderías o carpinterías metálicas.

Todavía tiene importancia el sector de la ganadería (vacuno y ovino).

Aunque durante un largo tiempo la población ha ido envejeciendo, lo que se reflejaba en la disminución de la matrícula en el centro, a lo largo de los últimos años, cada vez se están quedando en los pueblos una mayor cantidad de parejas jóvenes, con lo que se ha producido una recuperación de la matrícula.

5.3.2 Contexto escolar

Respecto al alumnado del centro, acuden alumnos de edades comprendidas entre 3 y 12 años.

El nivel socioeconómico de la población escolar se puede decir que es medio. La mayoría de los alumnos viven en dicha localidad y muy pocos en Ávila.

El nivel sociocultural medio de la población, es un nivel medio y un sector reducido con un nivel bajo, además de un pequeño porcentaje con un nivel medio-alto. Esto determina bastante los desniveles que suelen darse también entre los alumnos dependiendo del nivel de sus familias.

En cuanto a las familias, su participación a nivel individual puede considerarse como satisfactoria, ya que, en general, son conscientes de la necesidad de colaborar de una forma estrecha con el profesorado para la educación de sus hijos, por lo que suelen aceptar las recomendaciones realizadas por los tutores.

En general, se muestran satisfechas con el funcionamiento del Centro y la forma de trabajar del profesorado.

La participación de las familias está siempre condicionada a la disponibilidad por motivos laborales. En ese sentido se hace mucho más notoria la presencia de las madres en las reuniones con los tutores.

Este centro está formado por el siguiente personal docente:

- 2 Maestras no itinerantes (Educación Infantil y Educación Primaria 4º,5 y 6º curso).
- 1 Maestro itinerante de Inglés (Educación Infantil y Educación Primaria 1º,2º y 3º curso).
- 1 Maestro itinerante de Educación Física (tutor de Educación Primaria 1º,2º y 3º curso).

- 1 Maestra itinerante de religión.
- 1 Maestro itinerante de Música.
- 1 Especialista del equipo de Orientación Psicopedagógica y Educativa de Ávila.

Como personal no docente solo trabaja el personal de limpieza que son personas del mismo pueblo.

En cuanto al número de alumnos matriculados en este Centro es de 26 alumnos, el ratio maestro- alumno es de: 1 maestro por 9 alumnos.

Los 26 alumnos están divididos en:

- Educación Infantil: 7 alumnos
- Educación Primaria (1º,2º y 3º curso): 9 alumnos
- Educación Primaria (4º,5º y 6º curso): 10 alumnos
 - 4º curso: 5 alumnos.
 - 5º curso: 3 alumnos.
 - 6º curso: 2 alumnos.

Respecto a las unidades:

- Educación Infantil: Existe una única unidad.
- Educación Primaria (1º,2º y 3º curso): Existe una única unidad.
- Educación Primaria (4º,5º y 6º curso): Existe una única unidad.

5.4 CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO-CLASE

El aula donde se desarrolla la unidad didáctica consta de 10 alumnos, 5 niños y 5 niñas, pertenecientes a tres niveles diferentes:

- 4º curso (5 alumnos)
- 5º curso (3 alumnos)
- 6º curso (2 alumnos)

A pesar de estos diferentes niveles, en conjunto es una clase bastante homogénea, en la cual todos los niños se llevan bien entre ellos y apenas se producen encontronazos, tampoco ningún alumno es considerado ACNEAE (alumnado con necesidad específica

de apoyo educativo), por lo tanto, dentro de los diferentes niveles sí que se trabaja de una forma continua.

En el aula, el nivel de absentismo escolar es prácticamente inexistente. Las ausencias son debidamente controladas por el profesorado y justificadas por las familias.

Aunque en aspectos básicos, los alumnos presentan ciertos rasgos de homogeneidad, existen las lógicas diferencias en relación a grados de motivación, capacidades, intereses y expectativas, lo que nos obliga a trabajar tratando de dar respuesta a la individualidad.

En general, el alumnado se muestra participativo, no solo en las tareas del aula, sino en todas aquellas en las que se demanda su aportación.

Es cierto que el ratio maestro alumno no es para nada elevado, pero eso no significa que no sea complicado trabajar en este tipo de aula, personalmente me parece mucho más difícil de lo que pensaba, ya que no me imaginaba la complejidad que tiene el trabajar con diferentes niveles a la vez.

En definitiva, el comportamiento de todos los alumnos de forma grupal es bastante bueno y respetuoso, en cuanto a la forma de trabajar hay aspectos que les gustan más que otros, por lo tanto se esfuerzan algo más en determinadas situaciones.

De cada alumno/a destacaría diferentes habilidades y comportamientos, como son:

- Alumna 1: Chica de 6º curso y tiene 12 años. Es una chica muy inteligente y trabajadora, siempre está predispuesta a colaborar en cualquier tarea que se asignase en clase. Es un buen ejemplo para el resto de compañeros de clase, ya que es la mayor. En cuanto a sus habilidades físicas son muy buenas, además hace deporte en horario extraescolar.
- Alumna 2: Chica de 6º curso y tiene 12 años. Es una chica que le cuesta bastante tomar la iniciativa y muy pasota, le falta motivación para realizar la mayoría de las tareas y tiene un carácter fuerte y serio. Respecto a la actividad física le cuesta practicar deporte por sí sola, todo lo hace porque se ve obligada a hacerlo ya que se lo manda el profesor.
- Alumno 3: Chica de 5º curso y tiene 11 años. Es una chica muy aplicada y ordenada. Le gusta estudiar y siempre lleva las tareas al día. Es bastante

reservada a la hora de relacionarse con los demás y en cuanto a la actividad física no le gusta mucho practicar deporte.

- Alumno 4: Chico de 5º curso y tiene 11 años. Destaca por ser un chico bastante hablador e inquieto, le cuesta bastante concentrarse a la hora de realizar tareas individuales. Respecto a la actividad física, le encanta practicar deporte y tiene unas grandísimas cualidades para ello.
- Alumna 5: Chica de 5º curso y tiene 11 años. Es una chica muy extrovertida y trabajadora, posee una gran imaginación y le gusta mucho relacionarse con los demás. Tiene unas grandes cualidades físicas pero apenas practica deporte.
- Alumno 6: Chico de 4º curso y tiene 9 años. Es un chico bastante despistado, le cuesta mucho concentrarse y mantener la atención. También tiene unas grandes cualidades físicas, pero no le llama la atención ningún deporte en concreto ni lo practica en horario extraescolar.
- Alumna 7: Chica de 4º curso y tiene 9 años. Destaca por su gran capacidad para trabajar y organizarse, siempre quiere ir por delante de los compañeros en temas de estudios y presta mucha atención a las explicaciones que da la maestra de los cursos superiores. Respecto a la actividad física, no le gusta ninguna disciplina deportiva y tampoco se esfuerza mucho en las clases de Educación Física.
- Alumno 8: Chico de 4º curso y tiene 10 años. Es un chico muy tímido que le cuesta mucho pedir ayuda a los demás, es muy inteligente y le gusta trabajar de forma individual. Hace deporte en horario extraescolar y muestra bastante motivación en las clases de Educación Física.
- Alumno 9: Chico de 4º curso y tiene 10 años. Es un chico con mucho genio e inteligente, muestra mucho interés por aprender en asignaturas como Ciencias Naturales o Matemáticas. Respecto a la actividad física, apenas le gusta hacer deporte.
- Alumno 10: Chico de 4º curso y tiene 9 años. Es un chico muy noble que siempre está dispuesto a ayudar a los demás y tiene gran motivación por aprender. Practica actividades físicas en horario extraescolar, aunque no posee grandes cualidades físicas para determinados juegos y deportes.

5.5. OBJETIVOS

Para la elaboración de esta unidad didáctica hemos tenido como referencia los objetivos generales de la etapa de Primaria comunes a todas las áreas que aparecen en el Real Decreto 126/2016. Dentro de estos objetivos generales de etapa, la presente unidad didáctica guarda una relación con los siguientes:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

Como podemos observar en el Decreto 26/2016, ya no aparecen los objetivos de área para cada uno de los seis cursos, sino que simplemente se incluyen los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables para cada curso.

Teniendo en cuenta el artículo 11.1 del actual Real Decreto 126/2014 el cual dice que “el alumno o alumna accederá al curso o etapa siguiente siempre que se considere que ha logrado los objetivos de la etapa o los que correspondan al curso realizado...” parece necesario elaborar los objetivos del área de Educación Física para cada uno de los

cursos. Para ello, tendremos en cuenta los contenidos y los criterios de evaluación que aparecen en el Decreto 26/2016. Así, la presente unidad didáctica se relaciona con los siguientes objetivos del 4º, 5º y 6º curso:

- Conocer y practicar juegos y deportes alternativos, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, trabajando en equipo y aceptando las reglas.
- Adquirir y aplicar principios y reglas para actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de juegos físicos y deportes alternativos.
- Conocer diversas posibilidades que nos ofrece el material no convencional para su utilización en la educación física.
- Realizar juegos y deportes alternativos con material no convencional, cuando se carece de material convencional y de posibilidades para adquirirlo.
- Incentivar y desarrollar la creatividad para reciclar y utilizar todo tipo de material de nuestro entorno en la clase de Educación Física.

Respecto a los objetivos didácticos, al finalizar la presente unidad didáctica, el alumno deberá ser capaz de:

1. Adaptar la ejecución del golpeo de la indiacá o goba al espacio disponible.
2. Resolver retos tácticos propios de la indiacá y goba.
3. Conocer y practicar diferentes juegos y deportes con material no convencional, valorando la importancia y necesidad del reciclaje de materiales.
4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, aceptándose las normas y reglas del juego.
5. Identificar la importancia de las medidas de seguridad en la realización de las actividades.
6. Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver retos o para oponerse a varios adversarios en situación de juego.
7. Reconocer la importancia del ejercicio físico y la higiene.

5.6. CONTENIDOS

Según el Decreto 26/2016, el área de Educación Física está constituida por seis bloques de contenidos. De estos seis bloques de contenidos, la presente unidad didáctica se relaciona con los siguientes (ver Tabla 4).

Tabla 4. Relación de la unidad didáctica con los bloques de contenidos

Bloques de contenidos	Juegos y deportes con material no convencional
Bloque 1. Contenidos comunes	Existen actividades en las que se requiere colaboración de otros compañeros y es necesario el intercambio de roles para realizar las actividades. Así como respetar las normas y reglas del juego.
Bloque 2. Conocimiento corporal	A través de golpes con manos, pies, etc., los alumnos tendrán conciencia de sus limitaciones y posibilidades motrices de las diferentes partes del cuerpo.
Bloque 3. Habilidades motrices	Tomar conciencia de las diferentes fases de aprendizaje de movimientos y golpes, al igual que descubrirán su mejoría en la ejecución motriz.
Bloque 4. Juegos y actividades deportivas	Conocer juegos y deportes lúdicos diferentes a los más habituales (fútbol, baloncesto...), adaptándose a las normas, reglas, material, etc.
Bloque 6. Actividad física y salud	Valorar la importancia de la higiene corporal después de la realización de una actividad física.

Obviamente, de estos bloques que aparecen en el Decreto 26/2016, aquel que hace referencia a los juegos y actividades físico-deportivas es el que tiene una mayor relación con la unidad didáctica, debido a la importancia que los juegos y actividades deportivas empiezan a tener a partir del segundo nivel de la Educación Primaria. Este bloque de contenidos destaca también por la necesidad de entender los juegos y deportes como manifestaciones culturales de la motricidad humana, lo que contribuirá al desarrollo de la séptima competencia clave, Conciencia y Expresiones Culturales, en nuestros alumnos (Orden ECD 65/2015).

5.6.1. Contenidos didácticos

Los contenidos didácticos que se van a desarrollar durante la unidad didáctica son los siguientes:

1. Realización de golpes a la indiacá con el uso de manos, pies, y rodillas en diferentes situaciones.
2. Ejecución eficaz de retos tácticos con los principales golpes y recepciones (saque, mano alta, mano baja, etc.).
3. Historia de la indiacá y su evolución.
4. Construcción de gobas e indiacas con material no convencional.
5. Conciencia ecológica y reciclaje de materiales.
6. Conocimiento y aceptación de las reglas y normas básicas de juego: campo, puntuación, golpes, etc.
7. Capacidad para trabajar tanto individual como colectivamente, respetando y aceptando el papel que le corresponde a cada uno dentro del grupo.
8. Prevención de accidentes adoptando las medidas necesarias de seguridad.
9. Resolución adecuada de estrategias básicas del juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación-oposición.
10. Conocimiento de los hábitos saludables (deporte e higiene).

5.6.2. Elementos transversales

Los elementos transversales que vamos a tener en cuenta, están establecidos en el artículo 10 del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero.

La expresión oral es el elemento transversal más utilizado en esta unidad didáctica, ya sea por parte de los alumnos o del maestro. En primer lugar, el maestro es quien comunica a los alumnos de que va a consistir la sesión y como se va a llevar a cabo. Posteriormente serán los alumnos quienes se encargan de comunicar al maestro y al resto de compañeros todas aquellas reflexiones que se tengan acerca de lo realizado anteriormente durante la sesión. También es muy importante la comunicación verbal y no verbal entre alumnos para realizar tácticas y resolver retos cooperativos.

Otro elemento que se trabaja es la igualdad entre hombres y mujeres, todas las actividades que se trabajan son realizadas de forma conjunta y en igualdad de condiciones. Donde los alumnos observan como estos juegos y deportes alternativos

están diseñados para que no exista diferencia alguna en su ejecución. Estos aspectos también son comentados en las reflexiones que hacemos de forma conjunta al finalizar la sesión.

Por último, al tratarse de una unidad didáctica relacionada con la actividad física, se fomenta la actividad física a través de juegos y deportes alternativos en horario escolar. También se facilita material y conocimientos para seguir construyendo y practicando actividades físicas en horario extraescolar. Estos aspectos se trabajan durante la construcción del material de juego y en la propia realización. Al finalizar las sesiones se explica los beneficios que se producen durante la práctica de estas actividades físicas.

5.7. COMPETENCIAS CLAVE

De acuerdo con lo establecido en la Orden ECD/65/2015, a través de la presente unidad didáctica se pretende el desarrollo de las siguientes competencias:

- Comunicación lingüística: Los alumnos se deben de expresar con total claridad y educación a la hora de reflexionar sobre las diferentes actividades realizadas, para así lograr transmitir su opinión y que tanto el maestro como el resto de compañeros la puedan comprender.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: Los alumnos deben conocer el tipo de material para poder construir los objetos que posteriormente vamos a utilizar para realizar la actividad. También tendrán que manejar diversas unidades de medida para la realización del campo de juego y colocación de la red a la altura indicada.
- Aprender a aprender: Los alumnos deben ejecutar los golpes y movimientos de forma correcta para cumplir los objetivos marcados y aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas: La relación que se establece entre los alumnos tiene que ser muy respetuosa y así poder realizar las actividades grupales cooperando de forma eficaz con el resto de compañeros.
- Conciencia y expresiones culturales: Los alumnos conocen y valoran juegos y deportes con material no convencional que provienen de otras culturas, pudiéndose modificar sus reglas y normas en función del ambiente en el cual se vaya a practicar un determinado juego o deporte.

La competencia motriz no es considerada como tal dentro del Real Decreto 126/2016, aunque debería de tenerse en cuenta, ya que este mismo documento establece que la finalidad de la Educación Física es precisamente el desarrollo de la competencia motriz del alumno. En la Educación Primaria se debe de fomentar la Educación Física como un aspecto relevante con “el objetivo de educarles físicamente y llegar a conseguir que los alumnos sean motrizmente más competentes” (Ruiz, 2012).

Pérez-Pueyo, García, Hortigüela, Aznar, Vidal (2016) destacan que la competencia motriz no solo no es considerada como una competencia del currículo, sino que además se ha reducido el número de horas en el área de Educación Física para los alumnos de Educación Primaria.

En dicho estudio se habla de la competencia corporal como “la capacidad para utilizar y cuidar nuestro cuerpo de forma adecuada, disfrutar y expresarse con él” (Pérez-Pueyo et al., 2016, p.64). En definitiva, la competencia motriz debe ser considerada como una competencia específica del área de Educación Física pero a la que se puede contribuir desde otras materias

5.8. METODOLOGÍA Y ORGANIZACIÓN

A partir de una metodología activa, el alumnado podrá valorar, aceptar y respetar su propia realidad corporal. Al igual que le hará comportarse de forma participativa, motivadora y contribuya al desarrollo de la autonomía en su aprendizaje.

La enseñanza de la Educación Física en Educación Primaria se puede llevar a cabo a través de diferentes métodos, estilos, técnicas, estrategias, medios, actividades...

Existen diversos estilos de enseñanza, destacando la importancia que supone la relación entre maestro y alumno. Como bien describe Delgado Noguera (1991, p. 24).

Los métodos de enseñanza o didácticos son caminos que nos llevan a conseguir el aprendizaje en los alumnos, es decir, a alcanzar los objetivos de enseñanza. El método media entre el profesor, el alumno y lo que se quiere enseñar.

Para llevar a cabo la unidad didáctica, hemos aplicado diversos estilos de enseñanza basados en la clasificación que realiza Sicilia Camacho y Delgado Noguera (2002). Los estilos de enseñanza que hemos empleado son los siguientes:

- **Asignación de tareas:** La asignación de tarea es un estilo de enseñanza tradicional. Este estilo ha sido utilizado durante los ejercicios de pases y partidos de indiacá y goba, tanto de forma individual como por parejas, donde nosotros marcamos las pautas indicando el ejercicio que tienen que realizar y su duración, y los propios alumnos disponen de la libertad de decidir como golpear la indiacá, con qué parte del cuerpo golpearla, el ritmo y la fuerza de los golpes.
- **Grupos reducidos:** Los grupos reducidos es un estilo de enseñanza que posibilita la participación del alumnado en la enseñanza. Este estilo de enseñanza se trabaja durante las actividades por parejas o tríos, donde cada alumno tiene un rol como es lanzar la pelota de tenis o la indiacá para que otro compañero la reciba y pueda golpearla adecuadamente con diferentes partes del cuerpo. Posteriormente se cambiarán los roles dentro del grupo para que todos los alumnos realicen los diferentes roles en la actividad.
- **Descubrimiento guiado:** Este estilo de enseñanza implica cognoscitivamente de forma directa al alumno en su aprendizaje. El descubrimiento guiado se emplea cuando los alumnos de forma grupal deben conseguir dar 10 golpes seguidos sin que la indiacá toque el suelo o de forma individual lograr dar el mayor número de toques. Una vez que los alumnos intentan llegar a conseguir dar diez toques, indicamos cual es la zona de la mano más adecuada para golpear la indiacá, la figura que deben formar para no molestarse unos a otros y la posición corporal que deben mostrar. Después de dar estas pautas los alumnos reflexionan sobre lo comentado y consiguen llegar a dar los 10 toques seguidos.

La posición del docente durante las sesiones es muy importante, tanto para poder desarrollar la actividad de una forma adecuada y eficaz, como para atender a las necesidades específicas de cada alumno. En nuestro caso, la mayoría de ocasiones hemos optado por adoptar lo que Pieron (1988) denomina una posición más interna y participativa con los alumnos, ya que en la mayoría de actividades participábamos como un alumno más. Y en muy pocas ocasiones nos hemos decantado por una posición externa con la que observar, corregir y comprobar que todos los alumnos cumplían con las órdenes, reglas e indicaciones dadas por nuestra parte.

5.8.1 Temporalización

La unidad didáctica consta de 6 sesiones, de las cuales una se centra básicamente en la construcción de objetos con materiales no convencionales para posteriormente poderlos llevar a la práctica. Las siguientes cuatro sesiones se centran en la práctica de actividades con gobas e indiacas. La última sesión es independiente del resto de sesiones, y en ella se pretende trabajar a partir de un material simple y barato como es el cartón. Las sesiones no son muy extensas debido al escaso tiempo del que se dispone para llevarlas a la práctica.

En cuanto a la estructura de sesión, nos basaremos en el modelo utilizado por el Grupo de Trabajo Internivelar de Investigación-acción en Educación Física de Segovia (López, Pedraza, Ruano y Sáez, 2016). Así, la sesión queda estructurada en las siguientes tres partes:

1. *Empezando*: se realiza una asamblea inicial donde se explica lo que se va a trabajar en la sesión y se realiza un breve calentamiento.
2. *En marcha*: engloba la mayor parte de la sesión y se ejecutan las actividades principales y de más esfuerzo de la misma.
3. *Y para terminar*: se trabajan actividades de relajación o recogida del material y se realiza una asamblea final para comentar los aspectos más destacados de la sesión.

La unidad didáctica ha sido llevada a cabo durante el tercer trimestre, concretamente en el mes de abril. Consta de seis sesiones que han sido realizadas en un periodo de cuatro semanas y están distribuidas como aparecen en la Tabla 5.

Tabla 5. Temporalización de las sesiones

Sesión	Fecha
1ª. Construcción de los materiales (gobas e indiacas)	05/ 04/ 2016
2ª. Primera sesión de indiacas	08/ 04/ 2016
3ª. Segunda sesión de indiacas	12/ 04/ 2016
4ª. Primera Sesión de gobas	19/ 04/ 2016
5ª. Competiciones con gobas e indiacas	22/ 04/ 2016
6ª. Sesión de cartones	26/ 04/ 2016

Cada sesión ha tenido una duración de 50 minutos, los alumnos tenían Educación Física los martes y los viernes. Según el horario escolar las horas que los alumnos de 4º, 5º y 6º curso de Educación Primaria impartían Educación Física son:

- Martes de 11:25 a 12:15
- Viernes de 12:45 a 13: 35

5.8.2. Organización del grupo, espacial y material

Referente a la organización del grupo, en la mayoría de las sesiones comienzan trabajando de forma individual, después pasan a formar parejas o tríos y finalmente se trabaja alguna actividad de grupos más grandes. Es decir, en todas ellas se produce una evolución que va desde el trabajo individual hasta el trabajo colectivo pasando por diferentes grupos de menor a mayor número de alumnos.

Todos estos grupos (parejas, tríos, cuartetos...), sufrirán cambios constantes de sus componentes, para que todos los alumnos lleguen a cooperar entre ellos.

Esta unidad didáctica ha sido llevada a cabo en las instalaciones del centro, concretamente en el aula de clase (construcción de gobas e indiacas) y en el patio del colegio.

Para la construcción de las indiacas los alumnos tuvieron que traer a clase los siguientes materiales (ver Figura 1).

1. Cuatro hojas de papel de periódico.
2. Una bolsa de plástico.
3. Tijeras.
4. Celo.



Figura 1. Material para construir la indiana

Para la construcción de las gobas los alumnos tuvieron que traer a clase los siguientes materiales (ver figura 2).

1. Dos cartones tamaño folio.
2. Tijeras.
3. Cinta elástica.
4. Celo o cinta adhesiva.
5. Bolígrafo.

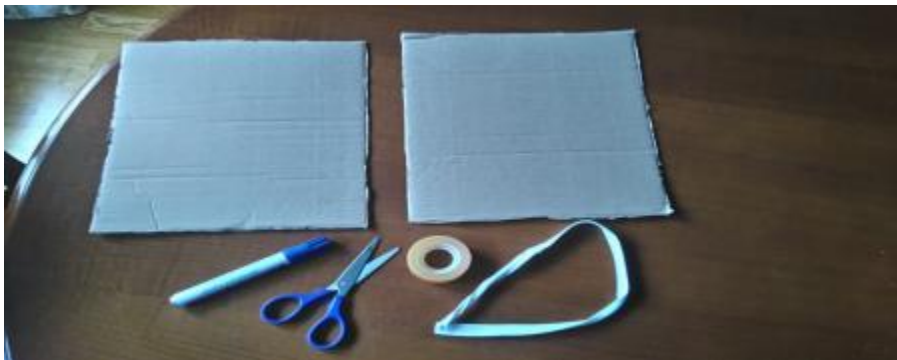


Figura 2. Material para construir la goba

Posteriormente de forma conjunta hemos necesitado unos 15 metros de cuerda que hiciese la función de red, ya que el centro no dispone de pabellón ni de red de este tamaño.

En ningún momento los alumnos han tenido que comprar ningún tipo de material, ya que era importante que trajesen los materiales que tenían por casa, sin necesidad de

comprarlos. Además en el centro ya había algunos, con lo cual, no han tenido que hacer ningún esfuerzo económico para la creación de ambos materiales.

5.9. SESIONES

Como consecuencia de la extensión de las sesiones diseñadas y las limitaciones espaciales a las que obedece el presente trabajo, estas sesiones aparecen ampliamente desarrolladas en el Anexo 1.

A modo de resumen, destacar que la unidad didáctica consta de 6 sesiones, las cuales se distribuyen de la siguiente manera: (1) en la primera sesión presentamos la unidad didáctica, conociendo la historia de los juegos y deportes que vamos a realizar y construimos las gobas e indiacas que nos servirán para realizar el resto de sesiones programadas; (2) en la segunda sesión comenzamos a familiarizarnos con la indiac a través de los diferentes golpes básicos; (3) durante la tercera sesión progresamos en los golpes básicos con la indiac y empezamos a realizar situaciones reales de juego; (4) en la cuarta sesión empleamos las gobas, en primer lugar nos familiarizamos con ellas y posteriormente comenzamos con los golpes básicos de las mismas, para terminar realizando situaciones reales de juego; (5) en esta sesión seguimos progresando con la goba y la indiac, perfeccionando los golpes y realizamos situaciones reales de juego con ascenso y descenso de pista en función del resultado obtenido en el partido; (6) en la última sesión utilizamos cartones como material de juego y descubrimos la diversidad de actividades que se pueden desarrollar con dicho material.

5.10. EVALUACIÓN

En este apartado analizaremos los diferentes elementos a tener en cuenta a la hora de evaluar a los alumnos. En primer lugar, relacionaremos la unidad didáctica con los diferentes criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables, en función del bloque y curso. Seguidamente, mostraremos los instrumentos de evaluación a utilizar en la unidad didáctica.

5.10.1. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables

En las siguientes tablas (Tabla 6, 7 y 8) aparecen los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables relacionados con la unidad didáctica. Estos estándares de aprendizaje evaluables están adaptados a las características del centro a partir del Decreto 26/2016.

Tabla 6. Relación de la unidad didáctica con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables de 4º curso

4º CURSO	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (el primer número indica el bloque de contenidos en el que se ubica)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
2.1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando los diferentes golpes adaptándolos a las condiciones establecidas de forma eficaz.	2.1.1 Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entorno y de actividades físico- deportivas. 2.1.3 Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.
2.4. Utilizar la representación mental del cuerpo en la organización de las acciones motrices.	2.4.1 Analiza la intervención de los diferentes segmentos corporales en la realización de movimientos. 2.4.2 Aplica las posibilidades motrices de los segmentos corporales a la mejora de las diferentes ejecuciones motrices.
3.1. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	3.1.1 Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.
3.3. Aumentar el repertorio motriz con estructuras dinámicas de coordinación progresivamente más complejas, consolidando y enriqueciendo funcionalmente las ya adquiridas.	3.3.1 Golpea con la mano alta, adelantando el pie contrario a la mano de golpeo. 3.3.2 Golpea con la mano a la altura de la cintura con precisión. 3.3.3 Golpea con mano alta con precisión. 3.3.4 Recepción de golpes con mano alta y a la altura de la cintura. 3.3.5 Ejecuta varios golpes hacia arriba sin que la indiacá toque el suelo. 3.3.6 Realiza golpes de saque de manera eficaz.

<p>4.1. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>4.1.1 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices. 4.1.2 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales.</p>
<p>4.2. Conocer y construir diferentes materiales de juego y deportes alternativos.</p>	<p>4.2.1 Conoce y construye diferentes juegos y deportes alternativos con material no convencional. 4.2.3 Conoce y práctica juegos y deportes alternativos. 4.2.5 Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y deportes alternativos.</p>
<p>4.3. Manifiesta respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, así como la reutilización de materiales no convencionales.</p>	<p>4.3.1 Practica actividades en el medio natural. 4.3.3 Demuestra un comportamiento responsable hacia la conservación del medio ambiente.</p>
<p>4.4. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>4.4.1 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases. 4.4.2 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad. 4.4.3 Respeta durante la práctica de los juegos tanto a compañeros como a instalaciones y materiales. 4.4.4 Mantiene una actitud de colaboración y resolución pacífica de conflictos (habla y escucha, no agrede...). 4.4.5 Cumple las normas de juego.</p>
<p>6.1. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.</p>	<p>6.1.2 Realiza ejercicios de flexibilidad en los que intervienen las principales articulaciones corporales. 6.1.6 Respeta las normas higiénicas con respecto a las actividades físicas.</p>
<p>6.2. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p>	<p>6.2.1 Practica el calentamiento como medida preventiva para evitar lesiones. 6.2.2 Adopta medidas de prevención en las clases, evitando las acciones peligrosas durante las actividades. 6.2.3 Identifica comportamientos irresponsables en la práctica de las diferentes actividades físico-deportivas.</p>

Tabla 7. Relación de la unidad didáctica con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables de 5º curso

5º CURSO	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (el primer número indica el bloque de contenidos en el que se ubica)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
2.1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	2.1.1 Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales. 2.1.2 Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas.
3.1. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	3.1.1 Practica desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados. 3.1.2 Realiza golpeos desarrollando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados. 3.1.4 Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados. 3.1.5 Controla el equilibrio corporal en situaciones de juego de complejidad creciente.
3.2. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	3.2.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.
3.3. Mostrar conductas activas para incrementar globalmente la condición física, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.	3.3.5. Conoce y practica ejercicios de desarrollo de las diferentes capacidades físicas
4.1. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	4.1.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices. 4.1.2 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales.

<p>4.2. Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver retos o para oponerse a uno o varios adversarios en juegos y actividades deportivas ya sea como atacante o como defensor.</p>	<p>4.2.1 Conoce y maneja las estrategias de cooperación, oposición y cooperación-oposición en diferentes juegos y actividades deportivas. 4.2.3 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva (acciones de 2X2, 3X3 de diferentes deportes).</p>
<p>4.3. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p>	<p>4.3.1 Conoce, construye y valora la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas con material no convencional. 4.3.5 Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.</p>
<p>4.4. Conocer los reglamentos básicos de juegos y deportes alternativos</p>	<p>4.4.1 Conoce las reglas básicas de los juegos y las actividades deportivas. 4.4.2 Realiza cálculos con las dimensiones de los diferentes campos de juego.</p>
<p>4.5. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, así como la reutilización de materiales no convencionales.</p>	<p>4.5.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en las actividades en el medio natural. 4.5.2 Demuestra un comportamiento responsable hacia el cuidado y conservación del medio natural.</p>
<p>4.6. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>4.6.2 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases. 4.6.3 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad. 4.6.4 Acepta y cumple las normas de juego.</p>
<p>6.1. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.</p>	<p>6.1.1 Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo; adopta posturas correctas).</p>
<p>6.2. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p>	<p>6.2.1 Reconoce la importancia del calentamiento antes de realizar cualquier actividad deportiva. 6.2.2 Realiza los calentamientos valorando su función preventiva. 6.2.3 Adopta medidas de prevención en las clases, evitando las acciones peligrosas durante las actividades.</p>

Tabla 8. Relación de la unidad didáctica con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables de 6º curso

6º CURSO	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (el primer número indica el bloque de contenidos en el que se ubica)	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
2.1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	<p>2.1.1 Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>2.1.3 Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>2.1.5 Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p>
3.2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	<p>3.2.1 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>3.2.2 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio- temporales.</p>
3.4. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	<p>3.4.1 Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.</p> <p>3.4.3 Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.</p>
4.2. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	<p>4.2.1 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>4.2.2 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales.</p> <p>4.2.3 Distingue y maneja en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación, oposición y cooperación-oposición.</p>
4.3. Conocer, construir y valorar la diversidad de actividades	

físicas, lúdicas y deportivas con material no convencional.	<p>4.3.1 Conoce, construye y valora la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas con material no convencional.</p> <p>4.3.2 Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y deportes alternativos.</p>
4.4. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, así como la reutilización de materiales no convencionales.	<p>4.4.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en las actividades en el medio natural.</p> <p>4.4.2 Demuestra un comportamiento responsable hacia el cuidado y conservación del medio natural.</p>
4.5. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	<p>4.5.1 Tiene interés por mejorar la competencia motriz.</p> <p>4.5.2 Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.</p> <p>4.5.3 Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.</p> <p>4.5.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>4.5.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>
6.1. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	<p>6.1.1 Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.</p> <p>6.1.4 Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.</p> <p>6.1.5 Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo; adopta posturas correctas).</p> <p>6.1.6 Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.</p> <p>6.1.7 Reconoce la importancia del calentamiento antes de realizar cualquier actividad deportiva.</p>
6.2. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	<p>6.2.1. Adopta medidas de prevención en las clases, evitando las acciones peligrosas durante las actividades.</p>

5.10.2. Instrumentos de evaluación para el alumno

En cuanto a los instrumentos de evaluación utilizados, hemos empleado una Ficha de Seguimiento Grupal (ver Tabla 9), donde aparecen reflejados unos ítems o indicadores de logro establecidos a partir de los objetivos didácticos planteados en la unidad didáctica. Para la evaluación de los ítems hemos creado una escala graduada del 1 al 5 (siendo 1 la calificación más baja y 5 la más alta).

Tabla 9. Ficha de seguimiento grupal para la evaluación de los alumnos

Alumnos \ Ítems	Adapta la ejecución del golpeo de la indiaca y goba al espacio adecuado.	Resuelve retos tácticos de la indiaca y goba con eficacia.	Practica diferentes juegos y deportes con material no convencional y valora el reciclaje de materiales.	Demuestra un comportamiento personal adecuado y respeta las normas y reglas del juego.	Cumple las normas de seguridad en la realización de las actividades.	Actúa de forma coordinada y cooperativa para resolver retos o para oponerse a varios adversarios en situaciones de juego.	Tiene como rutina la higiene después de la actividad física.
Alumno 1	5	4	5	5	5	4	5
Alumno 2	4	4	5	4	5	3	5
Alumno 3	4	4	5	5	5	4	5
Alumno 4	5	5	5	5	4	5	5
Alumno 5	4	4	5	5	5	4	5
Alumno 6	5	5	5	4	5	5	5
Alumno 7	3	3	5	5	5	3	5
Alumno 8	5	5	5	5	5	4	5
Alumno 9	4	4	5	4	5	3	5
Alumno 10	4	4	5	5	5	4	4

ESCALA: 1- Nunca. 2- Casi nunca. 3- A veces. 4- Casi siempre. 5- Siempre.

5.10.3. Instrumentos de evaluación de la unidad didáctica y del maestro

Al igual que la evaluación de los alumnos, el instrumento que hemos llevado a cabo para evaluar las propias actividades es una Ficha de Autoevaluación aplicada por el profesional de la unidad didáctica (ver Tabla 10). La tabla incluye una serie de ítems que son evaluados en una escala de 1 al 5 (siendo 1 la calificación más baja y 5 la más alta).

Tabla 10. Ficha de autoevaluación de la unidad didáctica

Ítems a observar	1	2	3	4	5
Las actividades crean motivación en el alumno				X	
El lenguaje utilizado es el adecuado					X
La progresión es de menor a mayor complejidad					X
Existe modelo de imitación en la ejecución			X		
Son útiles para conseguir los objetivos					X
Se realizan de forma ascendente (individual, parejas, tríos...)					X

ESCALA: 1- Nunca. 2- Casi nunca. 3- A veces. 4- Casi siempre. 5- Siempre

Por último, el maestro-tutor de Educación Física se encargó de evaluar nuestra actuación con los alumnos como futuro docente, partiendo de una ficha de observación a través de diversos ítems para considerar qué aspectos hemos conseguido alcanzar y qué otros aspectos debemos de mejorar en una futura propuesta didáctica (ver Tabla 11). La escala de valoración de los ítems es de 1 al 5 (siendo 1 la calificación más baja y 5 la más alta).

Tabla 11. Ficha para la evaluación del trabajo del maestro

Ítems a observar	1	2	3	4	5
Impulsó la curiosidad por nuevas actividades con materiales no convencionales					
Motivó a los alumnos en la realización de actividades.					
Provocó la colaboración y el trabajo en equipo.					
Mejóro la coordinación óculo-manual de los alumnos.					
Potenció actividades en que ningún alumno quede eliminado.					
Fomentó la importancia de la higiene como hábito saludable.					

ESCALA: 1- Nunca. 2- Casi nunca. 3- A veces. 4- Casi siempre. 5- Siempre

5.11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En los tres cursos que hemos llevado a cabo la unidad didáctica, ningún alumno está considerado ACNEAE (alumno con necesidades específicas de apoyo educativo), por lo tanto no fue necesario realizar ninguna adaptación curricular significativa en la puesta en práctica de dicha unidad didáctica.

A pesar de las diferentes edades y peculiaridades entre los alumnos de la clase es un grupo bastante homogéneo, aunque ha sido necesario emplear algunas adaptaciones no significativas en los alumnos de 4º curso para lograr conseguir el máximo de sus potencialidades, y así todos consiguieron desarrollar todas las actividades con total normalidad. Las adaptaciones no significativas aplicadas son las siguientes: (1) Reducir la distancia entre compañeros durante los pases con las gobas; (2) bajar la altura de la red en los partidos; (3) realizar más repeticiones de series de golpes más sencillos con las diferentes partes del cuerpo y las recepciones de la indiacca; (4) permitir golpear la indiacca más veces por cada jugador durante los partidos; (5) disminuir la distancia de saque respecto a la red en los partidos.

La Educación Física es un área que dispone de una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos. Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase, se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase se dedica a unas tareas asignadas y hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior, como por ejemplo, se puede producir en un aula que abarca tres cursos diferentes.

Dicho área, debe fomentar y facilitar la participación activa de los alumnos en las actividades físicas, y en ningún caso ser un motivo de rechazo y frustración para el alumnado.

En el desarrollo del currículo y de la programación se da la presencia permanente de una idea central: “el alumno es protagonista y adopta el nivel de esfuerzo a sus capacidades o limitaciones propias”. Esta idea constituye la primera garantía para atender la diversidad. Deben establecerse adaptaciones permanentes que permitan ubicar a todos los alumnos en las actividades, facilitando diferentes niveles, y a veces, incluso, actividades diferentes.

6. RESULTADOS DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

Los resultados de la propuesta didáctica, han sido obtenidos a través de analizar con detenimiento la ficha de seguimiento grupal utilizada como instrumento de evaluación a los alumnos.

Una vez calificado los diferentes ítems que constan en la ficha de seguimiento hemos valorado los siguientes resultados, centrándonos en diversos aspectos:

Diversión y motivación: Las diferentes actividades han resultado de gran interés para todos los alumnos. Han percibido los juegos y deportes como actividades lúdicas que desconocían, donde no solo predomina la competición entre compañeros, sino, que ejecutar las acciones de forma conjunta crea gran diversión y buena predisposición hacia los juegos.

La motivación mostrada por todos ellos ha sido bastante destacada, debido a trabajar con un material novedoso y ver que ellos mismos construyen su propia herramienta de juego les ha generado mucha motivación. También el toque personal que realizan al material construido produce imaginación, motivación, innovación, diversión, etc.

Juego limpio: Son actividades que requieren respetar y cumplir una serie de normas para la correcta práctica deportiva, al igual que es necesario cumplir las normas de seguridad en la construcción de objetos.

Es un aspecto que se han tomado muy en serio, no solo han respetado las normas de seguridad, sino, que se han ayudado unos a otros en la construcción de dicho material. Al igual que no se han producido discusiones en el transcurso de las actividades entre compañeros de juego, ni con los rivales.

Relaciones sociales: Este aspecto pensábamos que sería complejo de trabajarlo, debido a la diferencia de edad que hay entre los alumnos. Aun así, al principio para familiarizarse con el material sí que colaboraban todos con todos y no nos encontramos ningún problema. Las dificultades aparecieron cuando las actividades eran competitivas de forma individual o grupal, ya que ciertos alumnos solo se querían poner con compañeros que más o menos tenían su mismo nivel de ejecución.

Respecto a las actividades cooperativas, se intentaban ayudar entre ellos y no vimos ninguna discrepancia hacia otros compañeros por el simple hecho de fallar un golpeo.

Autonomía y esfuerzo: Tanto la autonomía como el esfuerzo han ido progresando de manera positiva por parte de la mayoría de los alumnos según iban avanzando las sesiones.

Salvo un par de excepciones, los demás alumnos tenían una autonomía ejemplar, donde eran capaces de resolver cualquier situación de juego de forma eficaz. Por lo tanto, su esfuerzo era mayor e intentaban corregir aquellos gestos que no ejecutaban correctamente, ya que se producía un efecto de cuanto mejor lo hago más me implico en la tarea. Para ambos aspectos también ha sido muy importante la motivación que ellos mismos han tenido de forma autónoma y la que nosotros como docentes les hemos llegado a crear durante la realización de las sesiones.

Buenos hábitos: Referente a los buenos hábitos, nos centraremos en dos aspectos: (1) por un lado la movilidad articular antes de comenzar a realizar cualquier práctica deportiva y, por otro lado, (2) la higiene como rutina después de la actividad física.

Estos dos aspectos, también los han ido mejorando con el paso de las sesiones. Ya que al principio no daban mucha importancia al calentamiento previo antes de la práctica deportiva, y algo parecido ha sucedido con la higiene. Donde al principio los alumnos apenas se aseaban y finalmente acababan cambiándose de camiseta después de finalizar la sesión.

Todos estos aspectos, además de ser observados por nuestra parte y anotarlos en una hoja con sus ítems, han sido comentados de forma grupal con los alumnos una vez finalizábamos las sesiones. De esta forma, hacíamos ver a los alumnos qué aspectos nos parecían importantes y necesarios que ellos corrigiesen para continuar progresando en las sesiones de forma adecuada y responsable.

Por último, los instrumentos que hemos utilizado para llevar a cabo la sesión han sido contruidos por los propios alumnos, por lo tanto, no todos los instrumentos han quedado de la misma manera, aun así todos han sido capaces de realizar su elemento de juego de forma autónoma y poder realizar la actividad con total normalidad.

La construcción de indiacas ha sido bastante menos compleja que las gobas, ya que este último objeto no le conocían y les ha costado más el hecho de tener que construirle.

Respecto a la red, quizá no haya sido el elemento más adecuado pero no había otra opción, ya que el centro carece de gimnasio y el patio tiene una forma bastante irregular. Aun así, conseguimos situarla de la mejor manera posible para que todos pudiesen practicar la actividad al mismo tiempo en un espacio similar al de una situación real de juego.

7. CONCLUSIONES

En este apartado, y tras la puesta en práctica de la propuesta de intervención didáctica, vamos a responder, uno por uno, a los diferentes objetivos que nos planteamos al inicio del trabajo.

Con respecto al principal objetivo del trabajo: “Diseñar y poner en práctica una unidad didáctica de juegos y deportes con material no convencional, donde el alumnado sea capaz de construir su propio material de juego e iniciarse en diferentes actividades deportivas”. Podemos señalar que los alumnos han sido capaces de construir su propio material de juego de manera eficiente, ya que posteriormente han sido empleados para realizar todas las actividades programadas en esta propuesta didáctica. Además de diseñar la unidad didáctica, hemos conseguido llevarla a la práctica tal y como estaba planificada de manera muy satisfactoria, al igual que hemos fomentado en los alumnos la iniciación en las diferentes disciplinas de juegos y deportes alternativos que en un principio eran desconocidos para ellos.

Seguidamente mostraremos las principales conclusiones que dan respuesta al resto de objetivo específicos del trabajo.

Primer objetivo. Potenciar la práctica de actividades físicas en entornos que carecen de material específico deportivo.

Para la realización de todos los juegos y deportes que hemos practicado en la unidad didáctica no ha sido necesario utilizar ningún material de uso exclusivamente deportivo. Por ello, hemos fomentado actividades físicas en las cuales no se requiere ningún material específico, así los alumnos han podido comprender cómo realizar deporte sin tener que depender de ningún material, ni de ningún gasto económico. Por lo tanto, hemos impulsado actividades físicas que carecen de material deportivo y puedan practicar en cualquier ámbito lúdico y educativo.

Segundo objetivo. Conocer y valorar la utilidad de los materiales contruidos a partir de desechos y reciclados, como herramienta útil y polivalente que potencie la conciencia ecológica del alumnado.

En este objetivo, hemos hecho hincapié en la importancia de reutilizar materiales de desecho y reciclados para emplearlos con otro fin diferente al habitual, además, de valorar el uso de los diferentes materiales que utilizamos en la vida cotidiana. En un principio no se esperaban que fuésemos capaces de construir nuestro propio material de juego, pero después de la construcción de los diferentes materiales los alumnos estaban más motivados en las actividades y sentían la curiosidad de probar cómo se empleaba y también de personalizar dichos materiales. A través de esta práctica, hemos tomado conciencia de lo importante que es conservar la naturaleza reutilizando materiales y reciclándolos para producir nuevos elementos útiles. En definitiva, el tener que fabricarnos nuestro propio material de juego con este tipo de materiales ha sido un refuerzo que nos ha incitado a potenciar la conciencia ecológica.

Tercer objetivo. Valorar y dar importancia a juegos y deportes alternativos a través de su práctica en un centro rural.

Los alumnos son conscientes del centro en el que estudian, los recursos, las instalaciones que tienen y carecen, ya que es un centro rural y la localidad apenas supera los 200 habitantes. Por lo tanto, el descubrir formas sencillas de realizar otro tipo de actividades alternativas con material que no supone apenas gasto económico, les crea más curiosidad y motivación a la hora de construir y practicar sus propios juegos, reglas, normas, etc. Con ello, queremos llegar a la conclusión de que la mayoría de ellos se han dado cuenta que no solo se puede disfrutar jugando a deportes habituales (fútbol, baloncesto, atletismo...), sino, que existen muchos otros deportes alternativos que pueden ser de gran relevancia para su bienestar y disfrute personal en modo de juego y deporte. Además, podemos asegurar que muchos de ellos practicaban estos juegos en horario fuera de las horas lectivas de Educación Física, lo que ayuda a comprender la utilidad de este tipo de prácticas como un recurso para la ocupación constructiva del tiempo libre.

Cuarto objetivo. Elaborar un documento de recursos materiales y actividades útiles en cualquier contexto educativo.

En el trabajo con los alumnos, los aspectos relacionados con la elaboración de materiales lo hemos trabajado de forma oral, aportando conocimientos, nuevas ideas y recursos para poder utilizarlos no solo durante el horario lectivo, sino también en su tiempo libre. Debido al poco tiempo que hemos tenido para llevar a cabo la propuesta

didáctica, hemos optado por trabajar de manera más práctica y no centrarnos en desarrollar un documento escrito como tal. Respecto a este objetivo y en relación al trabajo presentado, decir que hemos elaborado un dossier de recursos materiales (ver Anexos 2 y 3) que puede ser de gran utilidad para los maestros que deseen trabajar los juegos y deportes alternativos con materiales no convencionales. Además, no tiene por qué ser empleado exclusivamente en un ámbito educativo, sino que también puede ser utilizado de forma lúdica como recurso para la ocupación del tiempo de ocio.

Una vez analizados todos los objetivos, debemos destacar que estamos muy satisfechos con la propuesta didáctica que hemos llevado a cabo, ya que se han cumplido los objetivos de manera notable, donde los alumnos se han iniciado en diferentes disciplinas lúdicas que eran desconocidas para ellos y han observado cómo lo pueden llevar a la práctica todo tipo de personas en su tiempo libre. Como bien indica Hernández (1994), los alumnos han mostrando una actitud positiva, activa y con cierta curiosidad e interés hacia los nuevos juegos y deportes alternativos que han sido planteados, al igual que han sido capaces de elaborar su propio material de juego de manera autónoma y responsable. Además se han producido gestos de buen compañerismo con los que no contábamos de manera inicial.

Por otro lado, con la puesta en práctica de esta unidad didáctica, los alumnos han sido conscientes de la importancia que supone disponer de todo tipo de material deportivo en el centro escolar para realizar diferentes juegos y deportes, pero que por supuesto no es imprescindible. En este sentido, estamos totalmente de acuerdo con Palacios et al, (2001), pues consideramos que es más importante saber crearlos con material no convencional que todos podemos tener por casa. De esta forma valoran mucho más el material ya que es construido por ellos mismos y tratan de conservarlo de la mejor manera. Además, ellos son capaces de reflexionar acerca de otros juegos que pueden poner en práctica elaborando por sí mismos el propio material de juego.

Asimismo, estamos de acuerdo con Ruiz (1996), Ortí (2004), Manzano y Ramallo (2005) y Palacios et al. (2001), que argumentan los beneficios que supone el trabajar tanto con los juegos y deportes alternativos, como utilizar el material no convencional dentro del área de Educación Física, ya que todo son aspectos positivos que aumentan el desarrollo y las capacidades de los alumnos en el ámbito personal y educativo.

Por último, mencionar que no compartimos algunos de los inconvenientes sobre la utilización del material no convencional en el aula de Educación Física que expone Méndez (2008), como el hecho de necesitar la ayuda de padres para la construcción de un material o invertir demasiado tiempo. Pensamos que la mayoría de los materiales se construyen en poco tiempo, además, se puede trabajar de forma conjunta con el área de Educación Artística y no debe de existir ningún riesgo, siempre y cuando se cumplan las normas de seguridad advertidas y la construcción del material sea acorde a los alumnos del aula.

Tampoco estamos de acuerdo, cuando hace mención a la falta de seriedad y al ridículo por parte del alumnado cuando tienen que realizar actividades con este tipo de materiales. Bajo nuestra propia experiencia, consideramos que se produce todo lo contrario, ya que el hecho de construir su propio material de juego crea en los alumnos mucha motivación y curiosidad al jugar con un material desconocido y novedoso. También se fomenta su creatividad e imaginación a la hora de diseñar y personalizar los materiales.

7.1. LIMITACIONES EN LA PUESTA EN PRÁCTICA DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

El mayor inconveniente que nos hemos encontrado durante la realización de las sesiones ha sido de ámbito meteorológico, ya que durante dos sesiones la lluvia nos impidió realizar la sesión con total normalidad y la tuvimos que terminar en el aula, porque el Centro Escolar no dispone de pabellón. Uno de los días, apenas llovía pero rápidamente el patio se puso como un barrizal y no se podían realizar las actividades de forma cómoda y segura.

Otro inconveniente destacado son las instalaciones para la práctica deportiva que tiene el Centro Escolar, porque el patio es mayormente de tierra y todo su terreno es bastante desigual, lo que hace que, a la hora de dibujar los campos de juego, colocar la red, etc. nos hayamos encontrado con una serie de dificultades que hemos resuelto de la mejor manera posible. Aunque lógicamente la red no estaba a la misma altura en todos los campos, ni todos los campos tenían exactamente las mismas dimensiones, lo que no impide el correcto desarrollo de las actividades ni la adquisición de conocimientos técnico-tácticos básicos por parte de los alumnos.

Por último, debido al espacio de tierra del que dispone el patio del Centro Escolar, durante la realización de la sesión de cartones, se produjo un grave deterioro de estos cartones, lo que provocó que los alumnos tuvieran que cambiarlos constantemente y coger otros nuevos. Aun así, este inconveniente no alteró la sesión y se pudo ejecutar con normalidad.

7.2. LECCIONES APRENDIDAS: ASPECTOS A MEJORAR PARA EL FUTURO

Una vez que hemos llevado a la práctica la propuesta didáctica, consideramos oportuno reflexionar sobre aquellos aspectos que podemos mejorar a la hora de volver a poner en práctica otra Unidad Didáctica, como son:

Familiarización con el material: Debido a la diversidad del alumnado que había en clase, cada alumno ha ido familiarizándose con los distintos materiales de manera progresivamente diferente. Con lo cual, debemos de pensar que no todos los alumnos parten desde el mismo nivel y hay a algunos que les cuesta más progresar que a otros. Simplemente no todos poseen la misma coordinación óculo-manual de inicio, por ello debemos de adaptar las sesiones de forma más individualizada a los alumnos y partir de actividades más sencillas para aquellos alumnos que tienen más dificultades a la hora de familiarizarse con el material.

Sesiones: Las sesiones tienen una duración de 50 minutos, pero en algunas ocasiones se comienza más tarde la clase y nos encontramos con el problema de no poder realizar todas aquellas actividades que en un principio teníamos planificadas. Había días que acortábamos el calentamiento antes de comenzar con la actividad o incluso suprimíamos las actividades de relajación para que nos diese tiempo a finalizar la sesión de manera correcta. Por lo tanto, debemos de planificar menos ejercicios en las sesiones para poder cumplir de manera eficaz con todas las actividades programadas previamente.

Actividades motivadoras: En el transcurso de alguna actividad de la sesión, los alumnos se encontraban realmente motivados y trabajando de manera eficaz, aun así hemos optado por cambiar de actividad ya que es lo que teníamos planificado desde un primer momento. Este hecho ha podido “cortar” la motivación a los alumnos porque estaban realizando algo que les gustaba y cambiábamos de actividad con la intención de seguir progresando en la sesión, aspecto que en alguna ocasión nos dimos cuenta que perdían

motivación. Por ello, llegamos a la conclusión que en ocasiones está muy bien improvisar o continuar con una actividad que para los alumnos es divertida e interesante.

Materiales: A la hora de construir materiales, nos parece necesario que los alumnos que acaben de construir su herramienta de juego (goba e indiaca), ayuden al resto de compañeros y después construyan alguna más de repuesto, ya que alguna se puede romper, despegar, etc. Por ello, conviene tener materiales de juego contruidos de sobra para que, aunque se le rompa a algún alumno, puedan continuar realizando la actividad con total normalidad.

8. BIBLIOGRAFÍA

- Barbero, J.G. (2000). *Apuntes de la asignatura Actividades físicas con material alternativo*. Facultad de Educación de Humanidades de Melilla. Sin publicar.
- Contreras, O.R. (1998). *Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*. Barcelona, España: Inde.
- Delgado Noguera, M. A. (1991). *Los estilos de enseñanza en Educación Física*. Universidad de Granada.
- Gil, P. (2008). *La educación física y los deportes*. Granada, España: Octaedro Andalucía.
- Hernández, M. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona, España: Inde.
- López, V. M., Pedraza, M. A., Ruano, C. y Sáez, J. (coords.) (2016). *Programar por Dominios de Acción Motriz en Educación Física*. Buenos Aires. Miño y Dávila.
- Manzano, J. y Ramallo, C. (2005). El juego como medio de desarrollo integral en el ámbito educativo. *Isla de Arriarán*, nº 26, pp. 287-300.
- Méndez, A. (2008). La enseñanza de las actividades físico-deportivas con materiales innovadores: Posibilidades y perspectivas de futuro. Actas del *Congreso Iberoamericano del Deporte en Edad Escolar: Nuevas tendencias y perspectivas de futuro* (pp. 83-108). Recuperado el 28 de Noviembre de 2016, de https://www.researchgate.net/publication/236268101_La_ensenanza_de_actividades_fisico-deportivas_con_materiales_innovadores_Posibilidades_y_Perspectivas_de_futuro7
- Méndez, A. (2003). *Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de Educación Física*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Mosston, M. & Ashworth, S. (2001). *La enseñanza de la educación física*. Barcelona, España: Hispano Europea.
- Ortí, J. (2004). *La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos*. Barcelona, España: Inde.

Palacios, J., Toja, B., y Abraldes, A. (2001). Latas: material alternativo para los juegos. *Revista digital SEDE*. Recuperado el 4 de Diciembre de 2016, de <http://sedeonline.blogspot.com.es/2012/04/latas-material-alternativo-para-los.html>

Parlebas, P. (2001). *Juegos, Deporte y Sociedad. Léxico de Praxiología motriz*. Barcelona, España: Paidotribo.

Pérez, L. M. R. (2012). El desarrollo de la competencia motriz en la ESO y su evaluación. *Revista de educación física: Renovar la teoría y práctica*, (128), 9-12.

Pérez-Pueyo, A., García Busto, O., Hortigüela Alcalá, D., Aznar Cebamanos, M. y Vidal Valero, S. (2016). ¿Es posible una (verdadera) competencia clave relacionada con lo motriz? La competencia corporal. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (415), pp.51-71.

Pieron, M. (1988). *Didáctica de las AF y Deportivas*. Madrid. Gymnos.

Ruiz, J.G. (1996). *Juegos y deportes alternativos en la programación de educación física escolar*. Zaragoza, España: Agonos.

Sicilia, A. y Delgado Noguera, M. (2002) *Educación Física y estilos de enseñanza*. Barcelona. Inde.

Tejada, V. Guía docente de la asignatura “Actividades con material alternativo en educación física”. *Universidad de Granada*. Recuperado el 19 de diciembre de 2016 de <file:///C:/Users/PC/Desktop/TFG/Actividades%20con%20materiales%20alternativos%20en%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica.pdf>

Trujillo, F. (2010). Recursos y materiales en Educación Física. *Educación física y deporte*. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd140/recursos-y-materiales-en-educacion-fisica.htm>

Velázquez, C. (2012). *La pedagogía de la cooperación en Educación Física*. Valladolid, España: La peonza.

Virosta, A. (1994). *Deportes alternativos en el ámbito de la educación física*. Madrid, España: Gymnos.

REFERENCIAS LEGISLATIVAS

Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. (BOCYL núm.142 de 1 de julio de 2016. Pág. 34184-34746).).

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 295 (10 de diciembre).

Ministerio de Educación y Ciencia. (1992). *Materiales para la Reforma. Cajas Rojas*. Madrid. Servicio de publicaciones del MEC.

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. (BOE núm.25 de 29 de enero de 2015. Pág. 6986- 7003).

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (BOE núm.52 de 1 de marzo de 2014. Pág. 19349-19420). .

ANEXOS

Anexo 1. Sesiones de la unidad didáctica

Anexo 2. Ficha sobre el proceso de construcción de la goba

Anexo 3. Ficha sobre el proceso de construcción de la indiaca

Anexo 4. Imágenes de las sesiones prácticas

Anexo 1. Sesiones

Tabla 12. Sesión n° 1

Sesión n° 1		Titulo: Construye el material	
Eje de la sesión: Presentación de la Unidad Didáctica, conocer juegos y deportes alternativos y construir el material.			
Temporalización: 05/04/2016			
Metodología: Estilos de enseñanza tradicionales y estilos de enseñanza que favorecen la creatividad.			
Material e instalaciones: Materiales por cada alumno:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. 4 hojas de papel periódico, 2. 1 bolsa de plástico. 3. Tijeras. 4. Celo. 5. 2 cartones tamaño folio. 6. Tijeras. 7. Cinta elástica. 8. Celo o cinta adhesiva. 9. Bolígrafo. 			
La sesión será llevada a cabo en el aula del centro escolar.			
Evaluación: Ficha de seguimiento			
Empezando...			
Explicación de la Unidad Didáctica.		Se explica a los alumnos los diferentes juegos y deportes que vamos a desarrollar durante las próximas 6 sesiones.	
Conocer la historia de cada juego.		Breve historia de los objetos que vamos a construir y su adecuada utilización en los juegos y deportes.	
Demostración de la construcción de los diferentes materiales.		Los alumnos colocan todos los materiales encima de sus mesas y atienden al maestro que va a explicar paso a paso la construcción de los objetos.	
En marcha			
Construcción de la indiacá		De forma individual, comienzan a construir la indiacá, en primer lugar hacen una bola grande de papel periódico con las 4 hojas, posteriormente la envuelven con celo para que quede de forma más prensada. A continuación, se introduce la bola de papel dentro de una bolsa de plástico y se hace un nudo fuerte lo más próximo posible a la bola de papel. Por último, se realiza unas cortes en la bolsa de plástico (asas y todo lo sobrante) en forma de flecos de fregona. Y ya tenemos construido el primer elemento.	

<p>Construcción de las gobas</p> <p>Experimentación y manipulación de los materiales</p>	<p>De forma individual, en la construcción de gobas, comienzan colocando una mano estirada (mano buena) en una plataforma de cartón, para marcar con un bolígrafo la forma de la goba. Posteriormente se recorta por la marca realizada y se hace lo mismo con la otra plancha de cartón. A continuación con una tijera realizamos 4 agujeros para meter la cinta elástica y que nos quede fijada la mano a las planchas de cartón, una vez acabado este proceso, pegamos ambas planchas (así queda más resistente la goba), finalmente nos queda introducir las cintas por lo agujeros y ajustarlas a nuestra mano...para esto podemos utilizar la grapadora, o cinta adhesiva. Y ya hemos finalizado la construcción del segundo elemento.</p> <p>Los alumnos manipulan el material de forma libre, sin el maestro darles ninguna pauta.</p>
<p>Y para terminar...</p>	
<p>Momento de reflexión</p> <p>Recogida de material</p>	<p>Los alumnos realizan preguntas como: ¿Cómo se golpea la indiaca?, ¿Cómo se colocan la goba?, etc. El maestro además de contestar las preguntas de los alumnos, pregunta: ¿Es un material sencillo de construir? ¿Qué les ha parecido su experiencia al utilizarlo?, etc.</p> <p>Los alumnos recogen el material y lo dejan en una estantería de clase para utilizarlo en la siguiente hora de Educación Física.</p>
<p>Observaciones: Los alumnos que primero acaban de construir sus propios materiales de juego, ayudan al resto de compañeros que aun no han acabado. Los alumnos pueden hacer la goba con la forma que ellos quieran, además de pintarla o ponerla pegatinas, etc. Respecto a la indiaca también la pueden pintar o añadir globos, etc.</p>	
<p>Reflexiones: Es importante que los alumnos mayores de la clase, una vez que terminan de construir la indiaca o goba, ayuden a los alumnos más pequeños de la clase que suelen tardar más.</p> <p>En este caso el aula dispone de pizarra digital, por lo tanto, a la hora de explicar la historia de la indiaca o cuando los niños preguntan ¿cómo se golpea, juega?, etc. Se pueden poner videos de demostración para que observen como es una situación real de juego.</p> <p>Quizá no todos los alumnos tengan en casa cinta elástica, ni cartones. Por eso, conviene que aquellos alumnos que puedan traer más cartones o más cinta elástica de la que se requiere para la construcción del material, lo lleven a clase para compartirlo con el resto de compañeros.</p>	

Tabla 13. Sesión n°2

Sesión n° 2		Título: Conocemos la indiacá	
Eje de la sesión: Familiarización con la indiacá e iniciación de golpes básicos.			
Temporalización: 08/04/2016			
Metodología: Estilos de enseñanza que propician la socialización y estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumnado en su aprendizaje.			
Material e instalaciones: Una indiacá cada alumno y la sesión se realiza en el patio del centro escolar.			
Evaluación: Ficha de seguimiento			
Empezando...			
Asamblea inicial		Salimos al patio y realizamos una breve descripción de lo que vamos a realizar durante la sesión: familiarizarnos con la indiacá, conocer diferentes golpes básicos, tipos de desplazamientos y retos cooperativos.	
Calentamiento previo		Realizamos movilidad articular de las diferentes partes del cuerpo como: cuello, brazos, muñecas, cadera, rodillas, tobillos...	
En marcha			
Individualmente:			
Exploración del alumnado		Andando, lanzamos la indiacá hacia arriba y la cogemos con una sola mano sin que caiga al suelo, vamos alternando manos.	
		Andando, golpeamos la indiacá hacia arriba con la palma de la mano, primero con una mano y después con otra.	
		Trotando, intercambiamos lanzar la indiacá y cogerla con una sola mano.	
		Golpeamos la indiacá hacia arriba con la palma de la mano, para ver cuántos toques somos capaces de dar sin que caiga la indiacá al suelo.	
		Golpeamos la indiacá con diferentes partes del cuerpo (manos, brazos, pies, cabeza...) y posteriormente intentamos que no caiga al suelo.	
Por parejas:			
Retos y exploración por parejas		Una indiacá por parejas, uno lanza la indiacá hacia arriba y el otro la tiene que coger con una mano sin que caiga al suelo.	
		Igual que la actividad, pero lanzando la indiacá al compañero y este la coge sin que caiga.	
		Uno lanza la indiacá al compañero y este se la devuelve de un	

	<p>golpeo con la palma de la mano a la altura de la cintura.</p> <p>Misma actividad que la anterior, pero el compañero tiene que devolver la indiacá con golpes de mano por encima de la cabeza.</p> <p>Uno frente a otro, tienen que golpear con cualquier parte del cuerpo la indiacá, sin que caiga al suelo.</p> <p>Mismo ejercicio que el anterior, pero en vez de pasar al compañero, realizan un “que no caiga” lanzando la indiacá hacia arriba.</p>
Reto grupal y competitivo: 5 personas	<p>Todos se colocan en círculo y realizan un “que no caiga” pudiéndose golpear la indiacá con cualquier parte del cuerpo antes de que caiga al suelo. Ver qué grupo de los dos consigue dar más toques.</p>
Reto grupal: 10 personas	<p>Misma actividad que la anterior, pero todos los alumnos juntos en un mismo círculo. Ver cuántos toques son capaces de dar sin que la indiacá caiga al suelo</p>
Y para terminar...	
Asamblea final, reflexiones y estiramientos.	<p>Todos en círculo realizan estiramientos para relajar los músculos del cuerpo, mientras comentamos brevemente la sesión: ¿Sensación de trabajar con la indiacá? ¿Qué golpes hemos visto? ¿Dificultades que se han encontrado? ¿Cómo podemos mejorar los golpes? ¿Por qué?...</p>
Recogida de material.	<p>Cada alumno recoge su material y lo lleva al aula.</p>
Higiene personal.	<p>Todos los alumnos se asean y cambian de ropa si es necesario.</p>
<p>Observaciones: Tanto en los retos cooperativos y las exploraciones por parejas, se realizan cambios constantes de roles y de parejas. Para que todos los alumnos lancen y reciban la indiacá, además de no siempre trabajar con los mismos compañeros de clase.</p> <p>Las actividades individuales son las primeras que realizo, pasando a formar grupos de trabajo de menor a mayor número de alumno. Al igual que la hora de realizar las actividades, serán desarrolladas en función de menor a mayor complejidad.</p>	
<p>Reflexiones: En algunos retos cooperativos no es sencillo conseguir el reto con eficacia, cuando en las parejas o grupos se encuentran alumnos de diferente curso, ya que no todos poseen las mismas habilidades motrices.</p> <p>Referente a la asamblea hay que intentar que todos den su opinión, ya que al ser pocos es factible y puede llegar a ser muy variada y productiva dentro de un grupo de pocos alumnos.</p>	

Tabla14. Sesión nº 3

Sesión nº 3		Titulo: Seguimos con la indiacca	
Eje de la sesión: Progresar en los golpes básicos y conocer situaciones reales de juego.			
Temporalización: 12/04/2016			
Metodología: Estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumnado en su aprendizaje.			
Material e instalaciones: Una indiacca por alumno y una cuerda que hace la función de red. La sesión se realiza en el patio del centro escolar.			
Evaluación: Ficha de seguimiento			
Empezando...			
Asamblea inicial		Salimos al patio y realizamos un breve recordatorio de los aspectos trabajados el día anterior y hablamos de lo que vamos a trabajar en el día de hoy: Continuar con los golpes básicos de la indiacca, desplazamientos y realizar situaciones reales de juego.	
Calentamiento previo		Realizamos movilidad articular de las diferentes partes del cuerpo como: cuello, brazos, muñecas, cadera, rodillas, tobillos...	
En marcha			
Individualmente:			
Toma de contacto con la indiacca.		Cada alumno con una indiacca la golpea hacia arriba con ambas manos e intentar que no caiga al suelo. Golpeamos la indiacca hacia arriba, para ver cuántos toques somos capaces de dar utilizando cualquier parte del cuerpo, sin que la indiacca caiga al suelo.	
Por parejas:			
Libre exploración:		Una indiacca por pareja, los alumnos practican diferentes tipos de golpes como pueden ser por encima de la cabeza, a la altura de la cintura, con el pie, etc. Posteriormente, practicando todo tipo de golpes tienen que intentar que la indiacca no caiga al suelo.	
Situaciones de juego: 1x1, 2x2 y 3x3		Partidos de 1x1 en campo reducido, con la red de por medio y las propias reglas de la indiacca. Partidos de 2x2 en campo algo más grande y las propias reglas de la indiacca. Partidos de 3x3.	
Y para terminar...			
Asamblea final, reflexiones y estiramientos.		Todos en círculo realizan estiramientos para relajar los músculos del cuerpo, mientras comentamos brevemente la	

<p>Recogida de material.</p> <p>Higiene personal.</p>	<p>sesión: ¿Han corregido y mejorado los golpes vistos? ¿Han tenido mejores sensaciones con la indiaca que el otro día? ¿Dificultades y estrategias de las situaciones de juego?...</p> <p>Cada alumno recoge su indiaca y la lleva a clase, uno de los alumnos se encarga de recoger la cuerda que hemos utilizado como red.</p> <p>Todos los alumnos se asean y cambian de ropa si es necesario.</p>
---	--

Observaciones: En la libre exploración por parejas y en las situaciones reales de juego, se realizan cambios constantes de roles y de parejas, para intentar que los alumnos practiquen las actividades y se tengan que relacionar todos con todos.

Respecto al tema de recoger material, cada alumno se encargará de recoger su indiaca, o aquella con la cual acabe realizando la sesión. Cuando se da el caso de que se utiliza más material, el maestro será el encargado de asignar la tarea de recoger el material a alguno de los alumnos.

Reflexiones: Durante las situaciones reales de juego, he intentado formar partidos entre alumnos de nivel similar, para que no hubiese demasiada diferencia y así poder lograr una competición nivelada y consecutiva en cuanto a golpes. También es importante, añadir variantes como que todos los componentes de un mismo equipo deben de golpear la indiaca antes de pasarla al campo contrario (hay variantes que solo es necesario llevarlas a cabo en caso de que exista una descompensación en los equipos).

Tabla 15. Sesión nº 4

Sesión nº 4		Título: Práctica de la goba	
Eje de la sesión: Familiarización con la goba, iniciación de golpeos básicos y practicar situaciones de juego.			
Temporalización: 19/04/2016			
Metodología: Estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumnado en su aprendizaje.			
Material e instalaciones: Una goba cada alumno y una cuerda que hace la función de red. La sesión será realizada en el patio del centro escolar.			
Evaluación: Ficha de seguimiento			
Empezando...			
Asamblea inicial		Salimos al patio y realizamos un breve recordatorio de los aspectos trabajados el día anterior y como los podemos equiparar con las gobas, también hablamos de lo que vamos a trabajar en el día de hoy: Familiarizarnos con las gobas, colocación y sujeción de la goba, conocer los golpeos básicos de la goba, desplazamientos y realizar situaciones de juego sin red.	
Calentamiento previo		Realizamos movilidad articular de las diferentes partes del cuerpo como: cuello, brazos, muñecas, cadera, rodillas, tobillos...	
En marcha			
Individualmente			
Toma de contacto con el material y libre exploración.		Cada alumno con su goba y una pelota de tenis, comienzan a manipular el material dando toques, botándola, etc. Dan un toque a la pelota hacia arriba, la dejan que bote en el suelo y la vuelven a dar. Así sucesivamente. Igual que el anterior, pero dando dos o tres toques cada vez. Trotando van botando la pelota de tenis golpeándola con la goba. Tienen que dar tres toques estando de pie y seguidos otros tres toques agachados, con la goba sin que la pelota caiga al suelo Igual que el ejercicio anterior pero añadiendo algún toque con la cabeza Tienen que dar tres toques tumbarse y levantarse sin que se caiga la pelota al suelo. Golpear hacia arriba la pelota con la goba, girar sobre sí mismo y volver a golpearla sin que caiga la pelota.	

Por parejas	
Retos por parejas	<p>Con una sola pelota de tenis y cada uno con su goba. Tienen que dar diez toques entre los dos sin que la pelota caiga al suelo.</p> <p>Uno tiene que dar tres toques a la pelota y se la pasa al compañero sin que la pelota toque el suelo.</p> <p>Igual que el anterior, pero da un toque cada uno, luego dos, después tres y así sucesivamente.</p> <p>Se colocan frente a la pared y juegan al frontón en espacios muy reducidos. Hasta llegar a los 10 toques cada uno sin que la pelota se salga del espacio marcado.</p>
Situaciones de juegos, sin red 1x1	Partido de 1x1, en espacio delimitado pero sin red, dar tres toques seguidos y pasarla al otro campo, puede dar un bote en el suelo.
Grupos de 4 alumnos	Partido de 4 alumnos, los cuales se enfrentan todos contra todos, cada uno desde su propio campo. El terreno de juego es de forma cuadrada, que está dividido en 4 partes iguales.
Y para terminar...	
Asamblea final, reflexiones y estiramientos.	Todos en círculo realizan estiramientos para relajar los músculos del cuerpo, mientras comentamos brevemente la sesión: ¿Qué dificultades han encontrado con la goba? ¿Dificultades en el golpeo? ¿Cómo golpear la pelota correctamente? Primeras experiencias, estado de la goba...
Recogida de material.	Cada alumno recoge su goba y la lleva a clase, un alumno diferente al de la anterior sesión se encarga de recoger y guardar todas las pelotas de tenis.
Higiene personal	Todos los alumnos se asean y cambian de ropa si es necesario.
<p>Observaciones: Durante la ejecución de las actividades, al ser pocos alumnos el maestro realiza correcciones de forma individual a todos aquellos alumnos que lo considere oportuno. Evitando detener la actividad y cortar el ritmo de la clase, siempre y cuando no sea algún error que estén cometiendo la mayoría de los alumnos.</p> <p>Al igual que en sesiones anteriores los cambios de roles y de parejas son constantes para intentar que no siempre estén formados los mismos grupos de trabajo.</p>	
<p>Reflexiones: Hay sesiones que debido al esfuerzo físico o al calor, los alumnos necesitan cambiarse de camiseta una vez finalizada la sesión. Por este motivo, siempre que tienen Educación Física deben de traer ropa para cambiar y utensilios de aseo, aunque no siempre sea necesario el cambio de ropa.</p> <p>Por otro lado, destacar que aunque no todas las gobas queden de la misma manera, si que se pueda llegar a practicar la sesión con ellas. También al finalizar la sesión es importante revisar como están para el día siguiente, porque puede que se haya quitado alguna sujeción, roto el cartón, etc.</p>	

Tabla 16. Sesión nº 5

Sesión nº 5		Título: Competiciones con materiales
Eje de la sesión: Progresar en los golpes básicos y aplicar las situaciones reales de juegos con las gobas e indiacas.		
Temporalización: 22/04/2016		
Metodología: Estilos de enseñanza tradicionales.		
Material e instalaciones: Una goba e indiaca por alumno y la sesión será realizada en el patio del centro escolar.		
Evaluación: Ficha de seguimiento		
Empezando...		
Asamblea inicial	Salimos al patio y realizamos un breve recordatorio de los aspectos trabajados el día anterior, después comentamos los aspectos que vamos a trabajar en el día de hoy: Progresar con los golpes básicos de la goba e indiaca, desplazamientos y realizar situaciones de juego reales con ambos materiales mediante un sistema de competición.	
Calentamiento previo	Realizamos movilidad articular de las diferentes partes del cuerpo como: cuello, brazos, muñecas, cadera, rodillas, tobillos...	
En marcha		
Individualmente y por parejas Calentamiento con material	Cada alumno con su goba y una pelota de tenis, comienzan a realizar diferentes tipos de golpes, saques, recepciones, etc. Para posteriormente comenzar con los partidos. Hoy se utilizara tanto la goba como la indiaca para la realización de los partidos a modo competición. Por ello, los alumnos eligen si prefieren calentar con la goba o la indiaca. El patio está dividido en 5 campos individuales, de los cuales en dos de ellos se jugará con la indiaca y en los tres restantes con las gobas. Cuando los partidos se produzcan de manera grupal y no individual, simplemente se utilizará otro campo más en función de las personas que participen, menos cuando el partido sea de 5x5, que no se utilizara todo lo ancho del patio, sino que el campo será bastante más reducido.	
Competición a través de partidos: 1x1, 2x2, 3x3 y 5x5.	El modelo de competición es de ascenso y descenso, que consiste en que cuando un jugador gana asciende en dirección al campo número 5 (campo situado en el extremo derecho) y cuando un jugador pierde, descenderá de campo en dirección	

	al número 1 (campo situado en el extremo izquierdo). De este modo, los alumnos se motivarán más en ganar y ascender de posición.
Y para terminar...	
Actividad de relajación.	Todos los alumnos se sentarán en círculo formando un tren unido, estirarán las manos y comenzarán a dar un masaje a la persona que tienen justamente delante, esto quiere decir, que a la vez que uno está dando un masaje, también lo está recibiendo del compañero de atrás.
Asamblea final, reflexiones y estiramientos.	Todos en círculo realizan estiramientos para relajar los músculos del cuerpo, mientras comentamos brevemente la sesión: ¿Qué les ha parecido el modelo de competición? ¿Qué mejorarían? ¿Dificultades que se han encontrado con este tipo de materiales? ¿Qué les ha gustado?, etc.
Recogida de material	Cada alumno recoge su goba e indiacca y la lleva a clase, un alumno diferente al de la anterior sesión se encarga de recoger y guardar todas las pelotas de tenis y la red.
Higiene personal	Todos los alumnos se asean y cambian de ropa si es necesario.
Observaciones: En los diferentes partidos de 2x2, 3x3 y 5x5, realizo cambios en los componentes para intentar nivelar los partidos lo máximo posible. También es importante no dejar a ningún alumno sin jugar en ningún momento, ya que no hay ninguna actividad descalificatoria, es decir, todos deben estar practicando las actividades. Los partidos serán a 7 puntos, para que sean rápidos y dé tiempo a jugar todos con todos.	
Reflexiones: A la hora de realizar los partidos me gusta que haya “competitividad sana” donde los alumnos se esfuercen por ganar, pero respetando las normas, reglas y siempre con respeto. No es fácil lograr actividades competitivas, debido a la diferencia de habilidades motrices que existe entre alumnos de 6º curso y de 4º curso de Educación Primaria, por ello, conviene meter variantes en las actividades en función de cómo, y quien las esté realizando en un determinado momento. Por último, a los alumnos les gusta mucho realizar actividades de relajación, pero debido al poco tiempo del que se dispone es complicado realizarlas todos los días.	

Tabla 17. Sesión nº6

Sesión nº 6		Título: ¡Cartones!	
Eje de la sesión: Conocer diversas actividades para realizar con cartones.			
Temporalización: 26/04/2016			
Metodología: Estilos de enseñanza tradicionales y estilos de enseñanza que propician la socialización.			
Material e instalaciones: Cuatro cartones por alumno del tamaño de un folio y papel de periódico o papel aluminio. La sesión será realizada en el patio del centro escolar.			
Evaluación: Ficha de seguimiento			
Empezando...			
Asamblea inicial		Comenzamos con un breve comentario de lo fácil que es conseguir un material como el cartón y las utilidades lúdicas que se le pueden dar.	
Calentamiento previo en estático.		Realizamos movilidad articular de las diferentes partes del cuerpo como: cuello, brazos, muñecas, cadera, rodillas, tobillos...	
En marcha			
Individualmente			
Calentamiento y retos individuales.		Los alumnos se van a encontrar todos sus cartones esparcidos por el suelo, ellos tienen que correr por todo el espacio sin pisar los cartones. A la voz del maestro, los alumnos se colocan encima de un cartón y se deslizan. Comenzamos a deslizarnos con un pie en cada cartón “modo esquí de travesía”. Nos deslizamos con una mano en cada cartón y los pies en uno solo. Igual que el anterior, pero cada pie en un cartón diferente.	
		Cuadrupedias Mismo ejercicio que el anterior pero boca-arriba. Un pie en cada cartón y nos deslizamos hacia atrás. Un pie en cada cartón y nos deslizamos girando la cadera “modo esquiador”.	
Por parejas.			
Competiciones		Carrera deslizándonos con los cartones y al llegar a media pista, continuamos de espaldas. Carrera con el cartón puesto entre las piernas sin que se caiga al suelo. Carrera reptando, con un cartón en cada pie. Andar con el cartón en la cabeza.	

<p>Por parejas, trabajo colaborativo.</p> <p>Grupos de 5 personas.</p> <p>Retos cooperativos y relevos.</p>	<p>Correr con el cartón pegado al pecho sin que se caiga al suelo.</p> <p>Correr con un cartón en cada mano (sin poder agarrarlo) sin que se caiga al suelo.</p> <p>Llevar el cartón en el pecho sin que se caiga al suelo.</p> <p>Mientras andamos, sujetar el cartón con la cabeza sin que se caiga al suelo.</p> <p>Igual que el ejercicio anterior, pero sujetando el cartón con el trasero.</p> <p>Dos grupos de 5 personas y una carrera de relevos llevando el cartón modo camarero y encima una pelota de papel de periódico sin que se caiga al suelo.</p> <p>Dos grupos en forma de círculo tienen que golpear la bola de papel sin que se caiga al suelo, ver qué equipo consigue dar más toques.</p>
<p>Y para terminar...</p>	
<p>Asamblea final, reflexiones y estiramientos.</p> <p>Recogida de material</p> <p>Higiene personal</p>	<p>Todos en círculo realizan estiramientos para relajar los músculos del cuerpo, mientras comentamos brevemente la sesión: ¿sabían que con un simple cartón se podía hacer tantas actividades? Opiniones de los alumnos, dificultades, otras alternativas al cartón en caso de no disponer de suelo pavimentado – parquet, etc.</p> <p>Todos los alumnos realizan una batida donde hemos realizado la sesión para no dejar ningún cartón tirado en el suelo.</p> <p>Todos los alumnos se asean y cambian de ropa si es necesario.</p>
<p>Observaciones: Como vengo haciendo en todas las sesiones anteriores, es fundamental el que se produzcan cambios de parejas constantes para que se trabajen con personas diferentes. Al igual que las actividades deben de realizarse de manera progresiva de menor a mayor dificultad y de menor a mayor número de participantes en cuanto a grupos. Después de una sesión de este tipo los cartones suelen quedar bastante estropeados, por lo tanto, si se quiere seguir realizando sesiones con el mismo material se debe de traer más cartones.</p>	
<p>Reflexiones: Para realizar este tipo de sesión con cartones, es necesario disponer de un pabellón o pista que sea totalmente lisa. En caso de tener un suelo arenoso, se puede llevar a cabo con botellas de plástico recortadas, que hacen la función de esquíes y también resbalan. Me parece importante hacer ver a los niños que con cualquier tipo de material, se pueden hacer múltiples actividades lúdicas, además de intentar fomentar otro tipo de juegos y deporte que no sean los más comunes.</p>	

Anexo 2. Ficha sobre el proceso de construcción de la indiaca

GOBA

La goba es considerado un juego o deporte, que se practica con una goba fijada en la mano y una pelota (de tenis) que se golpea con la goba. El terreno de juego es similar al del bádminton, es decir, es un campo de cancha dividida.

Las reglas del juego, pueden ser similares a las del bádminton o tenis, dependiendo del tipo de personas al que vaya a ser adaptado para su realización. También se pueden modificar o incluso crear unas nuevas normas de juego, como por ejemplo puede ser que haya una red en medio de la pista o no. (Méndez, 2003)

Para la construcción de la goba vamos a necesitar los siguientes materiales y realizar paso a paso las siguientes indicaciones dadas.

Recursos materiales

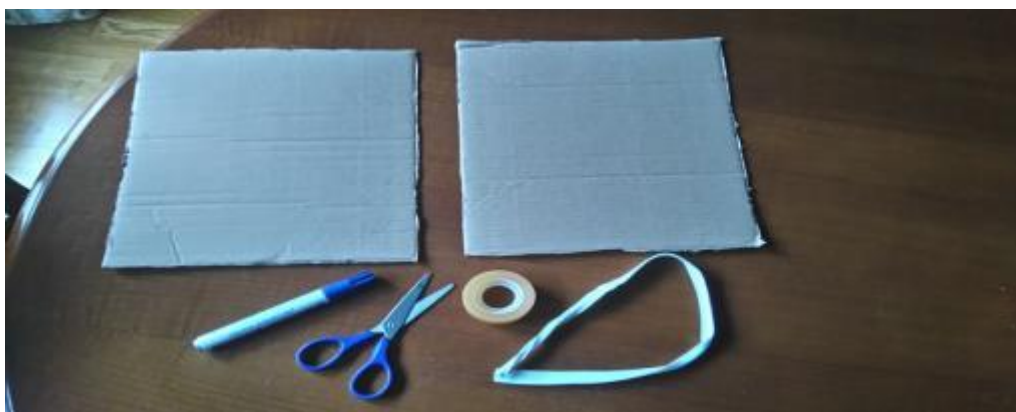


Figura 3. Proceso de construcción de la goba

1. Dos cartones tamaño folio.
2. Tijeras.
3. Cinta elástica.
4. Celo o cinta adhesiva.
5. Bolígrafo.

Proceso de construcción de la goba



Figura 4. Proceso de construcción de la goba

Colocar la mano encima del cartón, lo más centrada posible.

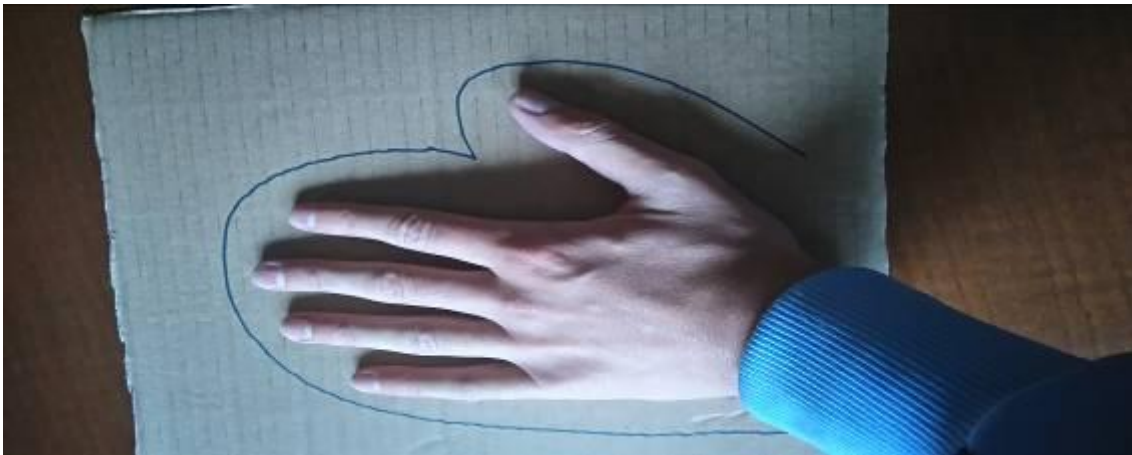
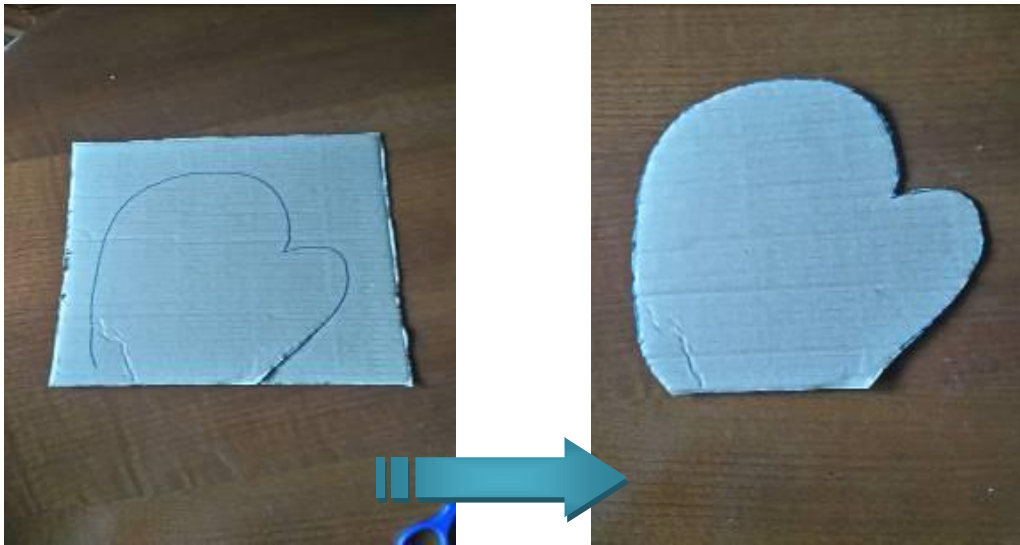


Figura 5. Proceso de construcción de la goba

Dibujar la silueta de la mano, tratando que no quede muy ajustada, para disponer de una mayor base de golpeo.



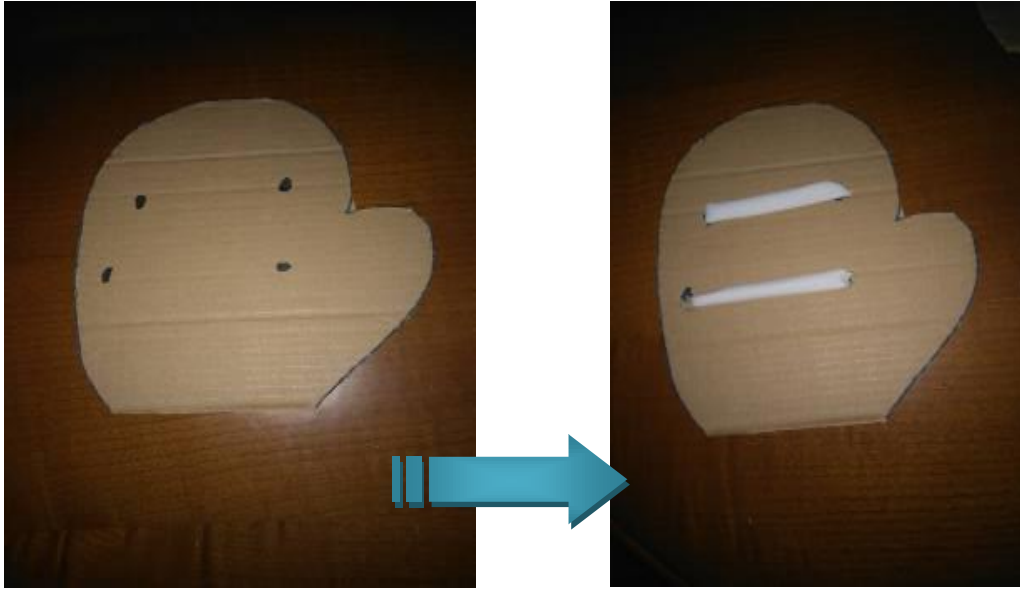
Figuras 6 y 7. Proceso de construcción de la goba

Una vez que está dibujada la silueta de la mano, se recorta con las tijeras.



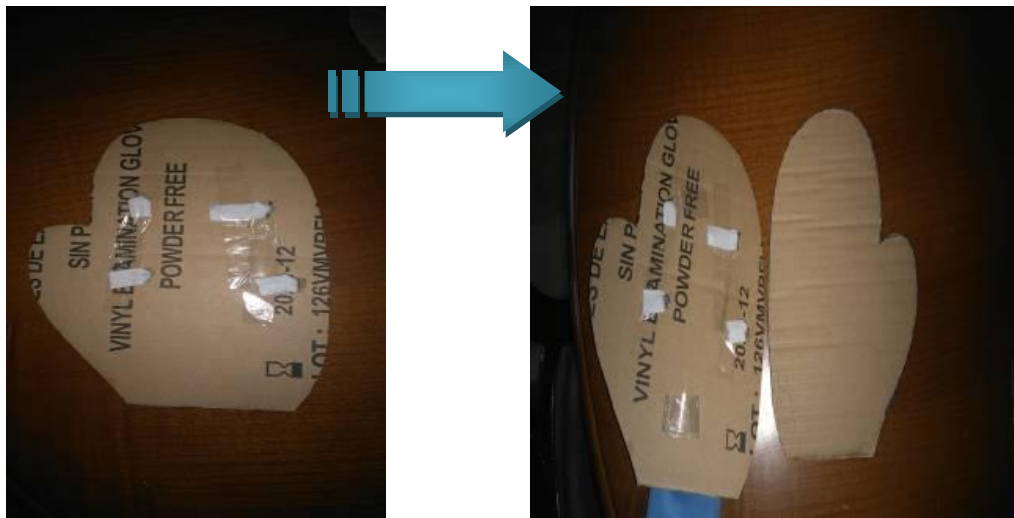
Figura 8. Proceso de construcción de la goba

Se hace el mismo proceso, con la otra plancha de cartón.



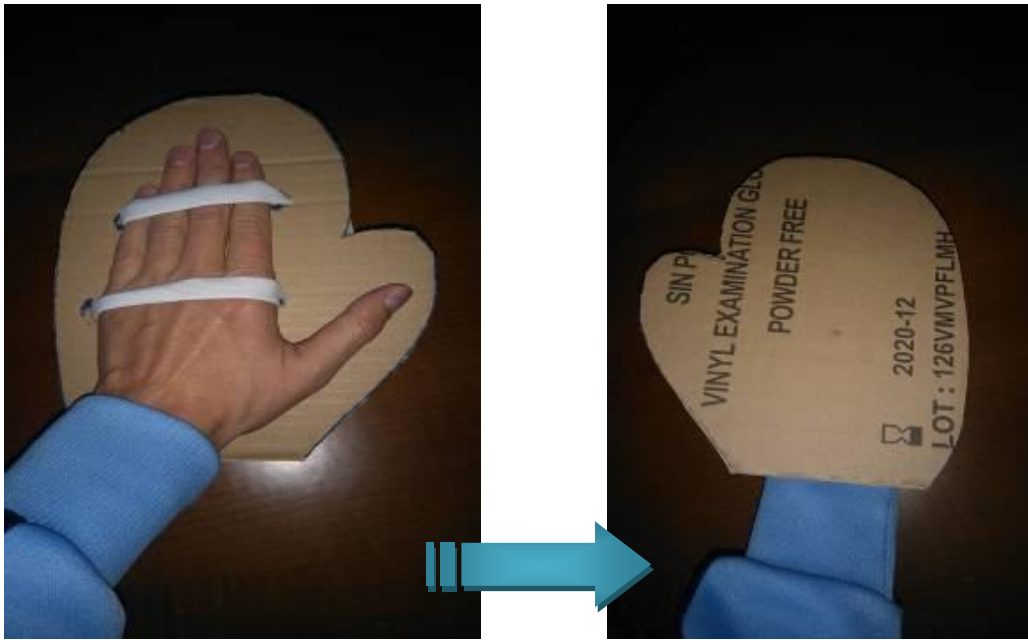
Figuras 9 y 10. Proceso de construcción de la goba

Con el bolígrafo, marcamos los agujeros para posteriormente introducir la cinta elástica por ellos.



Figuras 11 y 12. Proceso de construcción de la goba

Por la parte que salen las puntas de cinta elástica, se puede hacer un nudo o pegar con cinta adhesiva para sujetarlas. Posteriormente se pega la otra plancha de cartón que habíamos cortado con la misma forma.



Figuras 13 y 14. Proceso de construcción de la goba

De esta forma ya quedaría construida la goba, en la imagen de la izquierda se ve la parte de dentro (por donde metemos la mano) y en la imagen de la derecha, se puede observar la parte de fuera que es la base con la cual se ejecutará el golpeo.

Observaciones:

Para unir la segunda plancha a la primera, también se puede grapar, pegar con pegamento o con cinta adhesiva cubrir todo el borde. Así se conseguirá una mayor resistencia en la goba y será más complicado que se despeguen una de otra.

La cinta elástica no debe de apretar mucho, porque pueden provocar molestias en la mano. Aunque tampoco debe de quedar muy suelta, ya que se nos caería la goba, con lo cual, deben quedar ajustadas a la mano de cada alumno.

Para personalizar la goba, se puede realizar la base de diferentes formas. Al igual que se pueden añadir pegatinas y dibujos a la base o simplemente colorearla.

Anexo 3. Ficha sobre el proceso de construcción de la indiacaca

INDIACA

El origen de la indiacaca procede de Brasil y el primer país europeo donde se comenzó a practicar este juego fue en Alemania (1936), cuando un profesor de origen germano de Educación Física lo introdujo en dicho país. Posteriormente llegó a nuestro país donde es considerado un juego-deporte alternativo. El juego se basa en golpear la indiacaca con la palma de la mano y pasarla por encima de la red (que se encontrará en el centro del terreno de juego) y debe caer dentro de los límites del campo del adversario, así este la puede devolver con la misma intención sin que la indiacaca llegue a tocar el suelo (Ruiz, 1996).

Para la construcción de la indiacaca vamos a necesitar los siguientes materiales y realizar paso a paso las siguientes indicaciones dadas.

Recursos materiales



Figura 15. Proceso de construcción de la indiacaca

1. Cuatro hojas de papel de periódico.
2. Celo.
3. Tijeras.
4. Una bolsa de plástico.

Proceso de construcción de la indiaca



Figura 16. Proceso de construcción de la indiaca

En primer lugar, hay que hacer una bola grande con todas las hojas del papel de periódico.



Figuras 17 y 18. Proceso de construcción de la indiaca

Una vez que tenemos hecha la bola de papel, la cubrimos con celo para que se quede más apretada y no se rompa.



Figuras 19 y 20. Proceso de construcción de la indiana

Posteriormente introducimos la bola de papel en la bolsa y realizamos un nudo a la bolsa lo más abajo y pegado posible junto a la pelota.



Figura 21. Proceso de construcción de la indiana

Por último, con las tijeras cortamos lo sobrante de la bolsa haciendo flecos hasta llegar al nudo sin que se lleguen a romper los flecos. Y de esta forma queda construida la indiacá.

Observaciones:

Para personalizar la indiacá, se puede añadir un globo cubriendo solamente la bola de papel. Para introducir el globo es necesario cortar la boquilla del mismo.

Anexo 4. Imágenes de las sesiones



Figura 22. Patio del centro escolar, donde se llevan a cabo las sesiones



Figura 23. Indiacas construidas por los alumnos



Figura 24. Gobas construidas por los alumnos (zona de golpeo)



Figura 25. Gobas construidas por los alumnos (zona de sujeción)



Figura 26. Exploración y retos por parejas con las gobas



Figura 27. Actividad de competición 1x1 con gobas



Figura 28. Actividad de competición 1x1 y 2x2 con gobas e indiacas.