

TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

TÍTULO:

PROPUESTA INNOVADORA PARA UN BUEN
APROVECHAMIENTO EN LAS CLASES DE
EDUCACIÓN FÍSICA

MODALIDAD: INNOVADORA

ALUMNO: ALEJANDRA LEÓN CASTRO

Tutores: Antonio Gómez Rijo

CURSO: 2018-2019

CONVOCATORIA: JUNIO

Resumen

El presente trabajo de innovación, está dirigido a desarrollar las clases de Educación Física de una forma diferente a la tradicional. Lo que se pretende es utilizar una nueva metodología, Flipped Classroom, donde los alumnos por sí mismos y de manera autónoma en casa, bibliotecas o cualquier lugar con acceso a internet, utilicen la plataforma virtual, en este caso un blog, que contenga todos y cada uno de los contenidos y actividades que se van a tratar y realizar en el aula durante el curso escolar. De esta manera, los alumnos se implicarán en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la asignatura y se aprovecharán al máximo las sesiones a impartir. Al mismo tiempo, se le atribuyen responsabilidades al educando haciendo que el mismo sea el protagonista de su propio aprendizaje.

Palabras clave: Flipped Classroom, educación física, educación primaria, proceso enseñanza-aprendizaje, responsabilidades, tiempo útil, compromiso motor.

Abstract

This innovation work is aimed at developing physical education classes in a different way than the traditional one. What is intended is to use a new methodology, Flipped Classroom, where students by themselves and independently at home, libraries or anywhere with Internet access, use the virtual platform, in this case a blog, that contains each and every one of the contents and activities that will be discussed and carried out in the classroom during the school year. In this way, students will be involved in the teaching-learning process of the subject and will take full advantage of the sessions to be taught. At the same time, it is attributed responsibility to the educating making it the protagonist of his own learning.

key words: Flipped Classroom, Physical Education, Primary Education, teaching-learning process, responsibilities, useful time, motor commitment.

Índice

1. Presentación.....	4
1.1 ¿Cuál es el método tradicional que se usa en la impartición de las clases en el área de Educación Física?.....	4
1.2 ¿Qué es el Flipped Classroom?.....	5
2. Propuesta de innovación.....	6
2.1 ¿Por qué se propone esta innovación en el área de Educación Física?.....	8
2.2 ¿Para qué se propone el método Flipped Classroom en el área de Educación Física?.....	9
2.3 Contexto.....	10
2.4 Recursos y materiales.....	11
2.5 Objetivos.....	12
2.5.1 Objetivo principal.....	12
2.5.2 Objetivos Específicos.....	12
2.6 Metodología.....	12
2.7 Temporalización.....	13
2.8 Actividades.....	14
2.9 Evaluación.....	22
3. Resultados y conclusión.....	23
4. Referencias bibliográficas.....	25
5. ANEXOS.....	27

1. Presentación

Este proyecto de innovación, va dirigido al tercer ciclo de Educación Primaria, concretamente, al sexto curso y destinado al área de Educación Física. Se plantea como consecuencia del poco provecho que se le saca a las clases de educación física (EF), ya sea por el poco interés que muestren los alumnos a la hora de entender el por qué la EF es tan importante o por el poco tiempo del que se dispone para poder explicar con total claridad los objetivos que se esconden detrás de todas y cada una de las actividades y conceptos que se realizan y dan en dicha materia. Creemos, que una buena manera de que los alumnos muestren afecto por aprender y entender que es lo que pretende la educación física es haciendo que por ellos mismos lean y entiendan el contenido y las actividades a dar y desarrollar por el docente en todas y cada una de las sesiones. ¿De qué manera? a través de vídeos, páginas webs, presentaciones power point, etc, ¿En donde? en casa, en la biblioteca o en cualquier lugar que tengan acceso a internet y que les permita indagar sobre la información y las actividades que el profesorado desea mostrarles. De esta manera, se efectuaría lo que se denomina “Flipped Classroom o aula invertida” en el que el aprendizaje de los alumnos se da fuera del aula. Así pues, en la realización de las sesiones, el docente se ahorraría tiempo en explicar en qué consisten las tareas a realizar y cual es el objetivo que persiguen, puesto que los discentes en casa ya se han preparado tanto el contenido como las actividades que se van a ejecutar y por tanto se pasaría directamente a la acción de la práctica motriz, siendo el propia alumno el total protagonista de su propio aprendizaje.

1.1 ¿Cuál es el método tradicional que se usa en la impartición de las clases en el área de Educación Física?

En el área de EF, la metodología que frecuentemente suelen usar los docentes, es aquella en la que al alumno, se le facilita la reproducción de un contenido tal cual lo presenta el educador. A esto se le denominada mando directo. Esta metodología, puede ser usada por varias razones: No conocen otra forma diferente de enseñar la asignatura de EF, no quieren cambiar su metodología, puesto que le va muy bien con su forma de enseñar y no encuentran razón alguna para tener que modificarla, no piensan que su estilo personal de enseñanza tenga que cambiar, puesto que está basado en muchos años de experiencia, etc. Es por ello, que tenemos que mencionar los estilos

de enseñanza que Cuéllar (2003) nos muestra en uno de sus documentos, ya que no solo existe el mando directo. Sus estilos de enseñanza son:

- Enseñanza instructiva :Los alumnos no tienen que tomar decisiones, pues el docente es el centro de la atención, sólo tienen que seguir sus indicaciones al pie de la letra, en un clima estricto y cerrado a la creatividad.
- Enseñanza participativa: Los alumnos son parte activa en su propio aprendizaje y en el de sus compañeros, aumentando su nivel de autonomía.
- Enseñanza emancipativa: Aquí se exige que el alumnado posea un conocimiento previo de su propio proceso de aprendizaje, para que se involucre y gane un mayor nivel de autonomía. Se relaciona directamente con la técnica de enseñanza mediante indagación, siendo la que más favorece la capacidad creativa del alumnado.

1.2 ¿Qué es el Flipped Classroom?

Flipped Classroom¹ es un modelo pedagógico que transfiere el trabajo de determinados procesos de aprendizaje fuera del aula y utiliza el tiempo de clase, junto con la experiencia del docente, para facilitar y potenciar otros procesos de adquisición y práctica de conocimientos dentro del aula. “Flippear” una clase, es mucho más que la edición y distribución de un video. Se trata de un enfoque integral que combina la instrucción directa con métodos constructivistas, el incremento de compromiso e implicación de los estudiantes con el contenido del curso y mejorar su comprensión conceptual. Se trata de un enfoque integral, que cuando se aplica con éxito, apoyará todas las fases de un ciclo de aprendizaje.

Uno de los colaboradores más reconocibles del FC es Salman Khan que en 2014, comenzó a grabar vídeos por petición de su primo, al que le daba clases particulares, ya que creía que las lecciones grabadas le permitirían omitir segmentos que ya dominaba y repetir aquellas partes en las que encontraba mayor dificultad. Poco después, fundó Khan Academy, basado en este modelo. Khan Academy, es una organización educativa sin ánimo de lucro con la misión de "proporcionar una educación gratuita de nivel mundial para cualquier persona, en cualquier

¹ Flipped Classroom. (*La innovación educativa. Proyecto Flipped Classroom*).
<https://www.theflippedclassroom.es/what-is-innovacion-educativa/>

lugar". Es una organización de aprendizaje electrónico en línea gratuita. Khan Academy se ha convertido en sinónimo del FC.

En 2007, Jonathan Bergmann y Aaron Sams, dos profesores de química en Woodland Park High School en Colorado, acuñaron el término "Flipped Classroom". Bergmann y Sams (2007) se dieron cuenta de que los estudiantes frecuentemente se perdían algunas clases por determinadas razones. En un esfuerzo, para ayudar a estos alumnos, impulsaron la grabación y distribución de videos, pero además, se dieron cuenta que este mismo modelo permite que el profesor centre más la atención en las necesidades individuales de aprendizaje de cada estudiante.

El Clintondale High School, fue el primer colegio Estadounidense en realizar una transformación radical de aula tradicional a Flipped Classroom, debido a que se encontraba en el ranking de los peores centros y en España, el colegio San Gabriel, que es un complejo educativo, situado en Zuera (Zaragoza) y donde, al igual que en el Clintondale High School, el fracaso escolar era cada vez mayor, ya que el número de alumnos y alumnas estaba alrededor de un centenar.

2. Propuesta de Innovación

La idea de éste proyecto surgió por la experiencia académica que hemos tenido en el ámbito educativo, donde hemos podido observar que se pierde mucho tiempo de práctica motora en explicarle todas y cada una de las actividades o ejercicios que se van a realizar. Los alumnos en numerosas ocasiones, observamos que no entienden, por una parte, al docente en su explicación y por otra parte, el por qué se realizaba dicho juego o actividad; por lo que al tener que repetir la explicación en varias ocasiones, se pierde un valioso tiempo de práctica motriz. Es por ello, que planteamos una nueva metodología en la asignatura de Educación Física, donde los alumnos, ya vienen preparados con lo que el docente quiere que realicen durante la sesión a impartir. Para ello, los alumnos de 6º de Primaria, tendrán que visitar diariamente el blog destinado a éste ciclo y donde el docente ,les colgará la información relevante para las sesiones que tendrán que realizar. De esta manera, directamente en las clases, se pasaría a realizar las prácticas motriz.

Creemos que es muy importante que se aproveche al máximo la clase de EF para que los alumnos realicen actividades y ejercicios físicos ya que como se establece en Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la

Comunidad Autónoma de Canarias BOC nº 156, 13 de agosto *La Educación Física en la etapa de Educación Primaria se orienta a partir de la competencia motriz, entendiéndola como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y las emociones vinculadas a la conducta motriz, como objetivo principal de esta asignatura, para resolver con eficacia las múltiples interacciones que realiza el individuo con su medio y los demás en diversos contextos de la vida cotidiana. Por ello, a través de la Educación Física, se capacita al alumnado en su realización personal y en el ejercicio activo de la ciudadanía.* Es importante mencionar, que España es uno de los países europeos que menos horas destinan a la Educación Física. Si Francia destina el 14% del currículum mínimo recomendado para la misma, España apenas llega al 4%. Es por ello, que debemos citar, que España, está entre uno de los países que cuenta con una alta tasa de obesidad infantil, con un porcentaje de obesidad entre los niños de un 18% y un 21% y entre un 9% y un 19% en el caso de las niñas. España, junto con Italia, Chipre, Grecia, Malta y San Marino, cuentan con un alto porcentaje de obesidad infantil, exactamente con un 40%, Quedando Francia, Noruega, Irlanda, Letonia y Dinamarca, entre los más bajos, entre un 5% y un 9% de casos. Por lo que, emplear el tiempo máximo establecido en la escuela en el área de EF en la práctica motriz, sería beneficioso, no sólo porque ésta proporcione una actividad física regular y saludable, sino porque también, colabora en el desarrollo de un adecuado crecimiento, favorece la construcción de la personalidad, ayuda a reducir el estrés y liberar la tensión de las clases, etc.

A fin de poder sacar provecho de todas y cada una de las clases de EF, hemos diseñado una situación de aprendizaje para los 24 alumnos del curso de 6º de primaria, basada en la iniciación deportiva, ya que ésta representa uno de los contenidos más controvertidos de los que se disponen en el área de EF. La razón fundamental de esa controversia, según nuestra experiencia en el ámbito educativo, se debe a la forma con que cada profesional diseña dicha situación; lo que implica una motivación al alumnado hacia el deporte o, por el contrario, le llevará a una falta de interés y un paulatino abandono de cualquier práctica deportiva. Llegando a esta conclusión, queremos aplicar el Flipped Classroom, donde hemos elaborado un blog destinado al curso donde se impartirá dicha situación y en el que se les proporcionará al alumnado toda la información necesaria y relevante para una buena adquisición de conocimientos sobre los

deportes a practicar, haciendo que de esta manera, los alumnos lleguen al aula para directamente comenzar a practicar la habilidad motriz deportiva establecida.

2.1 ¿Por qué se propone esta innovación?

El método tradicional, caracterizado por ser una enseñanza instructiva y utilizado en las aulas para que los alumnos aprendan, no es más que una metodología donde el docente expone y explica claramente los conocimientos que éste posee, pero, usando esta metodología, no se asegura, en primer lugar, que los contenidos los esté enseñando y explicando con total claridad y en segundo lugar, que los alumnos entiendan lo que él les está transmitiendo, ya que el propio alumno obedece las indicaciones dadas por el profesor; por lo que ésta metodología sólo asegura una igualdad de la impartición de los conocimientos del docente hacia el discente, pero no un aprendizaje igualitario, ya que no todos entienden al docente de la primera vez que éste explica y tampoco todos tienen el mismo ritmo de aprendizaje. Es por ello, que para afirmar que ésta metodología no asegura un aprendizaje constructivo en el niño, nos avalamos en lo que exponen varios autores como Delgado (1991), Contreras (1994), Mosston y Ashworth (1993) y Baena (2005), agregando, a la enseñanza instructiva, el denominado mando directo y definiéndolo de la siguiente manera:

Mando directo: es el modelo más tradicional, tiene como objetivo la repetición de los ejercicios que enseña el profesor, el papel de este sigue un esquema lineal con control y disciplina severa, actúa sobre toda la clase, es una enseñanza masiva. El alumno simplemente obedece y ejecuta los ejercicios. En cuanto a la planificación y desarrollo de la clase priman la organización y el control. La posición del grupo es formal mientras que la del docente es externa al grupo, la evolución de la clase es baja. La sesión es un ensayo, una explicación-demostración, con un sistema de señales que regulan su inicio y final y con una corrección de tipo masivo y general. Las relaciones afectivas no existen y la comunicación es unidireccional. La evaluación se limita a la corrección que es masiva y retardada. Sobre los contenidos el objetivo de las tareas son el orden y control del alumno, los ejercicios son analíticos, con trabajos localizados y ejecución de las técnicas deportivas.

2.2 ¿Para qué se propone?

Con la aplicación de la metodología, “Flipped Classroom”, tanto el alumnado como el profesorado, aprovechan mejor el tiempo de compromiso motor, para potenciar, consolidar y llevar a la práctica los contenidos que han visto fuera de la institución educativa, es decir, fuera del aula o de ésta área. Se propone esta metodología con el fin de que los alumnos por sí solos adquieran autonomía y ejecuten las actividades físicas planteadas por el docente durante la realización de la sesión y sobre todo, lo más importante, es que empleen todo el tiempo posible en la práctica deportiva.

Varios autores como: Piéron (1988, 1999) y Siedentop (1998), aseguran que se le dedica muy poco tiempo al tiempo de compromiso motor (TCM) en las clases de Educación física. Por ello, la idea que Piéron (1988, 1999) defiende, es que para que una clase de educación física se considere eficaz, el alumnado debe alcanzar los aprendizajes deseados por el docente; es por ello que plantea cuatro elementos que juegan un papel esencial:

1. El Tiempo de Compromiso Motor (TCM). Es el tiempo que el alumno invierte en la actividad motriz durante la clase de EF.
2. El ambiente de clase. Clima positivo, de apoyo y de aliento al alumno. Facilitar el éxito en la práctica.
3. Una información frecuente y de calidad sobre la realización motriz del alumno.
4. La organización del trabajo en clase. Más tiempo para la tarea

Desde el tiempo total que tiene una clase normal de educación física, hasta el tiempo que realmente se le dedica a la tarea, existe una reducción de tiempo. Si analizamos detenidamente los tiempos que coexisten en una sesión de educación física, podemos constatar que el tiempo de compromiso motor TCM o de práctica motriz y de actividad del alumnado puede ser realmente muy pobre, a esta reducción de tiempo se le denomina efecto embudo. (Siedentop 1998).

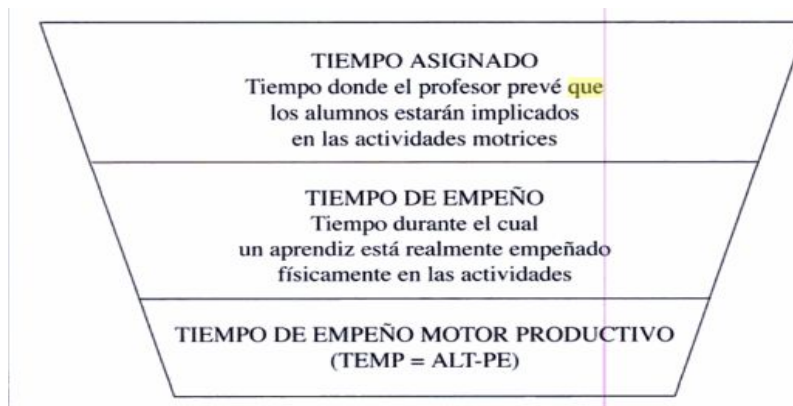


Figura 1: Ejemplificación del efecto Embudo (Siedentop, 1998)

2.3 Contexto

El centro donde realizaremos este proyecto de innovación será un centro perteneciente al municipio de S/C de Tenerife. Es un centro de carácter público, dependiente de la Consejería de Educación del Gobierno de Canarias, por lo que su situación legal depende de las distintas normativas que dicha Consejería dicta al efecto. Es un centro de línea 1, que cuenta con 200 alumnos aproximadamente, teniendo en cuenta la etapa de educación infantil y la etapa de educación primaria. Aproximadamente por aula hay alrededor de 20 a 24 alumnos.

Este centro, se caracteriza por fomentar una educación ética, moral y cívica, basada en los derechos humanos y del niño; además, le da importancia a que el alumnado aprenda a vivir y convivir con los demás independientemente de su origen o posición social. En cuanto a su estilo educativo, este centro, pretende formar a personas que sepan integrarse en la sociedad cambiante y en miembros responsables de ella, lo que exige asumir la tensión de vivir en un entorno competitivo. Con Respecto a su estilo de enseñanza-aprendizaje, se llevan a cabo tareas pedagógicas a través de metodologías que ofrece el constructivismo. El centro pretende fomentar en el alumnado una actitud curiosa, crítica e investigadora que, mediante la comunicación y el trabajo, se convierta en la base de su formación y de la adquisición de aprendizajes.

2.4 Recursos y materiales

En cuanto a los recursos y materiales que emplearemos serán diversos. Es por ello que haremos un presupuesto del material que necesitaremos para llevar a cabo el proyecto planteado. Para ello, utilizaremos los precios asignados en la página web de decathlon³.

Cabe destacar, que dispondremos de las canchas del centro habilitadas para la actividad deportiva, así como, sus respectivas canastas y porterías; Por otra parte, en el aula también dispondremos de pizarra digital y proyector para utilizarla en caso de que fuera necesario; además, para la puesta en práctica del Flipped Classroom, aprovecharemos el proyecto que oferta la Consejería de Educación denominado ATE, Área De Tecnología Educativa Medusa², que proporciona al alumnado recursos tecnológicos, en este caso, tablets, en las que tendrán un espacio habilitado para encontrar enlaces de interés y recursos, con fines de aprendizaje y trabajo educativo.

*Tabla 1. Presupuesto del material*³

Materiales	Cantidad	Precio
● Set de raquetas de bádminton de iniciación	30	8,99c/u
● Volante	30	7,99c/u
● Palos de hockey de iniciación	30	0,99c/u
● Lotes de 40 conos	2	11,99c/u
● Vestuario de lucha canaria	30	33,00c/u
● Red deportiva de voleibol	1	44,99c/u
● Red deportiva de bádminton	1	14,99c/u
● Balones de Voleibol de iniciación	30	5,99c/u

² Área De Tecnología Educativa Medusa. (2017). Gobierno de Canarias. <http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/educatablet/>

³ *Tabla 1. Presupuesto del material.* (2019). Decathlon. <https://www.decathlon.es/es/>

• Losas de suelo lote 4	20	14,99c/u
• Set tres unidades pelotas de tenis	10	2,69c/u
• Aros de 75 cm	30	5,99
Total.....		2.299,16€

2.5 Objetivos

2.5.1 Objetivo principal

→ Desarrollar una propuesta innovadora para aumentar el tiempo de compromiso motor de los discentes en el área de Educación Física.

2.5.2 Objetivos específicos

- Conseguir que el alumnado pase a ser un sujeto activo, comprometido y responsable de su propio aprendizaje haciendo uso de las TIC fuera del aula.
- Lograr que las familias se impliquen en el aprendizaje de sus hijos.

2.6 Metodología

En la metodología de este proyecto, incorporaremos un estilo de enseñanza para la realización del mismo. Haremos uso del estilo individualizador, en el que los alumnos trabajarán por grupos expertos y donde el papel del profesor es central, ya que éste, elabora y ofrece toda la información necesaria del proceso a realizar a través del blog diseñado, con el fin, de que sean los propios alumnos quienes visiten el sitio web, para de esta manera, ser partícipes y marcarse su propio ritmo de aprendizaje. De esta manera, el docente tiene un papel de guía, de ayuda, de persona experta y el propio alumno adquiere un papel totalmente protagonista, ya que la tarea a realizar está centrada totalmente en él. El objetivo principal que pretendemos alcanzar y como

mencioné en apartados anteriores, es el de aumentar la práctica motriz en las clases de educación física, haciendo que los discentes aprovechen el máximo tiempo establecido por el Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias BOC nº 156, 13 de agosto para la realización de las sesiones, además, de que éstos aprendan divirtiéndose y practicando las diferentes habilidades motrices destinadas a la iniciación deportiva. Creemos que es una buena manera de que se logre así, un aprendizaje significativo, donde los alumnos relacionen los nuevos conocimientos adquiridos y aprendidos durante las sesiones, con los que éstos ya poseen.

2.7 Temporalización

La temporalización de dicho proyecto estará comprendida desde la primera semana del mes de marzo hasta la última semana de dicho mes, quedando asignada desde el 4 de marzo del 2019 al 5 de abril del 2019, siendo de estos días, diez, los que le pertenecen tener educación física. Tres días a la semana. Los días asignados para tener educación física son: lunes, miércoles y jueves; Por lo que la distribución de las sesiones quedaría de la siguiente manera:

- 1 Sesión: 4 de Marzo de 2019 → Explicación de la situación de aprendizaje al alumnado.
- 2 Sesión: 6 de Marzo de 2019 → Iniciación al Voleibol.
- 3 Sesión: 7 de Marzo de 2019 → Iniciación al Voleibol.
- 4 Sesión: 11 de Marzo de 2019 → Iniciación al Voleibol.
- 5 Sesión: 13 de Marzo de 2019 → Iniciación al Hockey.
- 6 Sesión: 14 de Marzo de 2019 → Iniciación al Hockey.
- 7 Sesión: 18 de Marzo de 2019 → Iniciación al Hockey.
- 8 Sesión: 20 de Marzo de 2019 → Iniciación al Bádminton.

- ❑ 9 Sesión: 21 de Marzo de 2019 → Iniciación al Bádminton.
- ❑ 10 sesión 25 de Marzo de 2019 → Iniciación al Bádminton.
- ❑ 11 sesión 27 de Marzo de 2019 → Iniciación Lucha Canaria.
- ❑ 12 sesión 28 de Marzo de 2019 → Iniciación Lucha Canaria.
- ❑ 13 sesión 1 de Abril de 2019 → Iniciación Lucha Canaria.
- ❑ 14 sesión 5 de Abril de 2019 → Día del deporte.

Hemos elegido estos días, para que la última sesión se lleve a cabo el día 5 de abril, puesto que esta fecha, es una fecha bastante señalada en el centro. El colegio celebra un día muy peculiar y especial para ellos, celebra el tradicional “día del deporte”. Es un día que a los niños les encanta, ya que realizan múltiples actividades deportivas, competiciones, sorteos, talleres, etc. durante todo el día.

2.8 Actividades

A continuación, expondremos las sesiones que vamos a realizar en dicho proyecto. La situación de aprendizaje que hemos elaborado, está compuesta por catorce sesiones, donde los alumnos tendrán que trabajar por grupos. Exactamente en ocho grupos de tres personas, ya que la clase está compuesta por 24 alumnos. Destacar, que los grupos serán heterogéneos; además, cada grupo será experto en un tema proveniente de nuestra situación de aprendizaje planteada y que estará dedicada a la iniciación deportiva, como anteriormente hemos citado.

Cada grupo, deberá acudir al blog establecido y elaborado por nosotros, en el que tendrán la información correspondiente, así como vídeos, acerca del deporte que se les ha adjudicado. En referente al deporte atribuido, tendrán que prepararse previamente una pequeña exposición para presentarla al resto de los compañeros en el área de Lengua, puesto que la docente de ésta

asignatura, se ha ofrecido a participar en nuestro proyecto por dos razones: en primer lugar, porque sus horas coinciden con los días lectivos de la asignatura de EF y en segundo lugar, porque quiere evaluar el nivel de fluidez verbal que poseen los alumnos a la hora de presentar un trabajo en grupo y haciéndolo oralmente. En esa exposición, los discentes, tendrán que hablar sobre el deporte que van a practicar sus compañeros en la puesta en práctica, así como, de las actividades que han creado y que van a realizar para su ejecución.

Hay que destacar, que cada alumno desempeñará un rol durante la puesta en práctica en la cancha. Los roles serán: 1. Encargado del material, que será el encargado de preparar todo el material necesario para la realización de la sesión. 2. Preparador físico, se encargará de dirigir el calentamiento. 3. Entrenador, encargado de observar que la sesión funciona correctamente tal y como se ha explicado en el aula. Por lo tanto, la organización del grupo será de la siguiente manera: un encargado del material, un solo entrenador y un solo preparador físico.

Es importante hacer mención, de que los deportes que hemos seleccionado han sido seleccionados porque los deportes más comunes en la escuela son: los deportes de oposición y deportes de cooperación-oposición; por ello, queremos que los alumnos aprendan características de deportes que puedan no conocer, así como que muestren interés por practicarlo y entenderlo; Por lo que, los deportes que hemos seleccionado son :el voleibol, el bádminton, la lucha canaria y el hockey.

Estos deportes, si los clasificamos, quedarían clasificados de la siguiente manera: Voleibol y bádminton, estarían clasificados como deportes de cancha dividida; el hockey, estaría clasificado, como juegos deportivos de invasión; y por último, la lucha canaria, estaría encasillado como un deporte de oposición.

Por último, destacar, que cada sesión tendrá un tiempo estimado de 45 minutos y se podrán encontrar desarrolladas en el apartado de anexos.

Seguidamente, procedemos a mostrar las sesiones planteadas brevemente:

Actividad 1

La presentación de la situación de aprendizaje que llevaremos a cabo se encuentra desarrollada en el ANEXO 1

Tabla 2. Fundamentación curricular de la presentación de la situación de aprendizaje.

SESIÓN 1 “Nos sumergimos en el mundo del deporte”	
Criterio: 7	Agrupamiento: Gran Grupo (GG)
Contenidos: 2,4	Material necesario: Tablets, proyector y pizarra digital.
Competencias: CC,AA,CL	
Estándares: 37,38	
BREVE EXPLICACIÓN DE LA SESIÓN	
Se le explicará a los alumnos en qué consistirá la situación de aprendizaje que se ha elaborado y a que tema irá destinada, en este caso, a la iniciación deportiva. Además, se les asignará a cada discente una tablet, que tendrán que utilizar para seguir la explicación del docente.	

Actividad 2

La actividad de iniciación al Voleibol se encuentra desarrollada en el ANEXO 2.

Tabla 3. Fundamentación Curricular de Iniciación al Voleibol.

“Iniciación al Voleibol”		
Criterio: -1 -7	Agrupamiento: Grupos heterógenos	Metodología: Estilo individualizador por grupos

<p>Contenidos: -1,2,3,4,5,8 -1,2,4</p> <p>Competencias: AA,CC,CL</p> <p>Estándares: -1,2,3,4,5,12,27,41 - 37,38</p>		
<p>NÚMERO DE SESIONES</p>		<p>3 sesiones divididas en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1 sesión: Conocen los tipos de pase y lo practican. <input type="checkbox"/> 2 sesión: Conocen los tipos de saque y lo practican. <input type="checkbox"/> 3 sesión: Introducción del juego colectivo.
<p>DISTRIBUCIÓN DE LA SESIÓN</p>	<p>BREVE EXPLICACIÓN</p>	
<p>Calentamiento</p>	<p>Los alumnos realizan un breve calentamiento (10 minutos)</p>	<p>(ANEXO 4)</p>
<p>Parte principal:</p>	<p>Los alumnos realizan las actividades propuestas para practicar la iniciación al fútbol (30 minutos). El docente estará ojeando las actividades planteadas y actuará de guía y ayuda para el alumnado cuando sea preciso.</p>	
<p>Vuelta a la Calma</p>	<p>Los alumnos realizan una pequeña valoración general de la sesión realizada respondiendo a las preguntas que el docente les plantea después de observar cómo ha transcurrido la sesión. (5 minutos)</p>	
<p>MATERIAL NECESARIO: RED DE VOLEIBOL, PELOTAS DE VOLEIBOL.</p>		

Actividad 3 (ANEXO 2)

La actividad de iniciación al hockey se encuentra desarrollada en el ANEXO 2.

Tabla 4. Fundamentación Curricular al Hockey

“Iniciación al Hockey”		
<p>Criterio: -1 -7</p> <p>Contenidos: -1,2,3,4,5,8 -37,38</p> <p>Competencias: AA,CC,CL</p> <p>Estándares: -1,2,3,4,5,12,27,41 - 37,38</p>	<p>Agrupamiento: Grupos heterógeneos</p>	<p>Metodología :Estilo individualizador por grupos</p>
NÚMERO DE SESIONES		<p>3 sesiones divididas en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1 sesión: Familiarización con el material <input type="checkbox"/> 2 sesión: Ejercicios para manejo del palo con la pelota y pase al compañero. <input type="checkbox"/> 3 sesión: Introducción del juego colectivo.
DISTRIBUCIÓN DE LA SESIÓN	BREVE EXPLICACIÓN	
Calentamiento	Los alumnos realizan un breve calentamiento (10 minutos).	(ANEXO 4)
Parte principal:	Los alumnos realizan las actividades propuestas para practicar la iniciación al fútbol (30 minutos). El docente estará ojeando las actividades planteadas y actuará de guía y ayuda	

	para el alumnado cuando sea preciso.
Vuelta a la Calma	Los alumnos realizan una pequeña valoración general de la sesión realizada respondiendo a las preguntas que el docente les plantea después de observar cómo ha transcurrido la sesión. (5 minutos).
MATERIAL NECESARIO: PELOTAS DE TENIS, PALOS DE HOCKEY, CONOS	

Actividad 4

La actividad de iniciación al bádminton se encuentra desarrollada en el ANEXO 2.

Tabla 5. Fundamentación curricular de Iniciación al bádminton

“Iniciación al bádminton		
Criterio: -1 -7 Contenidos: -1,2,3,4,5,8 -1,2,4 Competencias: AA,CC,CL Estándares: -1,2,3,4,5,27,41 - 37,38	Agrupamiento: Grupos heterógenos	Metodología: Estilo individualizador por grupos
NÚMERO DE SESIONES		3 sesiones divididas: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1 sesión: Familiarización con el material.Ejercicios para manejar la raqueta y volante. <input type="checkbox"/> 2 sesión: Tipos golpeo y saques. <input type="checkbox"/> 3 sesión: Introducción juego colectivo.

DISTRIBUCIÓN DE LA SESIÓN	BREVE EXPLICACIÓN	
Calentamiento	Los alumnos realizan un breve calentamiento (10 minutos).	(ANEXO 4)
Parte principal:	Los alumnos realizan las actividades propuestas para practicar la iniciación al fútbol (30 minutos). El docente estará ojeando las actividades planteadas y actuará de guía y ayuda para el alumnado cuando sea preciso.	
Vuelta a la Calma	Los alumnos realizan una pequeña valoración general de la sesión realizada respondiendo a las preguntas que el docente les plantea después de observar cómo ha transcurrido la sesión. (5 minutos).	
MATERIAL NECESARIO: RED DE BÁDMINTON, VOLANTE, RAQUETAS DE BÁDMINTON		

Actividad 5 (ANEXO 2)

La actividad de iniciación a la lucha canaria se encuentra desarrollada en el ANEXO 2.

Tabla 6. Fundamentación curricular de iniciación a la lucha canaria.

“Iniciación Lucha Canaria”		
Criterio: -1 -7 Contenidos: -1,2,3,4,5,8 -1,2,4 Competencias: -AA,CC,CL Estándares: -1,2,3,4,5,12,27,41 -37,38	Agrupamiento: Grupos Heterógenos	Metodología: Estilo individualizado por grupos
NÚMERO DE SESIONES		3 sesiones divididas en:

		<input type="checkbox"/> 1 sesión: Mañas de agarre. <input type="checkbox"/> 2 sesión: Mañas de bloqueo. <input type="checkbox"/> 3 sesión: Introducción juego colectivo.
DISTRIBUCIÓN DE LA SESIÓN	BREVE EXPLICACIÓN	
Calentamiento	Los alumnos realizan un breve calentamiento (10 minutos).	(ANEXO 4)
Parte principal:	Los alumnos realizan las actividades propuestas para practicar la iniciación al fútbol (30 minutos). El docente estará ojeando las actividades planteadas y actuará de guía y ayuda para el alumnado cuando sea preciso.	
Vuelta a la Calma	Los alumnos realizan una pequeña valoración general de la sesión realizada respondiendo a las preguntas que el docente les plantea después de observar cómo ha transcurrido la sesión. (5 minutos).	
MATERIAL NECESARIO: VESTUARIO DE LUCHA CANARIA, COLCHONETAS		

Actividad 6 (ANEXO 3)

La actividad del día del deporte se encuentra desarrollada en el ANEXO 3.

Tabla 7. Fundamentación curricular del día del Deporte

“Día del deporte”		
Criterio: 1 Contenidos: 1,2,3,4,5,8 Competencias: AA Estándares: 1,2,3,4,5,12,27,41	Agrupamiento Grupos heterogéneos	Metodología: Enseñanza individualizada por grupos

BREVE EXPLICACIÓN

Llega el día del deporte y los alumnos tendrán sus respectivos puestos destinados a los distintos deportes en los que han sido expertos. El objetivo es presentarlo al resto del colegio y que los discentes de los diferentes cursos del centro practiquen el deporte.

Tal y como se puede apreciar en la **FIGURA 3**, la cancha del centro estará dividida en cuatro zonas. En cada una de ellas, los alumnos mostrarán los cuatro deportes trabajados y donde cada curso irá visitando en un tiempo máximo de 30 minutos.

MATERIAL NECESARIO: TODOS LOS MATERIALES CITADOS EN LA **TABLA 1**

2.9 Evaluación

A la hora de evaluar nuestro proyecto, hemos decidido realizar una evaluación formativa hacia el alumnado, donde supervisamos el proceso de aprendizaje que ha adquirido el alumno durante la realización de las sesiones; de esta manera, podremos identificar los posibles obstáculos que se han encontrado y que han tenido a la hora de su realización, pudiendo así, modificarlos a futuras elaboraciones de situaciones de aprendizaje enfocadas al Flipped Classroom. Cada alumno tendrá su propia ficha de evaluación, en la que se evaluarán los criterios seleccionados para la realización de esta situación de aprendizaje y que el docente, irá rellenando a lo largo de la realización de las actividades que se han planteado. Destacar que utilizaremos las rúbricas ofrecidas por el Gobierno de Canarias (2014) (**ANEXO 5**).

Por otra parte, también hemos diseñado una evaluación destinada a la metodología que hemos usado. Así, podremos saber, si al alumnado, le ha parecido una manera más factible de poder aprovechar el máximo tiempo de práctica motriz en las clases de educación física, además de saber, si han podido obtener una mayor retención de los conocimientos que el docente desea que estos obtengan a lo largo de la situación de aprendizaje planteada. Destacar, que esta evaluación, se hará de manera anónima (**ANEXO 6**).

Por último, hemos querido realizar una autoevaluación, donde el alumnado se autoevalúe, para que de esta manera, él mismo sea consciente de los conocimientos que ha adquirido durante la realización y puesta en práctica del proyecto expuesto. El alumno se autoevalúa, una vez se terminen de desarrollar todas las sesiones destinadas al deporte que se ha expuesto. Por lo que de esta manera, realizará una autoevaluación por cada deporte que ha practicado, quedando de esta manera cuatro autoevaluaciones a realizar.(ANEXO 7).

3. Conclusión

Por la casuística del centro, no hemos podido ejecutar el proyecto planteado, por lo que no se puede tener una valoración global con los resultados obtenidos, pero creemos, que hemos diseñado un buen proyecto para el buen uso de las clases de educación física, donde los niños sean: creativos, se marquen su propio ritmo de aprendizaje, hagan uso de las TIC tanto en el aula como fuera del aula, y sobre todo y lo más importante, emplear el tiempo de la asignatura de educación física en realizar ejercicios y actividades motrices.

Creemos que usando esta metodología en el área de EF, las clases de educación física se vuelven más dinámicas y divertidas, por lo que de esta manera, los niños retendrán la información aprendida durante mucho más tiempo. Muchas veces, pensamos que centrando la práctica educativa en un simple proceso en donde el docente enseñe y el propio niño retenga la información o imite al propio profesor, es la mejor manera que tiene un profesor de enseñar en el ámbito educativo. Es por ello, que manifestamos nuestra opinión totalmente en contra, ya que pensamos que la mejor manera que tiene un niño de aprender es a través de experiencias y vivencias vividas por él mismo y donde el docente actúe como guía en su mero aprendizaje.

Queremos decir con esto, que vemos mucho más trascendente enseñar a los niños de una manera lúdica y divertida, donde en este caso, los niños sean partícipes de su propio aprendizaje y no seamos nosotros quienes les imponemos los conocimientos, ya que creemos, que esto a la larga no servirá para nada, solo servirá única y exclusivamente para exponer esos conocimientos en una prueba escrita evaluativa y no para verdaderamente llegar a entender el por qué estamos exponiendo y aprendiendo los contenidos que se están tratando. Nosotros, estamos totalmente en contra de usar la metodología de mando directo, ya que esta metodología, solo se basa en que sea el propio docente el encargado de transmitir conocimientos sin éste ser consciente de saber si sus alumnos están entendiendo el por qué y la razón de las cosas. Es por esto, que queremos aplicar una metodología en la que los alumnos participen todos por igual y se sientan útiles e importantes, para así, fomentar las ganas de aprender por parte de los discentes.

4. Referencias bibliográficas.

- Aguado, R. M. (2004). El deporte en la escuela. Reflexiones previas. La importancia de la justificación coherente de su uso. *Los últimos diez años de la educación física escolar*.
- Camacho, Á. S. (2002). *Educación física y estilos de enseñanza*. Barcelona: INDE
- Canarias, G. d. (20 de junio de 2017). *Portal del área de tecnología educativa medusa*. Obtenido de <http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/portal/portal-del-area-de-tecnologia-educativa-medusa/>
- Canarias, G. d. (22 de Junio de 2017). *Uso educativo de las tabletas en el aula*. Obtenido de <http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/educatablet/>
- Caparros, I. R. (s.f.). *MEDAC-instituto oficial de formación profesional*. Obtenido de La importancia de la educación física en la escuela. <https://medac.es/>
- Cuellar, M. J. C., & Rodríguez, Y. R. (2009). Estrategias de enseñanza y organización de la clase en expresión corporal. *Habilidad motriz: Revista de ciencias de la actividad física y del deporte*, (33), 5-14.
- Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias BOC nº 156, 13 de agosto
- Federación de Enseñanza de CCOO Andalucía (11 de 11 de 2010). *Revista digital para profesionales de la enseñanza*. Obtenido de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7619.pdf>
- Perea, J. M., Ortega, R.M.,(ALADINO)(2015). Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2015. *Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Madrid*.
- Pieron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas* . Madrid.
- Pieron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona:INDE
- Pilar, S. A. (2019). *La epidemia de la obesidad en España*. Obtenido de <http://www.rtve.es/las-claves/la-obesidad-en-espana-2019-01-15/>

- Proyecto Tablets de innovación en el aula. *Gobierno de Canarias*.<http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/educatablet/>
- Roig-Vila, R. (2017). *Diseñando el futuro a partir de la innovación educativa*. Barcelona: octaedro.
- Rúbricas Gobierno de Canarias. (1 de agosto de 2014). *Gobierno de Canarias*.
<http://www.gobiernodecanarias.org/boc/2015/100/009.html>
- Sáenz-López, P. (1997). *La Educación Física y su didáctica*. Sevilla: Wanceulen.
- Sánchez, P. (s.f.). *Mundo Entrenamiento*. Obtenido de El deporte bajo evidencia científica
:https://mundoentrenamiento.com/beneficios-de-la-educacion-fisica/#Entonces_Cuales_son_los_principales_beneficios_de_laEducacion_Fisica
- Santiago, R. (s.f.). *The Flipped Classroom*. Obtenido de
<https://www.theflippedclassroom.es/quienes-somos/>
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona.
- Tardón, L. (11 de Octubre de 2017). La obesidad infantil se ha multiplicado por 10 en los últimos 40 años. *El Mundo*.
- Velasco, E. (24 de Mayo de 2018). Los niños de España entre los más obesos de Europa. *La vanguardia*.
- Vicente, M. (2013). *Crítica de la educación física y Educación Física Crítica en España. Estado (crítico)*.

ANEXOS

ANEXO 1

Durante la primera sesión, nos encargaremos de explicarle a los discentes en qué consiste la situación de aprendizaje que vamos a comenzar y por ello nos quedaremos en el aula, ya que nos harán falta las tablets, el proyector y la pizarra digital.

Para el uso de las tablets, el colegio participa con el proyecto medusa⁴ que ofrece la Consejería de Educación, para brindarle a cada alumno una tablet de la que hará uso durante toda la puesta en práctica de dicha situación, siendo éstos, los propios responsables de su uso. Una vez explicado esto, procedo a explicar la primera sesión.

Los alumnos tendrán que formar ocho grupos y en cada uno deberá haber un total de tres discentes; una vez elaborados, procederemos asignarle a cada grupo el deporte del que va a ser experto, quedando dos grupos expertos por cada deporte establecido. Los deportes serán: lucha canaria, bádminton, voleibol y hockey. Así pues, compartiremos los roles disponibles y su función dentro de ellos (entrenador, preparador físico y organizador del material) de los cuales, tendrán que repartirse dentro del grupo de trabajo y cada miembro tendrá que tener uno distinto; del mismo modo, entregaremos a cada alumno, una ficha con instrucciones que deberán seguir para elaborar y efectuar lo que les pediremos en ella y que a continuación se mostrará; destacar, que mientras explicamos en qué consiste la situación de aprendizaje, tendremos mostrado en la pizarra digital, el blog que hemos elaborado y que los niños tendrán que visitar para ir desarrollando las tareas que se le irán proponiendo:

A continuación dejamos el enlace del blog que hemos elaborado para que los alumnos sigan las tareas:

<https://educacionfisicaconalejandra.blogspot.com/2019/06/blog-6-de-primaria.html>

⁴ Proyecto Tablets de innovación en el aula. *Gobierno de Canarias*. <http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/educatablet/>

Acto seguido de esto, exponemos la ficha con las respectivas instrucciones:

Nombre del grupo: _____

“Nos sumergimos en el mundo del deporte”

Instrucciones a seguir para una buena realización de las actividades a desarrollar:

1. Estamos convencidos de que realizarán una buena recopilación de datos sobre el deporte que les hemos asignado.

2. Tendrán que entrar en el siguiente enlace para responder a las preguntas que les hemos planteado y de esta manera seleccionar la información necesaria para la exposición que tendrán que realizar

<https://educacionfisicaconalejandra.blogspot.com/2019/06/blog-6-de-primaria.html>

3. Una vez elaborada la información, deberán ver los vídeos que les mostramos en el mismo blog y de esta manera, plantear actividades para que sus compañeros practiquen las actividades que planteen y puedan realizar una buena iniciación deportiva de vuestro deporte.

4. Hecho todo esto, deberán exponer la información y las actividades planteadas al resto de la clase en la hora de lengua. Hora anterior a la hora de Educación física. En el blog tienen la fecha de exposición de cada deporte.

5. Como son dos grupos expertos por cada deporte, a la hora de llevar el deporte a la práctica, la cancha se dividirá en dos, para que de esta manera ,cada grupo trabaje en su espacio correspondiente.

6. Crea, aprende, diviértete y disfruta, son los 4 pasos de una buena receta de conocimientos.

A todo esto, se les explicará a los alumnos, el por qué tendrán que realizar estas exposiciones en las horas de lengua y es, en primer lugar, porque ésta coincide con los mismos días lectivos que educación física y su ejecución es antes de la hora de educación física; y en segundo lugar, porque la docente quiere evaluarles su nivel de fluidez verbal a la hora de exponer sus trabajos al resto de la clase así como su nivel de comprensión.

ANEXO 2

DESARROLLO PREVIO A LA ACCIÓN MOTRIZ: Los alumnos que tengan que exponer el deporte correspondiente a su grupo experto, deberán hacerlo en la hora de lengua. Una vez expuestos los trabajos, se procederá a dividir la clase en dos grupos equitativos, donde mitad de la clase se irá con un grupo experto hacia una parte del terreno de juego y la otra parte de los discentes, se irá hacia el otro lado de la cancha con el segundo grupo experto del deporte explicado.

En la hora de educación física, procederemos a ir directamente a la práctica motriz, ya que todos los alumnos saben qué tienen que realizar y hacia que campo deberán ir en primer lugar. Una vez ésto, cada miembro del grupo pondrá en práctica su rol correspondiente y las actividades planteadas y elaboradas. Destacar, que estaremos en todo momento pendiente de nuestros alumnos, para ayudarlos en caso de que éstos precisen de nuestra ayuda o que nosotros creamos que ellos puedan necesitarla.

CALENTAMIENTO: El preparador físico de cada grupo, se encargará de guiar y realizar el calentamiento propuesto por el docente en su terreno de juego al resto de compañeros (**ANEXO 4**). Mientras tanto, el encargado del material, se encargará de sacar a la cancha el material necesario para realizar las actividades propuestas por su grupo. El entrenador, visualizará que el grupo calienta correctamente, así como, que el encargado del material, esté sacando el material correspondiente a la actividad que van a realizar; destacar, que si éste necesita ayuda con los utensilios a usar, el entrenador mostrará afecto por ayudarle.

PARTE PRINCIPAL: Para elaborar las actividades, tendrán que ver los vídeos establecidos en el blog y seguir el orden de las tareas a desempeñar que les hemos indicado, para de esa manera, realizar buenas actividades y un buen entendimiento del deporte a practicar. Durante un tiempo estimado de 30 minutos, los grupos expertos, estarán exponiendo y practicando con sus compañeros las actividades que ellos mismos han propuesto para llevar a cabo las tareas que les hemos sugerido en cada uno de los días que tienen asignado exponer. Cuando lleguen a la mitad del tiempo, es decir a 15 minutos, habrá un cambio, donde los alumnos tendrán que ir al lado contrario del que empezaron, a realizar las actividades que ha propuesto el otro grupo experto.

VUELTA A LA CALMA: Una vez finalizadas las actividades propuestas para ese día, propondremos a los alumnos que se sienten en el círculo del terreno de juego, para de esta manera, sacar conclusiones generales entre todos; Por último, el último día en el que exponga cada grupo experto, se repartirá una hoja de autoevaluación, para que los propios alumnos del grupo se autoevalúen, así como, los alumnos que han realizado la exposición y las actividades, haciendo que de esta manera, sean conscientes de los conocimientos que han adquirido y han aprendido (ANEXO 7).

GRÁFICO DE LA CANCHA DEL COLEGIO:

La raya de medio campo será la encargada de ser la línea divisoria del terreno de juego para cada grupo.

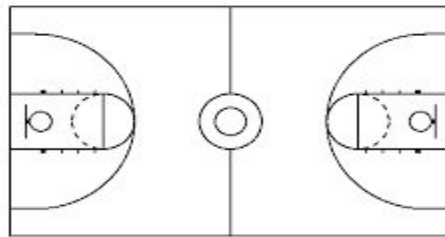


Figura 2. *Cancha del centro educativo*

ANEXO 3

En la última sesión que tendrán que realizar los niños, harán una exposición final destinada a todo el colegio. Esta exposición y demostración la realizarán el día 27 de marzo, día muy especial en el colegio por ser el “día del deporte”.

Los grupos expertos se unirán, quedando de la siguiente manera: un solo grupo formado por seis alumnos para lucha canaria, un solo grupo formado por seis alumnos para bádminton, un solo grupo formado por seis alumnos para voleibol y un solo grupo formado por seis alumnos para hockey. Quedando así seis monitores por deporte. Éstos, deberán unir todas las actividades que han elaborado para durante este día enseñárselas a los alumnos que pasen por su taller y que de esta manera, conozcan y prueben deportes que tal vez no hayan practicado nunca. Resaltar, que nosotros estaremos ojeando cada taller para ayudar a nuestros alumnos en caso de que precisen de nuestra ayuda. Destacar que el calentamiento se hará de forma conjunta al unísono que muestre el docente. El calentamiento será de 5 a 8 minutos aproximadamente.

La cancha en horario de 10:00 a 12:30 del mediodía se le adjudicará a 6º de primaria, para que éste exponga lo que durante semanas llevan aprendiendo y practicando. La cancha estará dividida en cuatro zonas totalmente equitativas. En cada zona, se colocará un cartel del deporte que los alumnos del centro tendrán la oportunidad de practicar y de aprender en dicha zona habilitada para tal fin.

Cada curso tendrá su horario en la zona de cancha, por lo que éste quedará de la siguiente manera: 1º de primaria será de 10:00 a 10:30; el de 2º de primaria 10:30 a 11:00; el de 3º de primaria será de 11:00 a 11:30; el de 4º de primaria será de 11:30 a 12:00 y el de 5º de primaria será de 12:30. De esta manera, todos los cursos tendrán la oportunidad de pasar por los diferentes talleres de exhibición durante media hora y adquirir conocimientos sobre los deportes expuestos. Los alumnos que en esos momentos no se encuentren realizando este taller, estarán realizando otros de los que el centro esté ofreciendo por todas y cada una de las aulas y zonas del centro.

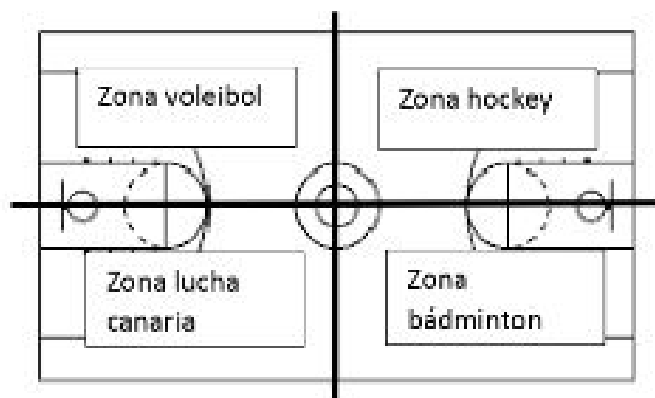


Figura 3: *Cancha dividida en cuatro estaciones*

ANEXO 4

Para comenzar las sesiones, los preparadores físicos, se encargarán de llevar a cabo un buen calentamiento realizando una serie de ejercicios:

1. Activación del sistema cardio-respiratorio: Carrera continua

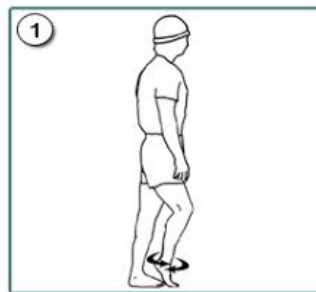
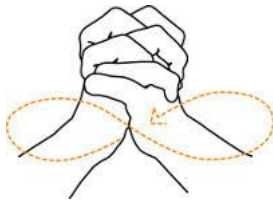


-Mientras corremos, iremos realizando rotación de brazos

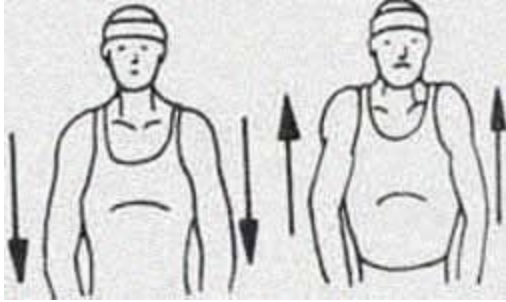


2. Movilidad articular:

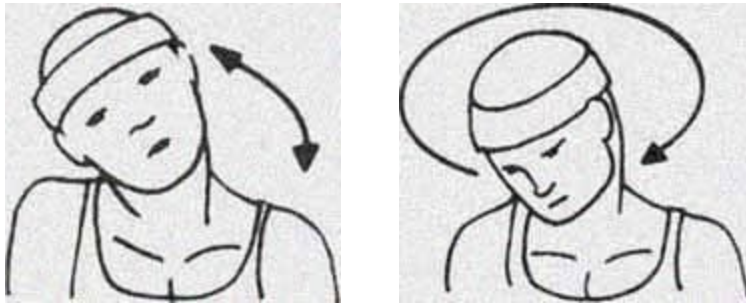
-Comenzaremos con movimientos circulares de las muñecas y los tobillos.



-A continuación, los movimientos circulares se realizarán en los hombros.



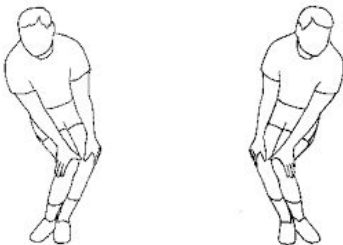
-Moveremos el cuello con el mismo movimiento circular.



-Seguiremos con los mismos movimientos circulares pero esta vez con la cadera.



-Y por último, calentaremos las rodillas con el mismo movimiento de los ejercicios anteriores, movimientos circulares



ANEXO 5

Tabla 9. Rúbrica evaluativa del Criterio 1 de 6° de Primaria

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (1-4)	SUFICIENTE /BIEN (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)	COMPETENCIA
<p>1.Adaptar las distintas habilidades motrices básicas y genéricas necesarias a la resolución de problemas motores para el desarrollo de la coordinación del equilibrio.</p> <p>La finalidad de este criterio es comprobar que el alumnado es capaz de ejecutar las diferentes habilidades motrices básicas (saltos, giros, lanzamientos, recepciones, desplazamientos) y genéricas (golpeos, conducciones transportes, botes...) para resolver las exigencias de situaciones motrices (juegos, actividades físicas, deportivas y expresivas en espacios habituales, ajustando su</p>	<p>Ejecuta con imprecisión y con ayuda constante la mayoría de las habilidades motrices básicas y genéricas de forma descoordinada y desequilibrada en muchas de las ejecuciones, para resolver las situaciones motrices y los problemas motores en entornos habituales y no habituales ajustando con dificultad su realización al contexto, a sus posibilidades, a los parámetros espaciales, temporales y a las relaciones de comunicación motriz</p>	<p>Ejecuta con cierta precisión y con autonomía algunas de las habilidades, motrices básicas y genéricas, de forma coordinada y equilibrada para resolver las situaciones motrices y problemas motores en entornos habituales y no habituales, ajustando su realización al contexto, a sus posibilidades, a los parámetros espaciales, temporales y a las relaciones de comunicación de</p>	<p>Ejecuta con precisión y autonomía la mayoría de las habilidades motrices básicas y genéricas. así como la combinación de ambas, de forma coordinada y equilibrada para resolver las situaciones motrices y problemas motores en entornos habituales y no habituales, ajustando su realización al contexto, a sus posibilidades, a los parámetros espaciales, temporales y a las relaciones de comunicación motriz</p>	<p>Ejecuta siempre con precisión y autonomía todas las habilidades motrices básicas y genéricas, así como la combinación de ambas de forma coordinada y equilibrada para resolver las situaciones motrices y problemas motores en entornos habituales y no habituales, ajustando su realización al contexto, a sus posibilidades, a los parámetros espaciales, temporales y a las relaciones de comunicación motriz</p>	<p>APRENDER APRENDER (AA)</p>

<p>realización a sus posibilidades, a los parámetros espacio-temporales (velocidad, cadencia, limitaciones de espacio y tiempo, amplificación de espacio y tiempo)</p>	<p>(cooperación, oposición, cooperación-oposición) y atendiendo ocasionalmente o por azar a los distintos estímulos visuales, auditivos y kinestésicos presentados.</p>	<p>comunicación motriz (cooperación, oposición, cooperación-oposición) y atendiendo eventualmente a los distintos estímulos visuales, auditivos y kinestésicos presentados.</p>	<p>(cooperación oposición, cooperación-oposición) y atendiendo casi siempre a los distintos estímulos visuales auditivos y kinestésicos presentados.</p>	<p>(cooperación oposición, cooperación-oposición) y atendiendo siempre a los distintos estímulos visuales, auditivos y kinestésicos presentados.</p>	
--	---	---	--	--	--

Tabla 10. Rúbrica evaluativa del Criterio 7 de 6° de Primaria

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (1-4)	SUFICIENTE /BIEN (5-6)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)	COMPETENCIA
<p>7. Aplicar las tecnologías de la información y comunicación a partir de las situaciones motrices practicadas, tanto para la extracción y elaboración de información, como para la resolución de problemas motores y la mejora de su práctica motriz.</p> <p>La finalidad de este criterio es que el alumnado utilice las tecnologías de la información y comunicación (aplicaciones), tanto en la práctica como en otros contextos (aula ordinaria, aula TIC, medio natural...)</p> <p>localizando, extrayendo, transformando, elaborando (con pautas de presentación, coherencia, cohesión y adecuación dadas) y compartiendo la información</p>	<p>Extrae la información obtenida de las TIC con dificultad, aún cuando se le ofrecen pautas cerradas, la transforma de forma inadecuada y elabora productos de forma errónea incluso siendo guiado al intentar seguir pautas de presentación coherencia cohesión y adecuación. Comparte esa información oralmente con dificultad e imprecisión, y resuelve con limitaciones algún problema motor de los planteados, tanto en la práctica como en otros contextos.</p>	<p>Extrae la información obtenida de las TIC siguiendo pautas abiertas, la transforma con alguna inadecuación irrelevante y elabora productos guiado por pautas de presentación, coherencia, cohesión y adecuación dadas. Comparte esa información oralmente con cierta precisión resolviendo problemas que se le presentan tanto en la práctica como en otros contextos.</p>	<p>Extrae la información obtenida de las TIC de forma autónoma, la transforma de manera adecuada y elabora productos siguiendo pautas de presentación, coherencia, cohesión y adecuación dadas. Comparte esa información, tanto oralmente como por escrito, para resolver problemas que se le presentan tanto en la práctica como en otros contextos.</p>	<p>Extrae la información de las TIC de forma autónoma, la transforma de manera correcta y elabora productos originales cumpliendo con las pautas de presentación, coherencia, cohesión y adecuación esperadas. Comparte esa información de manera precisa, tanto oralmente como por escrito, para resolver de manera autónoma y eficaz los problemas motores que se le presentan, tanto en la práctica como en otros</p>	<p>COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CL)</p> <p>COMPETENCIA DIGITAL (CD)</p> <p>APRENDER A APRENDER (AA)</p>

necesaria para resolver problemas motores que se le presenta.				contextos.	
---	--	--	--	------------	--

ANEXO 6

Tabla 11. Valoración de la metodología por parte del alumnado.

SEXO: (Marca con una X)

Masculino

Femenino

NOTA	1	2	3	4	5
¿Te gustaría volver a usar esta metodología ?					
Utilizando esta metodología, ¿Has sentido que participas más en las clases EF?					
¿Crees que de esta manera aprovechas mejor el tiempo en las clases de EF para realizar muchas más actividades?					
¿Has adquirido más conocimientos utilizando esta metodología					

?					
¿Te ha gustado ser partícipe de tu propio aprendizaje y de esta manera haber adquirido una mayor autonomía?					
¿Te ha gustado tener que elaborar las sesiones de aprendizaje por ti mismo?					
La elaboración del blog ¿te ha parecido interesante?					

Leyenda:

- 1: No me ha gustado nada.
- 2: Me ha parecido incompleta.
- 3: Ha estado bien pero prefiero la metodología anterior.
- 4: Me ha gustado.
- 5: Quiero seguir usando esta metodología.

ANEXO 7

Tabla 13. Autoevaluación del alumnado

Nombre y apellidos: _____

NOTA	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BIEN	NOTABLE	SOBRESALIENTE
He trabajado con éxito en la elaboración de las actividades.					
He participado en la búsqueda y elaboración de la información.					
He participado activamente en las actividades a realizar.					
Tener un papel o rol a desempeñar, ha hecho que me involucre más en las clases de EF.					
He ayudado a mis compañeros cuando éstos lo han					

necesitado.					
He visitado el blog que el profesor ha elaborado.					
He cumplido el plazo establecido de entrega.					