

# PROYECTO DE JORNADAS DE ANIMACIÓN EN LA PLAYA

## Trabajo Fin de Grado

Grado en Magisterio de Primaria

Trabajo de Fin de Grado

Autores: Cristian Ramos Santana y  
Eliot Suárez Moreno

Tutora: María Jesús Cuéllar Moreno

**Resumen:**

En este trabajo de final de grado se plantea la elaboración de un proyecto dirigido al alumnado de 6º de primaria del CEIP Toscal-Longuera. Este proyecto está basado en tres jornadas de animación de juegos en la playa en el que se desarrollen las habilidades motrices básicas y las emociones mediante la expresión corporal. Con ello también se fomentará valores, hábitos de vida saludable y un uso adecuado del tiempo de ocio.

En este proyecto se usará una metodología participativa, siendo el alumnado el agente principal de su propio aprendizaje durante todas las jornadas. Todo ello mediante el uso de estilos de enseñanza como la asignación de tareas que garantice así el trabajo autónomo, la participación y la responsabilidad por parte del alumnado.

**Palabras claves:** proyecto, habilidades motrices básicas, juegos, emociones, valores, metodología participativa.

**Abstract:**

In this final grade project is proposed the elaboration of a project aimed at the students of 6th grade of the CEIP Toscal-Longuera. This project is based on three days of animation of games on the beach where basic motor skills and emotions are developed through body expression. This will also promote values, healthy lifestyles and appropriate use of leisure time.

This project will use a participatory methodology, with students being the main agent of their own learning during all the days. All this is done through the use of teaching styles such as assignment of tasks, thus guaranteeing the independent work, participation and responsibility of the students.

**Keywords:** project, basic motor skills, games, emotions, values, participatory methodology.

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. JUSTIFICACIÓN.....	6
3. OBJETIVOS .....	7
4. ESTUDIO DEL ENTORNO.....	8
5. METODOLOGÍA .....	11
6. MARCO CURRICULAR DE LA U.D. ....	13
7. INSTALACIONES Y MATERIALES .....	22
8. RECURSOS HUMANOS .....	23
9. COSTE DEL PROYECTO.....	23
10. COLABORACIONES .....	28
11. FASES DEL PROYECTO.....	28
12. PLAN DE EJECUCIÓN .....	29
13. SISTEMAS DE EVALUACIÓN .....	33
14. ANEXOS.....	35
15. BIBLIOGRAFÍA .....	56

## 1. INTRODUCCIÓN

La playa es un lugar de encuentro importante, donde las actividades están a menudo estandarizadas, como broncearse, juegos espontáneos, baños, etc. Un lugar que nos brinda una fuente inagotable de juegos. Los juegos para niños, jóvenes y adultos en la arena, en el agua y con el agua, son altamente motivantes y arrastran una amplia masa de practicantes.

Actualmente, el medio acuático se contempla como excelente medio educativo y formativo para la persona, así como de recreación y ocio. En este caso, se trata de intentar establecer un conjunto de propuestas que permitan la animación coordinada de un espacio que posee a la vez el poder “mágico” de combinar la arena y el agua.

El presente enfoque se concentra en la animación mediante juegos en la playa: en la arena y en el agua. Se apoya tanto en juegos recreativos como también en el uso de la expresión corporal para expresar emociones, ya sea por libre o siguiendo un ritmo. Estas actividades cobran especial relevancia en el lugar donde vivimos, rodeados de agua y con buen clima durante gran parte del año.

La principal motivación que nos lleva a plantear este proyecto es que mediante la expresión corporal y el juego motor, el alumnado puede concienciarse, aceptarse, interiorizar y utilizar su cuerpo para comunicar emociones, ideas, pensamientos, etc. Por ello, creemos que es de vital importancia tratar este tema con los escolares y, por ende, dedicaremos este proyecto a los juegos motores y a la expresión corporal.

Por tanto, la expresión corporal y creatividad deben ir unidas, ya que la expresión corporal es una experiencia libre y espontánea que insiste en la creación con el cuerpo. Su práctica persigue encontrar lo nuevo, lo imprevisto, lo no habitual, descubrir todas las posibilidades del cuerpo (Motos y Aranda, 2001).

A lo largo del tiempo, han sido muchos los autores que han aportado su definición de expresión corporal, siendo estas unas cuantas de esas definiciones:

- Stokoe (1967): disciplina que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y profundización del cuerpo.
- Santiago (1985): lenguaje del cuerpo que forma parte de su lenguaje natural más inmediato.
- Motos (1983): expresión del pensamiento a través del movimiento con intencionalidad comunicativa.
- Pelegrín (1996): la entiende como la vivencia del cuerpo que expresa un sentimiento.

Otro de los elementos presentes en este proyecto son los juegos motores. Su significado solo se explica a través de la significación motriz, entendiendo a ésta, según Ribas (1997), como el grado motriz suficiente de empleo de sistemas de movimiento que comporten paralelamente intención, decisión y ajuste de la motricidad a su contexto, sus situaciones fluctuantes en el medio o con otros, y todo ello bajo la lógica de las situaciones.

Para que una actividad sea reconocida como un juego debe reunir una actividad agradable, cuyo desenlace no sea controlado completamente por el jugador, y que no obtenga una ganancia separada de la propia del juego mismo. Según Navarro (2002), las características del juego son:

- Placer: en el juego existe, a veces enmascarado, un gusto por dicha actividad. El placer está más favorecido en determinadas estructuras de juego, pero puede darse en cualquier tipo porque depende, finalmente, de los jugadores.
- Normas: los juegos poseen diversas formas de regulación de las relaciones de juego, según vengan determinadas por establecimientos informales previos, por el uso y la costumbre o por disposiciones disciplinariamente obligatorias.
- Incertidumbre: la pasión del juego descansa precisamente en no conocer el resultado de la acción, ni del juego globalmente. Este es el principio del juego sensoriomotor, en el que el alumnado experimenta a partir del resultado placentero de someterse a situaciones y papeles con el interés de averiguar cuál será el resultado, que pasará, y esto nunca se controla de antemano.
- Improductividad: el juego, no tiene trascendencia; ésta se la proporcionan las personas, aumentando el hecho del juego. El resultado de juego es una consecuencia de la propia actividad, lo cual se vive con placer, sin el que ésta no parece tener sentido.

La idea es que estas actividades serán ofrecidas a distintos colegios, y en este caso también al CEIP Toscal - Longuera, que es donde se va a centrar principalmente este proyecto.

Para realizar esta actividad, el centro podrá llevar a un máximo de 25 alumnos y alumnas, ya que debido al tipo de actividad que se va a proponer, hay que estar muy atentos y precavidos con los incidentes que se puedan producir, es por esto por lo que llevaremos un solo curso de 6º de Educación Primaria.

El plan es realizar tres jornadas en la playa, una en cada semana durante los meses de mayo y junio, con una duración aproximada de 3 horas cada jornada. Todo esto será explicado detalladamente en el apartado número 12 de este proyecto denominado “temporalización”.

## **2. JUSTIFICACIÓN**

Este proyecto lo que busca es ofrecer al CEIP Toscal - Longuera algo distinto y novedoso a lo que ya realiza habitualmente tanto en sus aulas como en sus tres horas semanales de educación física en el centro.

Según Sánchez (2004), la playa no es tan solo un medio para el ocio y disfrute, si no que la realización de una serie de actividades físicas en este medio posee una fuerte repercusión en nuestro organismo a la hora de mejorar nuestro físico y el tono muscular en general. Existen muchas diferencias al realizar el ejercicio físico en la playa, ya que el medio es diferente y, por ello, los resultados también serán cambiantes.

En primer lugar, debemos tener claro que la arena y el agua son superficies inestables que no nos permitirá realizar la actividad de manera cómoda, ya que debemos vencer la resistencia que ambas nos opone. Por ello, el trabajo muscular, sobre todo de las piernas, será mucho mayor.

Al realizar un mayor trabajo aeróbico esto nos llevará a desarrollar una mayor actividad que se traducirá en un desgaste y un consumo mayores de energía por parte del organismo a la hora de practicar este tipo de actividades en la playa.

En lo psicológico, existen otros motivos por los que practicar cualquier tipo de actividad en la playa es recomendable (Madrid, 2020), y es una buena manera de pasar el tiempo y mantenernos entretenidos. No solo por nuestra diversión, sino como método de escape y relajación.

### **3. OBJETIVOS**

El objetivo principal de este proyecto es para el alumnado del CEIP Toscal - Longuera, dado que se pretende que realicen algo distinto a lo que realizan normalmente en el centro, además de fomentar la realización de ejercicio mediante la diversión.

Nuestro objetivo principal será recreativo. Se trata de un objetivo lúdico, basado en el juego, en el placer que proporciona el contacto con el agua, en la diversión y el gusto por el movimiento en sí mismo. Representa una forma de ocupación del tiempo libre, favorecido del contacto social.

El carácter lúdico es el predominante en este tipo de actividades, se pretende que la persona que las practique no espere que les proporcione algún beneficio, es decir, que lo haga por el placer de la actividad en sí, que se divierta aprovechando las grandiosas posibilidades que les ofrece este medio natural. Aun así, debemos focalizar una serie de objetivos motrices, cognitivos y afectivos sociales que se pretenden conseguir a través del desarrollo de las actividades. Por ende, podemos concretar como objetivos principales los siguientes:

➤ ***Objetivos motrices:***

- Desarrollar las habilidades motrices básicas en un entorno no habitual.
- Representar distintas situaciones atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.
- Representar una situación o emoción determinada utilizando los recursos expresivos del cuerpo y la cara.

➤ ***Objetivos cognitivos:***

- Identificar el juego como método de aprendizaje.
- Conocer cuáles son las habilidades motrices básicas.
- Reconocer, distinguir y representar el ritmo.

➤ **Objetivos afectivo-sociales:**

- Desarrollar la socialización a través de juegos.
- Respetar las diferencias existentes y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

Existen, a su vez, una serie de beneficios que los vamos a denominar asociados, los cuales surgen de la práctica de este tipo de actividades (Webconsultas Healthcare, 2019) y son los siguientes:

- Beneficios biológicos: mantenimiento de la forma física, salud, etc.
- Beneficios psicológicos: aumenta la autoestima, ayuda a la relajación, etc.

#### **4. ESTUDIO DEL ENTORNO**

En este apartado entraremos a analizar brevemente el contexto del centro, del entorno físico y el entorno humano.

##### **4.1 CONTEXTO DEL CENTRO**

Según información aportada por el Ayuntamiento de Los Realejos (Ayuntamiento de Los Realejos, s. f.), se recoge la siguiente información del centro en el Proyecto Educativo.

La Longuera y el Toscal son dos entidades de población, con unos 7.227 habitantes (2014), situadas en la zona de costa del municipio de Los Realejos, con una superficie total de 1,89 km<sup>2</sup>, pertenecientes al Valle de La Orotava y considerados núcleos turísticos del municipio y el que mayor crecimiento poblacional ha experimentado en los últimos años.

Teniendo en cuenta la información aportada por la Programación General Anual (2018/2019), el Centro CEIP Toscal-Longuera fue construido en 1986 y cuenta con una superficie de 10.000 m<sup>2</sup> aproximadamente y una antigüedad de 34 años. Aunque después se ha realizado nuevas obras e incorporado nuevas instalaciones, como el gimnasio cubierto, el edificio infantil (septiembre 2008) y el Comedor Escolar (marzo 2010).



Por último, en Educación Primaria, hay dos cursos de primero, (A y B), dos cursos de segundo (A y B), dos cursos de tercero (A y B), dos de cuarto (A y B), tres de quinto (A, B y C) y dos cursos de sexto (A y B).

## 4.2 EL ENTORNO HUMANO

El centro cuenta con 288 alumnos y alumnas (Educación Primaria) que se encuentran distribuidos tal y como se especifica en la tabla 1:

*Tabla 1: Distribución del alumnado de Educación Primaria.*

ESTUDIO/GRUPO	ALUMNADO	ALUMNAS	ALUMNOS
1º Educación Primaria (LOMCE)	48	21	27
1º de Primaria A	24	9	15
1º de Primaria B	24	12	12
2º Educación Primaria (LOMCE)	49	23	26
2º de Primaria A	25	10	15
2º de Primaria B	24	13	11
3º Educación Primaria (LOMCE)	43	10	33
3º de Primaria A	22	11	11
3º de Primaria B	21	6	15
4º Educación Primaria (LOMCE)	43	22	21
4º de Primaria A	22	11	11
4º de Primaria B	21	11	10
5º Educación Primaria (LOMCE)	55	28	27
5º de Primaria A	19	9	10
5º de Primaria B	19	11	8
5º de Primaria C	17	8	9
6º Educación Primaria (LOMCE)	50	24	26
6º de Primaria A	25	11	14
6º de Primaria B	25	13	12
Concreción Curricular Adaptada para Educación Primaria.	0	0	0
<b>TOTAL DE ALUMNADO</b>	<b>288</b>		

Atendiendo al curso asignado de sexto de Primaria A, está formado por 25 alumnos y alumnas, 11 niñas y 14 niños. La mayoría del alumnado no presenta necesidades específicas, a excepción de una niña con algunos signos leves de dislexia, además, uno de los alumnos presenta índices leves de TDAH (Trastorno del Déficit de la Atención e Hiperactividad). Asimismo, en el aula nos encontramos con un alumno de altas capacidades intelectuales.

Hay que destacar que el alumnado mencionado en este párrafo está siendo evaluado por el orientador del centro para verificar si cumplen estas necesidades específicas. Por último, queremos señalar que la gran mayoría de la clase es de nacionalidad española, a excepción de un alumno de origen marroquí que no presenta complicaciones con el lenguaje.

### **4.3 EL ENTORNO FÍSICO**

Las Islas Canarias, o el nombre de islas afortunadas, entre otras razones lo han recibido por su clima de eterna primavera, con una oscilación térmica de 6°C entre las diversas estaciones, facilitando la posibilidad de tomar el sol y bañarse en sus playas durante todo el año, con una media entre 18 y 24°C (64,4 y 75,2°F), con lo que nos favorece a la hora de realizar las actividades al aire libre, y como en este caso, disfrutar de un día de actividades en la playa (Islas Canarias: clima, s.f.).

La actividad se realizará en la Playa Jardín, es una playa situada cerca del Loro Parque, en el Puerto de la Cruz. Se encuentra a unos 5 Km aproximadamente del CEIP Toscal-Longuera, con lo que nos podríamos trasladar fácilmente en la guagua contratada por el Centro y que tendría unos 10 minutos de trayecto (anexo 1) aproximadamente.

Para ello, contaremos con un permiso del cabildo para poder realizar las jornadas, donde además nos facilitará la zona final de la playa (anexo 2) para la realización de la actividad, también proporcionándonos un socorrista en dicha zona.

## 5. METODOLOGÍA

### 5.1 ESTRATEGIAS

La estrategia que vamos a usar en todas las sesiones es la participativa, ya que, el profesorado no es el que va a dar la clase y el resto escuchar de forma pasiva, sino que van a ser clases participativas que desarrollarán por medio de las actividades que planteamos.

### 5.2 ESTILOS DE ENSEÑANZA

Un estilo de enseñanza es una forma peculiar de interaccionar con el alumnado y que se manifiesta tanto en las decisiones proactivas, durante las decisiones interactivas y en las decisiones postactivas y, a su vez, define el rol de cada uno en el proceso.

Según la información adquirida y tras analizar los distintos estilos de enseñanza (Muñoz y Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía, 2010, p. 5), hemos decidido utilizar los siguientes:

- **Asignación de Tareas:** queremos favorecer la individualización, desarrollar la autonomía del alumno y ser capaz de aceptar la ejecución de la tarea sin continua comparación con el resto de los compañeros. Por lo tanto, el profesorado confía en el alumnado para algunas decisiones y la existencia de una mayor participación y responsabilidad por parte del alumno.
- **Mando directo:** con el que queremos conseguir respuestas inmediatas a un estímulo, desarrollar la uniformidad y la conformidad. El mando directo se caracteriza por el total protagonismo del profesor en la toma de decisiones. La función del alumno consiste en ejecutar, seguir y obedecer.

### 5.3 AGRUPAMIENTOS

Una vez visto y analizado los distintos tipos de agrupamientos que existen en el aula (Uría, 2001, pp. 90–92), haremos uso de los siguientes:

- **Gran grupo:** en este tipo de agrupamiento, todo el grupo-clase realiza una tarea en común en la que pueden desarrollar su iniciativa, creatividad y tomar decisiones. Por ejemplo, una actividad que se engloba en este grupo sería la construcción de un mural entre todos los alumnos y alumnas.
- **Pequeño grupo:** en este caso, el profesorado dividirá la clase en grupos de 4, 5 ó 6 alumnos y alumnas. Entre ellos y de manera cooperativa, se han de repartir responsabilidades, cargos, decisiones sobre cómo realizarán la actividad y la ejecutarán.
- **Trabajo individual:** El profesor propone una tarea igual para todo el alumnado y cada uno de ellos la desarrolla de forma individual. Suele marcarse un tiempo igual para todos para resolverla y suele esperarse un resultado único.

De esta manera, el alumnado se agrupará en gran grupo y pequeño grupo con el fin de favorecer el diálogo, aprendiendo a respetar las opiniones de las demás personas, así como a crear ambiente de equipo, sumando esfuerzos para conseguir fines comunes. Además, se trabajará de forma individual en la realización de tareas de carácter personal con el fin de favorecer el desarrollo de la cognición y de la metacognición del alumnado.

## 6. MARCO CURRICULAR DE LA U.D.

A continuación, se muestra los cuadros 1 y 2 de criterios de evaluación sobre los que se fundamenta el proyecto, en el que se resalta aquellos contenidos y estándares que se trabajarán en él y que también se señalan más abajo en el sistema de evaluación:

*Cuadro 1: Criterio de evaluación 1 con sus contenidos y estándares seleccionados.*

**6º Curso de Educación Primaria. Área de Educación Física.**

**Nº 1 Criterio. Criterio de evaluación.**

**1. Aplicar las distintas habilidades motrices básicas y genéricas a la resolución de problemas motores con condicionantes espacio-temporales y diversidad de estímulos para consolidar la coordinación y el equilibrio.**

La finalidad de este criterio es comprobar que el alumnado es capaz de ejecutar las diferentes habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones) y genéricas (golpeos, conducciones, transportes, botes...) para resolver las exigencias de situaciones motrices (juegos, actividades físicas, deportivas y expresivas) en entornos habituales y no habituales (como es el medio natural), ajustando su realización a sus posibilidades, a los parámetros espacio-temporales (velocidad, cadencia, limitaciones de espacio y tiempo, ampliación de espacio y tiempo,...) y los distintos estímulos (visuales, sensoriales y auditivos) que se le presenten manteniendo un correcto equilibrio postural.

**Objetivos:**

**Objetivo motriz:**

1. Desarrollar las habilidades motrices básicas en un entorno no habitual.

**Objetivo cognitivo:**

2. Identificar el juego como método de aprendizaje.
3. Conocer cuáles son las habilidades motrices básicas.

**Objetivo afectivo-social:**

4. Fomentar la socialización a través del juego.

**Estándares**

1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
2. Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y

**Contenidos:**

1. Utilización de las habilidades motrices básicas y genéricas en distintas situaciones motrices.
2. Adecuación del movimiento a la toma de decisiones en las distintas situaciones motrices.
6. Realización de actividades físicas en el medio natural, con respeto por su conservación.

**Rúbrica**

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 no habituales, ajustando

<p>de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>6. 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>	<p>su realización al contexto, a sus posibilidades, a los parámetros espaciales, temporales y a las relaciones de comunicación motriz (cooperación, oposición, cooperación–oposición) y atendiendo siempre a los distintos estímulos visuales, auditivos y kinestésicos presentados.</p>
---	--

Teniendo en cuenta el criterio señalado y el tipo de actividades que queremos desarrollar, hemos seleccionado los contenidos que mejor se ajustan a ello. Es por ello por lo que con estas jornadas buscamos trabajar también las habilidades motrices básicas, ya que están presente prácticamente en todos los juegos que podamos conocer y un mejor control de esas habilidades siempre garantizará un mejor disfrute de la actividad física. Esto hace que tenga mucha importancia el aprendizaje de dichas habilidades y su ejecución en ellas.

*Cuadro 2: Criterio de evaluación 3 con sus contenidos y estándares seleccionados.*

**6° Curso de Educación Primaria. Área de Educación Física.**

**Criterio de evaluación:**

**3. Utilizar de forma creativa y estética los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, opciones e ideas para ejecutar y crear manifestaciones culturales rítmicas y expresivas, introduciendo nuevas estructuras rítmicas.**

Con este criterio se pretende valorar la capacidad del alumnado para comunicar de forma creativa y comprensible sus sentimientos, emociones, ideas, vivencias, personajes o actos, etc., a partir de su motricidad, siendo capaz de transmitirlos con cierta aptitud estética. Se verificará si el alumnado reconoce y practica distintas manifestaciones rítmicas de otras culturas (bailes, danzas...) de manera individual y colectiva, participando en la creación de coreografías individuales y colectivas, utilizando los recursos expresivos del cuerpo con estímulos musicales, plásticos o verbales elegidos por los participantes.

**Objetivos:**

**Objetivo motriz:**

5. Representar distintas situaciones atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.
6. Representar una situación o emoción determinada utilizando los recursos expresivos del cuerpo y la cara.

**Objetivo cognitivo:**

7. Reconocer, distinguir y explicar el ritmo, estados de ánimo o emociones.

**Objetivo afectivo-social:**

8. Respetar las diferencias existentes y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.



<p><b>Estándares:</b></p> <p>7. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.</p> <p>8. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.</p> <p>9. Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.</p> <p>10. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.</p>	<p><b>Contenidos:</b></p> <p>1. Mímica, danza y dramatización como medios de expresión de la motricidad.</p> <p>2. Representación, individual y en grupo, de situaciones reales y ficticias con utilización del lenguaje corporal y de la improvisación, con y sin objetos.</p> <p>3. Elaboración y ejecución de coreografías a partir de propuestas rítmicas y musicales.</p> <p><b>Rúbrica:</b></p> <p>Comunica con coherencia y precisión a través de su motricidad diferentes sentimientos, emociones, ideas, vivencias, personajes, actos, etc., con estilo propio, de forma estética, creativa y comprensible. Reconoce y practica con interés y precisión, de manera individual y colectiva, distintas manifestaciones rítmicas y expresivas. Crea originales y armónicas coreografías individuales y colectivas en diferentes contextos partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.</p>
---	---

En cuanto al criterio 3, hemos seleccionado los contenidos que mejor se asemejan al tema a tratar en relación con dicho criterio. En este caso estamos trabajando la expresión corporal para sexto curso de Educación Primaria, concretando las sesiones en temas más específicos como la desinhibición, la danza, el ritmo y a la dramatización. Es por esto que en nuestras actividades es importante tanto la escucha como la ejecución. El alumnado debe aprender a identificar los conceptos que tratamos, como es en el caso del ritmo, para poder ejecutar otros relacionados con la motricidad y así poder expresarse corporalmente.

## 6.1 OBJETIVOS DE SESIÓN

Partiendo de los criterios de evaluación, formulamos los siguientes objetivos a perseguir por el alumnado en cada sesión (ver cuadro 3), los cuales consistirán en el fundamento de la unidad didáctica. Éstos a su vez, vendrán enmarcados por las competencias claves que serán explicadas en el apartado 6.2. de este proyecto.

*Cuadro 3: Objetivos de sesión*

OBJETIVOS CURRÍCULO/CRITERIO											
<p><b>1. Aplicar las distintas habilidades motrices básicas y genéricas a la resolución de problemas motores con condicionantes espacio-temporales y diversidad de estímulos para consolidar la coordinación y el equilibrio.</b></p> <p><b>3. Utilizar de forma creativa y estética los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, opciones e ideas para ejecutar y crear manifestaciones culturales rítmicas y expresivas, introduciendo nuevas estructuras rítmicas.</b></p>											
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	OBJETIVOS DE LAS SESIONES				COMPETENCIAS						
<p><b>Objetivos motrices:</b></p> <p>1. Desarrollar las habilidades motrices básicas en un entorno no habitual.</p> <p>5. Representar distintas situaciones atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.</p> <p>6. Representar una situación o emoción determinada utilizando los recursos expresivos del cuerpo y la cara.</p> <p><b>Objetivos cognitivos:</b></p> <p>2. Identificar el juego como método de</p>	<p><b>Sesión 1</b></p> <p><b>Objetivos motrices:</b></p> <p>1.1 Realizar la habilidad motriz de desplazamiento en un entorno inestable.</p> <p>5.1. Ejecutar diferentes ritmos de manera ordenada y rítmica.</p> <p><b>Objetivos cognitivos:</b></p> <p>2.1. Identificar el juego como método de aprendizaje de habilidades motrices.</p> <p>3.1. Conocer la habilidad motriz de desplazamientos y sus tipos</p> <p>7.1. Distinguir y recordar diferentes ritmos.</p> <p><b>Objetivos afectivo-sociales:</b></p> <p>4.1. Socializar con los compañeros mediante el juego.</p>				C L L	C M C T	T I C D	A A	C S C	S I E	C E C

<p>aprendizaje.</p> <p>3. Conocer cuáles son las habilidades motrices básicas</p> <p>7. Reconocer, distinguir y explicar el ritmo, estados de ánimo o emociones.</p> <p><b>Objetivos afectivo-sociales:</b></p> <p>4. Fomentar la socialización a través del juego.</p> <p>8. Respetar las diferencias existentes y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.</p>	<p>7.1. Respetar y tolerar las acciones de los compañeros y comportarse de una manera adecuada.</p>	<p>C L L</p>	<p>C M C T</p>	<p>T I C D</p>	<p>A A</p>	<p>C S C</p>	<p>S I E</p>	<p>C E C</p>
<p style="text-align: center;"><b><u>Sesión 2</u></b></p> <p><b>Objetivos motrices:</b></p> <p>1.1 Realizar la habilidad motriz de desplazamiento en un entorno inestable.</p> <p>1.2. Realizar la habilidad motriz de lanzamientos y recepciones con precisión.</p> <p>5.2.1. Representar el baile atendiendo al ritmo y tiempo de la música.</p> <p>6.2.2. Representar diferentes emociones y situaciones de forma improvisadas o no.</p> <p><b>Objetivos cognitivos:</b></p> <p>2.1. Identificar el juego como método de aprendizaje de habilidades motrices.</p> <p>3.2. Conocer la habilidad motriz de lanzamientos y recepciones.</p> <p>7.2.1. Identificar el ritmo para ejecutar los movimientos de baile de manera controlada y correcta.</p> <p>7.2.2. Reconocer y distinguir los distintos tipos de emociones.</p> <p><b>Objetivos afectivo-sociales:</b></p> <p>4.1. Socializar con los compañeros mediante el juego.</p> <p>8.2. Respetar y tolerar cuando los compañeros se están expresando</p>								

	<p style="text-align: center;"><b><u>Sesión 3</u></b></p> <p><b>Objetivos motrices:</b></p> <p>1.2. Realizar la habilidad motriz de lanzamientos y recepciones con precisión.</p> <p>6.3.1. Representar una situación determinada utilizando los recursos expresivos del cuerpo y la cara.</p> <p>5.3.2. Ejecutar diferentes ritmos de manera ordenada y rítmica.</p> <p><b>Objetivos cognitivos:</b></p> <p>3.2. Conocer la habilidad motriz de lanzamientos y recepciones.</p> <p>7.3. Distinguir y recordar diferentes ritmos.</p> <p><b>Objetivos afectivo-sociales:</b></p> <p>4.1. Socializar con los compañeros mediante el juego.</p> <p>8.3. Respetar las diferentes opiniones y ejecuciones de los compañeros.</p>	C L L	C M C T	T I C D	A A	C S C	S I E	C E C
--	--	-------------	------------------	------------------	--------	-------------	-------------	-------------

## 6.2. COMPETENCIAS

Una vez consultado la página web del Gobierno de Canarias cabe destacar que las competencias se conceptualizan como un «saber hacer» y que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales. Se delimita la definición de competencia, entendida como una combinación de conocimientos, capacidades, o destrezas, y actitudes adecuadas al contexto.

El aprendizaje basado en competencias se caracteriza por su transversalidad, su dinamismo y su carácter integral, el proceso de enseñanza aprendizaje competencial debe abordarse desde todas las áreas de conocimiento y por parte de las diversas instancias de la comunidad educativa, tanto en los ámbitos formales como en los no formales e informales (Gobierno de Canarias, s.f.).

Dicho esto, podemos decir que nuestra Situación de Aprendizaje contribuirá al desarrollo de las competencias Aprender a Aprender (AA) y la competencia de Conciencia y Expresiones Culturales (CEC) de la siguiente manera:

• **Competencia en Aprender a Aprender (AA):** Desde esta situación de aprendizaje se desarrollarán actividades que fomenten en el alumnado la capacidad de:

- Aceptar errores y aprender de los demás.
- Realizar actividades de forma autónoma y otras más complejas con la ayuda explícita del profesorado.
- Potenciar la curiosidad ante la realidad que va descubriendo y desarrollar habilidades para obtener soluciones.

• **Competencia de Conciencia y Expresiones Culturales (CEC):** Desde esta situación de aprendizaje se desarrollarán actividades que fomenten en el alumnado la capacidad de:

- Apreciar y disfrutar la expresión de uno mismo a través de distintos medios.
- Comparar opiniones creativas y expresivas de uno mismo con las de otros.

## 7. INSTALACIONES Y MATERIALES

No hace falta contar con ninguna instalación ya que es una actividad al aire libre. Se podría realizar en cualquier playa siempre y cuando sea accesible, pero en este caso hemos elegido la Playa Jardín por su cercanía. Hay que aclarar que nos situaremos en la zona final de dicha playa.

El material imprescindible es un botiquín de primeros auxilios completo, además de todo lo necesario para realizar las jornadas correctamente para poder realizar los juegos programados y un móvil siempre operativo cerca. El material que usaremos será el siguiente:

*Tabla 2: Material para la organización, montaje y seguridad.*

Material para la organización, montaje y seguridad:
1 Megáfono.
3 Silbatos.
25 Gorros rojos para identificar al alumnado y protegerlos del sol.
10 Cintas o cuerdas de separación de campos.
1 Botiquín.
3 Móviles.

*Tabla 3: Material para la realización de los juegos:*

Material para la realización de los juegos:
10 Conos.
10 Pelotas de goma espuma.
5 Cubos de playa.
25 Vasos de plástico.
1 Altavoz.
25 Pelotas de tenis.

## **8. RECURSOS HUMANOS**

Para llevar a cabo esta actividad es necesario contar con dos profesores y un monitor, uno por cada 8-9 alumnos y alumnas. Esto es debido a que realizar actividades con este tipo de usuarios en este tipo de entorno con tantos estímulos (arena, agua, turistas, etc) es necesario un mayor control de ellos.

Además, uno de los maestros será coordinador, quien será el encargado de organizar la salida, los juegos que se van a realizar, las fechas, el horario, coordinarse con el otro maestro, aclarar términos con el monitor, etc. Además, es necesario que todos, tanto los maestros como el monitor tengan conocimientos de primeros auxilios debido al tipo de usuario y también por el lugar donde se va a realizar la actividad.

El tipo de perfil del monitor que buscamos es de una persona que posea el título de técnico superior en animación y actividades físicas y deportivas, ya que es necesario tener los conocimientos tanto deportivos como de primeros auxilios que se imparten en dicho título, responsable, con liderazgo, capaz de divertir y entretener al alumnado, además de mantener la tranquilidad en las situaciones que lo requieran.

En los documentos anexos (anexo 4) se muestran el perfil de currículum de las personas nombradas.

## **9. COSTE DEL PROYECTO**

El propósito de la gestión del coste del proyecto consiste en estudiar el coste de las actividades y determinar un presupuesto estimado, ajustándose a los fondos financieros disponibles.

Por ello, el monitor será contratado por horas, la actividad se realizará durante 4 horas en cada jornada, cobrando 6 euros por cada hora. Por lo que por un día de trabajo cobrará 24 euros. Si multiplicamos esos 24 euros por día y por las tres jornadas correspondientes, daría un total de 72 euros. En el “cuadro 4” se adjuntará la factura del sueldo del monitor.

*Cuadro 4: Factura sueldo monitor*

		<b>Factura N°: 25</b>	
<b>NOMBRE</b>	Benito Delgado Santos		
<b>CIF/DNI</b>	78964512-V		
<b>TELÉFONO</b>	681-42-37-89		
<b>E-MAIL</b>	<a href="mailto:benitods@gmail.com">benitods@gmail.com</a>		
<b>PRODUCTO</b>	<b>PRECIO</b>	<b>PVP</b>	
4 horas de trabajo	6,00 €	24,00 €	
	TOTAL	24,00 €	
	<b>TOTAL</b>		
<b>TOTAL</b>	72,00 €		
<b>IGIC 7%</b>	5,04 €		
			<b>77,04 €</b>


Los materiales que necesitaremos comprar para la realización de este proyecto serán los siguientes que se muestran en la “tabla 4”, ya que el resto está disponible en el centro. Además, se mostrará la factura de los materiales que hemos adquirido en el “cuadro 5”.



Tabla 4: Listado de compra de materiales necesarios.

Material	Precio
1 megáfono	10 €
3 silbatos	1 €
1 botiquín	30 €
25 gorros rojos	6 € c/u


Cuadro 5: Factura Decathlon

<p><b>DECATHLON S.A.</b>                  CIF: B-38.254.658                  C/LOS MOLINOS, Nº12                  Tlf: 922-37-14-59                  Fax: 922-37-14-18                  tienda@decathloncanarias.es</p> 			
<b>Factura Nº: 152</b>			
PRODUCTO	CANTIDAD	PRECIO	PVP
Megáfono Trulkris (10v) rojo pilas	1	10,00 €	10,00 €
Silbato Merka Plateado con cordón	3	1,00 €	3,00 €
Botiquín Medical Mediano	1	30,00 €	30,00 €
Gorros Béisbol Shanin Rojo	25	6,00 €	150,00 €
			<b>TOTAL</b>
			193,00 €

Descuento del 20%			- 38,60 €
			<b>154,40 €</b>
<b>TOTAL</b>	154,40 €		
<b>7% IGIC</b>	10,81 €		
	<b>TOTAL A PAGAR</b>		
	<b>165,21 €</b>		

Respecto al coste del transporte, la contratación de la guagua en el trayecto de ida y vuelta será de 50 euros (precio estimado). Si cogemos este resultado y lo multiplicamos por las tres jornadas que se realizarán daría un total de 150 euros. Se adjuntará la factura del transporte en el “cuadro 6”:

Cuadro 6: Factura transporte.

<b>PÉREZ Y CAIRÓS S.L.</b> CIF: B-78.645.987 C/ LA RAMALEDA, Nº89 Tlf: 922-85-76-15 Fax: 922-85-76-23 contacto@perezyciros.es				
<b>Factura Nº: 85</b>				
<b>PRODUCTO</b>			<b>PRECIO</b>	<b>PVP</b>
Guagua de 30 pasajeros por 3 jornadas ida y vuelta			50,00 €	150,00 €
			TOTAL	150,00 €
			<b>TOTAL</b>	
<b>TOTAL</b>			150,00 €	
<b>IGIC 7%</b>			10,50 €	
				<b>160,50 €</b>

TOTAL: 402,75€ sería el coste total del proyecto para la realización de las tres jornadas.

## **10. COLABORACIONES**

El soporte económico de este proyecto será aportado mayormente por el Cabildo, que aportará la mitad del coste de dicho proyecto, con lo que colaborará aportando 201'37€ para la realización de todas las jornadas.

Además, tenemos que agradecer a Fonteide, por obsequiarnos con 25 litros de agua en botellas de su marca para todos los participantes en cada jornada, así como agradecer también a la cafetería Lily, por obsequiarnos con 25 sándwiches para el desayuno a todos los integrantes en cada jornada.

Por último, también tenemos que dar las gracias a Decathlon por el 20% de descuento en el material deportivo necesario para la realización de las jornadas.

## **11. FASES DEL PROYECTO**

### **- PRIMERA FASE: IDEAS PREVIAS E INICIACIÓN DEL PROYECTO.**

Nuestra primera idea del proyecto fue la de realizar sesiones con soportes musicales, tales como bailes, juegos con música, relajación, y todo ello en el centro. Se pensó que la idea no era mala para llevar a cabo, pero en nuestra opinión, creemos que una salida a la playa les gustaría mucho más al alumnado, ya que es algo más novedoso para ellos y que no suelen realizar este tipo de actividades con el centro, además es algo que suele ser más divertido y entretenido. Hay que aprovechar el clima que nos brinda las islas, además de los muchos beneficios que se tiene a la hora de hacer actividades físicas en la playa, con el beneficio de pasar un buen rato y divertirse.

Una vez pensada la idea, era hora de ver si lo que se propuso podría realizarse en el centro en el que se oferta, con lo que el día 2 de marzo, se llevó a cabo una reunión con el director del centro, al igual que con el profesorado de educación física para ver las situaciones de aprendizaje y saber con exactitud las actividades que se realizan en el centro. Durante la reunión, el profesorado entregó las situaciones de aprendizaje con las actividades que se realizan en el centro, también se aprovechó este momento para pedirles el listado del alumnado que participarán en dichas jornadas. Tras esta reunión, el proyecto seguía avanzando.

- SEGUNDA FASE: LOCALIZACIÓN GEOGRÁFICA DEL PROYECTO.

Ya con la idea lograda, era hora de empezar a contar con un lugar donde realizarlo, con lo que el día 5 de marzo, se presentó este proyecto al Cabildo de Tenerife, acordando en que nos habilitará la zona final de la Playa Jardín en Puerto de la Cruz, además de aportar la mitad del coste del proyecto, para así fomentar el deporte al aire libre entre la población más joven de nuestra sociedad.

- TERCERA FASE: CONTRATACIONES Y COLABORACIONES.

El siguiente paso fue contactar con el monitor y el medio de transporte, por ello, lo primero fue contratar el servicio de transporte con una empresa privada. Seguidamente, publicamos un anuncio en internet de lo que necesitábamos y el perfil que buscábamos para la contratación del monitor/a, donde cada aspirante al puesto de trabajo mandaba su curriculum vitae a nuestro correo electrónico (correo: [ceiptoscalonguera@gmail.com](mailto:ceiptoscalonguera@gmail.com)) para después hacerles una entrevista de trabajo.

Por último, faltaba contar con las colaboraciones, algo que no se hizo complicado, ya que se estableció una reunión el 9 de marzo con los empresarios, llegando a un acuerdo con Fonteide y la cafetería Lily de colocar su publicidad en las vallas que separan la zona de la playa a cambio de que ellos nos aporten la comida y la bebida.

## **12. PLAN DE EJECUCIÓN**

El objetivo de este proyecto es la de realizar jornadas recreativas en la playa, una jornada por semana entre los meses de mayo y junio, como se podrá observar luego en la temporalización del proyecto. Todo esto con el fin de que los participantes pasen un buen rato, realicen actividad física en otro entorno y pasen un día distinto a lo que suelen hacer en el centro.

Si por cualquier motivo no se puede realizar la jornada (mal tiempo, aunque sea improbable, problemas con el transporte, etc.), la jornada se pospondrá para otra fecha cercana.

## **12.1 ACTIVIDADES**

A continuación, presentaremos cómo se organizarán las tres jornadas que se van a realizar y luego se mostrará en el anexo las mismas jornadas detalladas en su plenitud (anexo 5).

### **\* JORNADA DE JUEGOS EN LA ARENA**

En esta primera jornada vamos a plantear juegos recreativos y rítmicos enfocados según las posibilidades que la arena nos ofrece como tal elemento. Con lo cual, la actividad se va a dividir en dos partes, la primera parte antes del descanso y la segunda parte después del descanso.

En la primera parte de la jornada comenzaremos con un calentamiento estático, guiado por los docentes. A continuación, realizaremos un juego rítmico, en donde cada alumno deberá de hacer un ritmo y el resto de sus compañeros deberá de imitarlo. Posteriormente, realizaremos un juego de persecución en donde el alumnado deberá evitar ser capturados o capturar a sus compañeros tocando a otro compañero con una pelota de goma espuma. Como último juego, los alumnos deberán de pensar una letra e ir corriendo a un lugar determinado y escribirla.

Una vez acabado con el calentamiento y con los dos juegos, realizaremos el respectivo descanso de media hora y comenzaremos con la segunda parte de la jornada.

Este primer juego trata de enterrar a los niños en la arena como si estuvieran en un sarcófago, a continuación, deberán de desenterrarse y correr hacia la orilla. El segundo juego consistirá en situar al alumnado en fila y estos deberán pasar por debajo de las piernas una pelota, del primero al último hasta llegar a la orilla. Una vez hayamos terminado estos dos juegos, realizaremos un posterior tiempo libre de 15 minutos.

Por último, se realizará una actividad de vuelta a la calma en donde el alumnado tendrán que adivinar lo que el compañero dibuje en la arena. Esta actividad se realiza con el objetivo de bajar las pulsaciones del alumnado y a su vez, desarrollar la creatividad.

### **Datos de interés**

La arena hace que mejoremos nuestra estabilidad y equilibrio, ya que al hacer ejercicio por un terreno irregular se fortalecen tanto las articulaciones de tobillos, rodillas y caderas como la propia musculatura (C. Impulso, 2017). De este modo, mejoraremos indirectamente nuestro equilibrio, la coordinación intramuscular y el acondicionamiento físico general.

### **\*JORNADA DE JUEGOS EN EL AGUA**

Los juegos planteados en este apartado estarán basados en los principios básicos de las actividades en el agua: propulsión, flotación y respiración.

Como siempre, comenzaremos la jornada con un calentamiento estático, guiado por el profesorado, a continuación, acabaremos la parte del calentamiento con un ejercicio de expresión corporal.

La sesión comenzará con un juego de carrera de relevos en grupos de 5, todos los grupos se colocarán en la orilla de la playa, saldrán uno a uno y tienen que entrar al agua, coger arena del fondo, salir y dejarlo en el cubo que tiene cada grupo, ganando el equipo que consiga llenar primero el cubo. El siguiente juego consistirá en que los mismos grupos, otra carrera de relevos similar, solo que ahora el cubo deben llenarlo con un vaso de plástico. Seguidamente será el descanso programado. Tras el descanso seguiremos jugando con una pelota de goma, nos colocaremos en círculo y pasaremos a un compañero para luego nadar hasta el lugar donde estaba el compañero. Tras esto, con los mismos grupos de antes, deberán hacer una breve coreografía con una serie de reglas para finalmente dejar un tiempo libre para que el alumnado juegue y se relajen en la playa antes de terminar la sesión con la vuelta a la calma.

### **Datos de interés**

Algo interesante de hacer ejercicio en el agua es que las lesiones en el agua son menores, ya que hay menos impacto a la hora de hacer ejercicios. Cuando estamos en el agua, nunca vas a poder superar tu fuerza; es decir, la fuerza que se va a emplear va a ser lo que uno quiera.

## **\*JORNADA DE JUEGOS EN LA ARENA Y EN EL AGUA**

En este grupo combinaremos las actividades realizadas en los dos medios anteriormente citados. Realizándose fundamentalmente en la orilla de la playa. Haciéndose parte de la actividad en el agua y parte en la arena. Fundamentalmente será una combinación de las dos sesiones practicadas anteriormente.

Como en todas las jornadas, comenzaremos con el calentamiento estático, guiado por el profesorado, seguido de un ejercicio de desinhibición de ritmos, acabando así con la parte del calentamiento. El primer juego para realizar será una gymkana, en equipos de 5 personas, en un espacio delimitado, tendrán que buscar objetos que estarán enterrados por el espacio, correr al agua, llenar un vaso y llevarlo hasta su cubo ganará el equipo que más rápido consiga hacerlo. Seguiremos jugando al juego de los 10 pases en un espacio delimitado, dividiendo el grupo en dos equipos con un comodín.

La sesión continuará con el programado descanso de media hora para descansar y tomar el desayuno.

En la segunda parte de la jornada se hará un juego de representación para luego básicamente dejar que surja el juego, dejando a los usuarios que disfruten del mar libremente para que jueguen y se bañen en la playa, siempre en un espacio limitado y vigilado tanto por el monitor como por el profesorado.

### **Datos de interés**

Como ya hemos dicho anteriormente, el ejercicio en la playa tiene muchos beneficios físicos como psíquicos, además es un buen complemento de la educación física en el medio terrestre.

## **12.2 TEMPORALIZACIÓN**

Como ya hemos comentado, las jornadas en la playa se van a realizar durante finales de mayo y principios del mes de junio, habiendo una jornada en cada semana, donde los días programados serán los que se reflejan a continuación en la “tabla 5”:



Tabla 5: Temporalización de la puesta en práctica del proyecto

Sesiones	Fecha
<u>Sesión 1</u> → “Juegos en la arena”	29/05/2020 (Viernes)
<u>Sesión 2</u> → “Juegos en el agua”	5/06/2020 (Viernes).
<u>Sesión 3</u> → “Juegos en la arena y agua”	12/06/2020 (Viernes).

### 12.3 RECURSOS HUMANOS

Cómo hemos indicado anteriormente, necesitamos de un monitor que además de tener conocimientos en la actividad físico-deportiva también debe tener conocimientos en primeros auxilios, así como también saber hacer que la jornada sea lo más recreativa y divertida posible, y no dejar que la jornada decaiga y sea aburrida. También, el profesorado debe tener conocimientos en primeros auxilios por cualquier cosa que pueda ocurrir. Un coordinador que será uno de los maestros, que sepa organizar la jornada correctamente, programar las actividades a realizar y ser un líder preparado para lo que pueda pasar y corregir los fallos que se cometan.

En general, el tipo de perfil que buscamos es el de una persona responsable, que cuente con liderazgo, capaz de divertir y entretener, además de mantener la tranquilidad en las situaciones que lo requieran.

### 13. SISTEMAS DE EVALUACIÓN

La evaluación constituye una parte fundamental de toda situación de aprendizaje, puesto que abarca la orientación del aprendizaje del alumnado y actúa como una reorientación de la enseñanza. La evaluación se basa en unos criterios de evaluación que en este proyecto el alumnado trabajará el criterio de evaluación 1 y 3, los cuales se centran en los procesos psicoevolutivos de los niños, enmarcando los contenidos 1, 2, y 6 del criterio 1 y los contenidos 1, 2 y 3 del criterio 3 sobre los que se incidirá. Todo ello deberá estar justificado por el desarrollo de las competencias básicas, y evaluado mediante los estándares de aprendizaje (esta unidad didáctica será evaluada además por los estándares de aprendizaje 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10 y 41), que se definen como criterios de logro,

es decir, qué habilidades motrices, patrones de movimiento y estrategias debe haber adquirido el alumno con la propuesta didáctica planteada. Resulta muy importante que todos los ítems que el profesorado seleccione para llevar al alumnado hacia un aprendizaje motriz significativo deben adecuarse al nivel de desarrollo del alumnado.

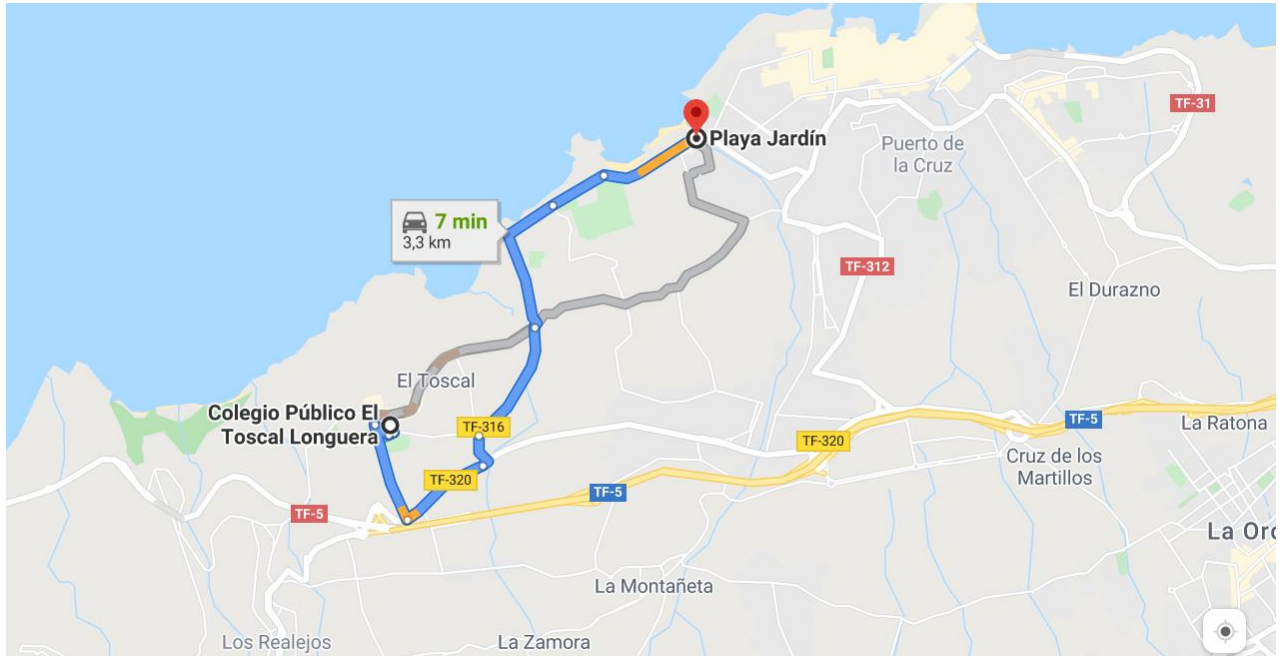
Una vez terminado de realizar la unidad didáctica, el profesorado llevará a cabo una rúbrica (anexo 6) con el fin de saber si se han alcanzado los objetivos establecidos. Al tratarse de una evaluación realizada por el profesorado estaremos hablando de una heteroevaluación. Esta heteroevaluación se realizará al finalizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que se trata de una evaluación final.

En nuestra opinión, creemos que la mejor manera de evaluar las sesiones es a través del propio alumnado, ya que son ellos los que disfrutarán de las clases. Para ello, se realizará una breve y sencilla encuesta al finalizar la última jornada sobre la satisfacción del alumnado con las sesiones que se han llevado a cabo. En los anexos podrá ver un ejemplo del cuestionario de satisfacción que se va a realizar (anexo 7).

## 14. ANEXOS

### - ANEXO 1

En este anexo mostraremos el trayecto desde el CEIP Toscal - Longuera a la Playa Jardín.



- **ANEXO 2**

Espacio cedido por el Cabildo de Tenerife para la realización de las jornadas (señalizado en rojo).



- **ANEXO 3**

En estos anexos se mostrará los profesores y el monitor encargados de llevar a cabo las sesiones de animación en la playa.

- Profesores:

- Eliot Suárez Moreno: profesor de Educación Física y tutor de 6º de Primaria A.

**Correo:** [eliot98sm2b@gmail.com](mailto:eliot98sm2b@gmail.com) **Teléfono:** 645-092-695

- Cristian Ramos Santana: profesor de Educación Física y tutor de 6º de Primaria B.

**Correo:** [cristianramossantana85@gmail.com](mailto:cristianramossantana85@gmail.com) **Teléfono:** 671-36-82-56

- Monitor:

- Benito Delgado Santos: Titulado en “Técnico Superior en Animación y Actividades Físicas y Deportivas”.

**Correo:** [benitods@gmail.com](mailto:benitods@gmail.com) **Teléfono:** 681-42-37-89

- **ANEXO 4**

Ahora se mostrarán las jornadas que se van a realizar de manera más organizada para que así se entienda mejor.

**SESIÓN 1**

**FECHA:** 29/05/2020

**NOMBRE:** “Juegos en la arena”

**CURSO:** Sexto E.P.

**Nº DE ALUMNADO:** 25.

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos + 30 minutos descanso/ 120 minutos.

**INSTALACIÓN:** Playa Jardín (Puerto de la Cruz)

**ESTRATEGIA:** Participativa.

**ESTILO DE ENSEÑANZA:** Asignación de tareas

**COMPETENCIAS:** AA, CEC

**MATERIALES NECESARIOS:** 1 silbato, 8 conos y 5 pelotas de goma espuma.

**Calentamiento o animación**

**Actividad 1**

- **Título y descripción:** “Movilidad articular”.

El alumnado deberá realizar movimientos circulatorios de las articulaciones siguiendo un orden correcto. El docente escogerá a un alumno, que será el encargado de dirigir el calentamiento bajo la supervisión del docente.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará de pie y colocados en círculo.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

### **Actividad 2**

- **Título y descripción:** “Sigue mi ritmo”.

Todos los alumnos corren a trote suave por el espacio determinado en la playa, el profesor nombra a un alumno, y éste tiene que hacer un ritmo. Luego todos lo imitan hasta que el profesor nombra a otro alumno que realizará un ritmo diferente.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará disperso por todo el espacio en la playa delimitado por conos.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

## **Parte principal**

### **Actividad 3**

- **Título y descripción:** “Cógeme si puedes”.

En esta actividad jugaremos a la cogida con pelota de goma espuma y en un espacio delimitado. Para coger a alguien hay que tocarlo con la pelota sin lanzarla. Para que el juego obtenga un mayor dinamismo, se irá añadiendo más pelotas y así serán más los alumnos o alumnas que se la queden.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará disperso por todo el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Actividad 4**

- **Título y descripción:** “¡Escribe rápido!”.

Para esta actividad formaremos 5 grupos de 5 alumnos y alumnas que situaremos en fila. El objetivo de este juego es que cada participante del equipo piense una letra. A continuación, a la señal del profesor, deberán de correr hacia un espacio previamente delimitado a cada equipo y deberán de escribir en la arena aquella letra que han pensado previamente. El equipo que escriba las 5 letras más rápido serán los vencedores.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado en fila por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Descanso**

- **Descripción:** el alumnado se sentará en la sombra y deberán de desayunar lo que hayan traído de sus respectivas casas. La duración del descanso será de media hora.

**Actividad 5**

- **Título y descripción:** “¡Cuidado con la momia!”.

Este juego trata de enterrar a los niños en la arena como si estuvieran en un sarcófago (todo menos la cabeza). Cuando estén listos, el profesor dará la salida, el más rápido en desenterrarse solo y llegar a la orilla del mar será el ganador.



- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado en fila de una persona por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Actividad 6**

- **Título y descripción:** “La cadena humana”.

Situaremos a nuestro alumnado en 5 filas de 5 personas. Este juego trata de pasar por debajo de las piernas una pelota, del primero al último. Una vez la pelota llegue al último de la fila, este deberá de correr y situarse en el primer puesto y volver a pasar la pelota hacia atrás. La cadena humana que antes llegue a la orilla del mar serán los vencedores.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado en filas por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Actividad 7**

- **Título y descripción:** “Ahora te toca jugar a ti”.

En esta última actividad queremos que el alumnado juegue a lo que ellos quieran con sus compañeros de clase. Pensamos que es una buena idea ya que ellos también tendrán ganas de compartir juegos con sus compañeros en un espacio no muy común como es la playa.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 15 minutos.

**Vuelta a la calma**

- **Título y descripción:** “Pictionary en la arena”.

Para este juego el docente dividirá a la clase en 5 grupos de 5 alumnos y alumnas. Un miembro del equipo le dirá a otro del equipo contrario lo que debe dibujar en la arena para que los integrantes de su propio grupo adivinen de qué se trata. La persona que esté dibujando tiene prohibido hablar. Esta actividad se hace con el objetivo de bajar las pulsaciones de nuestro alumnado y desarrollar la creatividad.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

## SESIÓN 2

**FECHA:** 05/06/2020

**NOMBRE:** “Juegos en el agua”

**CURSO:** Sexto E.P.

**Nº DE ALUMNADO:** 25.

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos + 30 minutos descanso/ 120 minutos.

**INSTALACIÓN:** Playa Jardín (Puerto de la Cruz)

**OBJETIVOS:** Ver “Cuadro 3”

**COMPETENCIAS:** AA, CEC

**ESTRATEGIA:** Participativa.

**ESTILO DE ENSEÑANZA:** Asignación de tareas y mando directo

**MATERIALES NECESARIOS:** 1 silbato, 1 altavoz, 5 pelotas de gomaespuma, 5 cubos y 25 vasos de plástico

### **Calentamiento o animación**

#### **Actividad 1**

- **Título y descripción:** “Movilidad articular”.

El alumnado deberá realizar movimientos circulatorios de las articulaciones siguiendo un orden correcto. El docente escogerá a un alumno, que será el encargado de dirigir el calentamiento bajo la supervisión del docente.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará de pie colocados en círculo.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Actividad 2**

- **Título y descripción:** “Me expreso”

El alumnado, uno a uno, deberá expresar con la ayuda de la expresión corporal y facial cómo se sienten en ese momento.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará de pie colocados en círculo con el agua llegando a media canilla.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Parte principal**

**Actividad 3**

- **Título y descripción:** “Cubo lleno”

Se formarán equipos de 5 personas cada uno, donde realizaremos una carrera de relevos. La carrera comienza en la arena, donde los primeros de cada equipo saldrán corriendo a la orilla de la marea, coger arena del fondo del agua, volver y colocarla en el cubo, y así uno a uno hasta que el primer equipo consiga llenarlo.

- **Organización y/o representación gráfica:**

Cinco equipos de cinco personas en el espacio delimitado por los docentes

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

#### **Actividad 4**

- **Título y descripción:** “Cubo lleno 2.0”

La actividad consiste en lo mismo que la anterior, solo que ahora saldrán con un vaso de plástico, cogerán agua de la orilla, volver y echar el agua en el cubo. Así uno a uno hasta que el cubo se llene totalmente, ganando el primero que lo consiga.

- **Organización y/o representación gráfica:**

Cinco equipos de cinco personas en el espacio delimitado por los docentes

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

#### **Descanso**

- **Descripción:** el alumnado se sentará en la sombra y deberán de desayunar lo que hayan traído de sus respectivas casas. La duración del descanso será de media hora.

#### **Actividad 5**

- **Título y descripción:** “Pasa y nada”

El alumnado, en círculo, se colocarán en el mar, con el agua a la cintura. Deberán pasar la pelota a un compañero, decir algo bueno de ese compañero y nada hasta allí. Deberá pasar la pelota por todos los compañeros y si es necesario, se añadirán más pelotas.

- **Organización y/o representación gráfica:**

Todo el grupo colocado en círculo.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

### **Actividad 6**

- **Título y descripción:** “Agua y a bailar”

El alumnado, con los mismos equipos que formaron anteriormente deberán crear una breve coreografía usando únicamente la canción y la parte del cuerpo asignada por el profesorado. Tendrán un tiempo para ensayar y luego enseñarlo al resto de los compañeros. Como requisito, el baile debe hacerse en la orilla, con el agua hasta el tobillo como máximo.

- **Organización y/o representación gráfica:**

Todo el grupo en el espacio delimitado por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 o 15 minutos.

### **Actividad 7**

- **Título y descripción:** “Ahora te toca jugar a ti”.

En esta última actividad queremos que el alumnado juegue a lo que ellos quieran con sus compañeros de clase. Pensamos que es una buena idea ya que ellos también tendrán ganas de compartir juegos con sus compañeros en un espacio no muy común como es la playa.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 15 minutos.

## **Vuelta a la calma**

### **Actividad 8**

- **Título y descripción:** “Abrazos gratis”.

Para acabar la sesión, los/as alumnos/as estarán en la orilla del mar en círculo. Uno/a de ellos tendrá una pelota y deberá ir caminando a uno de los compañeros y darle la pelota y luego un abrazo. Así uno a uno hasta que todos lo hayan hecho.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado en círculo por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10-15 minutos.

### SESIÓN 3

**FECHA:** 12/06/2020

**NOMBRE:** “Juegos en la arena y en el agua”

**CURSO:** Sexto E.P.

**Nº DE ALUMNADO:** 25.

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos + 30 minutos descanso/ 120 minutos.

**INSTALACIÓN:** Playa Jardín (Puerto de la Cruz)

**OBJETIVOS:** Ver “Cuadro 3”.

**COMPETENCIAS:** AA, CEC.

**ESTRATEGIA:** Participativa.

**ESTILO DE ENSEÑANZA:** Asignación de tareas y mando directo

**MATERIALES NECESARIOS:** 1 silbato, 25 pelotas de tenis, 10 cuerdas, 5 conos, 25 vasos de plástico y 5 cubos de playa.

#### **Calentamiento o animación**

##### **Actividad 1**

- **Título y descripción:** “Movilidad articular”

El alumnado deberá realizar movimientos circulatorios de las articulaciones siguiendo un orden correcto. El docente escogerá a un alumno, que será el encargado de dirigir el calentamiento bajo la supervisión del docente.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará de pie colocados en círculo.



- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Actividad 2**

- **Título y descripción:** “Tu ritmo y el agua”

El alumnado, en círculo, deberá ir uno a uno, creando un ritmo donde por obligación deben usar el agua para crear dicho ritmo, para luego sus compañeros imitarlo y así uno por uno.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará de pie colocados en círculo con el agua llegando a media canilla.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

**Parte principal**

**Actividad 3**

- **Título y descripción:** “Gymkana playera”.

La tarea trata de realizar una gymkana en el que gana el primer equipo que consiga acabarla. Saldrán uno por uno, y el siguiente no puede salir hasta que el primero haya acabado el recorrido. La actividad consiste en salir corriendo, desenterrar una pelota de tenis del espacio que se marcará con cuerdas, cuando lo consiga, seguirá hacia la orilla, cogerá agua con el vaso, correrá hacia el siguiente cono, dará diez vueltas sobre él y de ahí hasta el cubo de su equipo donde tiene que dejar el agua.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará en cinco equipos de cinco personas

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 15-20 minutos.

**Actividad 4**

- **Título y descripción:** “Los 10 pases”

Se formarán dos equipos con un comodín y se jugará al juego de los 10 pases, donde primero lo haremos en la arena y luego en la orilla del mar.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará en dos equipos con un comodín

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10/15 minutos.

**Descanso**

- **Descripción:** el alumnado se sentará en la sombra y deberán de desayunar lo que hayan traído de sus respectivas casas. La duración del descanso será de media hora.

**Actividad 5**

- **Título y descripción:** “Haz tu cuadro”

La clase se dividirá en dos grupos, y deberán representar una situación cotidiana, una imagen o lo que se imaginen de manera que uno a uno se incorpore a esa representación, formen ese cuadro y de nuevo abandonarán esa representación en el mismo orden. El alumnado puede usar el espacio que necesiten dentro de lo delimitado tanto en la arena como en el agua, se dejará un tiempo para que lo piensen y ensayen y finalmente lo harán delante de sus compañeros y viceversa

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se organizará en dos equipos

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 20 minutos.

**Actividad 6**

- **Título y descripción:** “Ahora te toca jugar a ti”

En esta última actividad queremos que el alumnado juegue a lo que ellos quieran con sus compañeros de clase. Pensamos que es una buena idea ya que ellos también tendrán ganas de compartir juegos con sus compañeros en un espacio no muy común como es la playa.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado estará situado por el espacio delimitado previamente por el profesorado.

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 20/25 minutos.

**Vuelta a la calma**

**Actividad 7**

- **Título y descripción:** “Así me he sentido”.

En esta última actividad de las jornadas, nos sentaremos todos juntos en círculo y todos los alumnos, uno a uno, deberán definir cómo se ha sentido o que le ha parecido las jornadas en la playa con una sola palabra.

- **Organización y/o representación gráfica:**

El alumnado se sentará en círculo en la arena

- **Tiempo aproximado o número de repeticiones:**

Aproximadamente durará unos 10 minutos.

- ANEXO 6

Rúbrica de evaluación para el alumnado durante las jornadas.

Nombre del alumno/a:

**Rúbrica criterios motrices**

<b>Criterio/Objetivo SA</b>	<b>Nunca (0-4)</b>	<b>A veces (5-6)</b>	<b>Con frecuencia (7-8)</b>	<b>Siempre (9-10)</b>
Desarrollar las habilidades motrices básicas en un entorno no habitual.	Ajusta de manera errónea y poco eficaz casi siempre su toma de decisiones y la ejecución de las habilidades motrices para cumplir el objetivo motor.	Ajusta de manera acertada y eficaz pocas veces, su toma de decisiones y la ejecución de las habilidades motrices para cumplir el objetivo motor.	Ajusta de manera acertada y eficaz algunas veces, su toma de decisiones y la ejecución de las habilidades motrices para cumplir el objetivo motor.	Ajusta de manera acertada y eficaz siempre, su toma de decisiones y la ejecución de las habilidades motrices para cumplir el objetivo motor.
Representar distintas situaciones atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.	Representa de manera errónea casi siempre las distintas situaciones que se le plantean atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.	Representa de manera acertada y eficaz pocas veces las distintas situaciones que se le plantean atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.	Representa de manera acertada y de forma eficaz con frecuencia las distintas situaciones que se le plantean atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.	Representa de manera acertada y eficaz siempre las distintas situaciones que se le plantean atendiendo al ritmo, al espacio y tiempo.
	No expresa emociones mediante el movimiento	Expresa emociones con dificultad mediante el	Es capaz de expresar emociones mediante el	Es capaz de expresar emociones mediante el

Representar una situación o emoción determinada utilizando los recursos expresivos del cuerpo y la cara.	. No mantiene una postura y actitud expresiva.	movimiento. A veces mantiene una postura y actitud expresiva.	movimiento. Con frecuencia mantiene una postura y actitud expresiva.	movimiento. Siempre mantiene una postura y actitud expresiva.
--	--	---	--	---

**Rúbrica criterios cognitivos**

Criterio/Objetivo SA	Nunca (0-4)	A veces (5-6)	Con frecuencia (7-8)	Siempre (9-10)
Identificar el juego como método de aprendizaje.	Identifica el juego como un método de diversión y no como una fuente de aprendizaje.	Identifica el juego como un método de diversión y lo considera con dificultad como una fuente de aprendizaje.	Identifica el juego como un método de diversión y lo considera con poca dificultad como una fuente de aprendizaje.	Identifica el juego como un método de diversión y lo considera como una fuente de aprendizaje.
Conocer cuáles son las habilidades motrices básicas	No es capaz de reconocer cuáles son las habilidades motrices básicas y es incapaz de explicarlas.	Es capaz de reconocer cuáles son las habilidades motrices básicas con dificultad, pero no lo explica con claridad.	Es capaz de reconocer las habilidades motrices básicas y es capaz de explicarlas con alguna dificultad.	Es capaz de reconocer las habilidades motrices básicas y sabe explicarlas con claridad.
Reconocer, distinguir y explicar el ritmo, estados de ánimo o emociones.	No reconoce los ritmos ni su explicación. Además, no consigue distinguir los estados de ánimos o emociones.	Reconoce los ritmos, pero no su explicación. Además, no consigue distinguir los estados de ánimos o emociones.	Reconoce los ritmos y su explicación. Además, consigue distinguir con dificultad los estados de ánimos o emociones.	Reconoce los ritmos y su explicación. Además, consigue distinguir los estados de ánimos o emociones.

**Rúbrica criterios afectivo-sociales**

<b>Criterio/Objetivo SA</b>	<b>Nunca (0-4)</b>	<b>A veces (5-6)</b>	<b>Con frecuencia (7-8)</b>	<b>Siempre (9-10)</b>
Fomentar la socialización a través del juego.	Se mantiene al margen de la socialización evitando comentar en las participaciones del resto.	A veces realiza retroalimentación objetiva a algún compañero e intentar dar seguimiento a las aportaciones que se le hacen.	Con frecuencia realiza retroalimentación objetiva sólo a algunos compañeros e intenta dar seguimiento a las aportaciones que se le hacen.	Siempre realiza retroalimentación objetiva al resto de compañeros y da seguimiento a las aportaciones que se le hacen.
Respetar las diferencias existentes y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.	No guarda silencio nunca y falta al respeto a sus compañeros continuamente.	No guarda silencio, pero calla cuando se le llama la atención. A veces falta al respeto a sus compañeros.	Guarda silencio, pero solo en las situaciones que se le pide sin necesidad de llamarle la atención. No suele faltar al respeto a sus compañeros.	Guarda silencio y respeta a sus compañeros durante las intervenciones. Nunca falta al respeto.

- ANEXO 7

Cuestionario de satisfacción que se va a realizar al alumnado donde solo tienen que marcar con una X la opción que ellos crean.

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN



	Bastante	Mucho	Poco	Nada
¿Te han gustado las clases?				
¿Te han gustado los juegos que hemos realizado?				
¿Te lo has pasado bien?				
¿Ves útil hacer actividades de este tipo?				

## 15. BIBLIOGRAFÍA

- Sánchez, J. C. C. (2004). *Acondicionamiento físico en el medio acuático (color)*. Editorial Paidotribo.
- Rodríguez Ribas, J.P. (1997). *Fundamentos teóricos y metodológicos de la praxiología motriz*. Tesis doctoral, pág.343
- Navarro, V. (2002). *El afán de jugar. Teoría y práctica de los juegos motores*. INDE. Barcelona.
- Webconsultas Healthcare. (2019, septiembre 17). Beneficios del ejercicio físico. Recuperado 21 de abril de 2020: <https://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/vida-activa/beneficios-del-ejercicio-fisico-869>
- Islas Canarias: Clima. (s. f.). Recuperado 21 de abril de 2020, de <https://www.red2000.com/spain/canarias/1clima.html>
- NATACIÓN RECREATIVA. (2007, agosto 24). Recuperado 21 de abril de 2020, de <https://acuaticos.blogia.com/2007/082401-nataci-n-recreativa.php>
- Madrid, A. P. (2020, febrero 8). Vacaciones en la playa y Salud. Recuperado 23 de abril de 2020, de: <https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/vacaciones-playa-salud/>
- Ayuntamiento de Los Realejos. (s. f.). Núcleos – Excmo. Ayuntamiento de Los Realejos. Recuperado 20 de abril de 2020, de: <https://losrealejos.es/el-municipio/nucleos/>
- CEIP Toscal-Longuera (2018/2019). Programación General Anual. Los Realejos.
- Gobierno de Canarias. (s.f.) Ministerio de Educación. Recuperado 27 de mayo de 2020, de: <https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/enseanzas/competencias/que-son-las-competencias/index.html>



Impulso, C. (2017, julio 16). Entrenamiento en la arena. Beneficios y riesgos de esta práctica deportiva. Recuperado 20 de abril de 2020, de:  
<https://centroimpulso.es/entrenar-en-la-arena/>

Uría, E. M. (2001). *Estrategias didáctico-organizativas para mejorar los Centros Educativos* (Segunda edición ed.). Madrid, España: Narcea.

Muñoz, I. M., & Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía. (2010). Los métodos de enseñanza en educación física. *Temas para la Educación*, págs. 5-7. Recuperado de:  
<https://www.feandalucia.ccoo.es/indicei.aspx?p=62&d=233&s=1>