

**TRABAJO DE FIN DE GRADO DE  
MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**MODALIDAD: PROFESIONALIZADORA  
“PROPUESTA DE MEJORA DE LAS CLASES DE  
EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA”**

**FRANCISCO JOSÉ VALIDO FRANCISCO**

**NOMBRE DEL TUTOR/A:  
MARÍA DEL PILAR OSORNO DEL ROSAL.**

**CURSO ACADÉMICO 2014/15**

**CONVOCATORIA: SEPTIEMBRE**

“Propuesta de mejora de las clases de educación física en educación primaria”.

### **Resumen**

Este trabajo de profesionalización está enfocado a desarrollar unas clases de educación física participativas, en las que los alumnos se impliquen y adquieran hábitos que no se queden simplemente en las aulas, sino que se extrapolen a su vida cotidiana y perduren en el tiempo. Se pretende alcanzar este propósito de una manera lúdica, utilizando una metodología participativa alejada de la imposición de conocimientos, por lo que cobra una gran relevancia el aprendizaje significativo. Al mismo tiempo, utilizando como instrumento ciertas actividades, en las que el juego tiene un papel esencial, se pretende conseguir la implicación de los padres en el proceso educativo. Dicha implicación, tan valiosa y relevante, puede significar un factor de motivación extra en una parte del alumnado.

**Palabras clave:** educación física, educación primaria, aprendizaje significativo, metodología participativa, juego.

### **Abstract**

The objective of this work is to develop participatory physical education sessions, in which students are involved and acquire habits that do not simply remain in the classroom, but are extrapolated to everyday life and endure over time. My proposal aims to achieve this goal in a playful way, using a participatory methodology away from the imposition of knowledge, so meaningful learning acquires great importance. At the same time, using certain activities, where the game has an essential role, involvement of parents in the education process can be achieved. This involvement, that is valuable and relevant, can mean an extra motivation factor for some students.

**Key words:** physical education, primary education, meaningful learning, participatory methodology, game.

## ÍNDICE

1. Datos de Justificación del proyecto.....	4
2. Justificación.....	4
2.1. ¿Qué pasaría si solucionáramos este problema? .....	5
2.2. Beneficios de la Educación Física.....	5
3. Objetivos.....	6
4. Metodología.....	7
5. Actividades.....	9
5.1. Maestros por un día.....	9
5.2. La alimentación en la cancha.....	10
5.3. Otros ejercicios.....	12
5.3.1. Lucha Canaria.....	12
5.3.2. El Pelotamano.....	13
5.4. Los Gallufantes.....	13
5.5. Otros datos.....	14
6. Evaluación del proyecto.....	14
7. Conclusiones.....	15
8. Valoraciones y reflexiones.....	17
9. Bibliografía.....	20

## **1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO.**

Este proyecto profesionalizador está enfocado a la docencia de educación física en toda la educación primaria, pero en concreto, y a modo de prueba, se pondrá en práctica en el primer curso de esta etapa educativa. He escogido este curso concreto porque, tal como se expondrá más adelante, uno de los objetivos del proyecto es fomentar y perpetuar hábitos activos saludables y *“Crear un hábito en los niños es tarea que debe realizarse en la temprana infancia, debido a que ayudará a ahorrarles problemas cuando lleguen a la adolescencia”*, tal como se indica en el Currículo de Educación Primaria de la Comunidad autónoma de Canarias. (2007).

Por tanto, el proyecto se llevará a cabo en un centro escolar y el encargado de desarrollarlo será el maestro de educación física de primero de primaria. Si el proyecto se extendiera a toda la etapa educativa, y hubiera más de un maestro en el área, simplemente bastaría con una pequeña coordinación entre los profesores.

## **2. JUSTIFICACIÓN.**

La idea principal de este trabajo surgió desde el primer momento que se me planteó el reto de realizar el Trabajo Fin de Grado. La mención que yo elegí dentro de la carrera fue educación física y, por ello, pensé que lo más conveniente era aprovechar los conocimientos y la práctica adquiridos en este ámbito para realizar el trabajo.

Durante mi experiencia como alumno dentro del sistema educativo y, posteriormente, con mi experiencia como docente en prácticas, he podido observar que la asignatura educación física no siempre se desarrolla de la mejor manera posible. Me resulta extraño que en una asignatura como ésta haya niños que no disfruten. He comprobado que hay un gran número de alumnos que no se divierten en las clases de educación física y, por tanto, no participan en ellas con las ganas y la motivación adecuadas.

Si bien es cierto que hay centros educativos en los que la educación física se considera una piedra angular en la formación de los niños, no es la regla general. En muchas ocasiones, esta asignatura es vista como una “María”; son clases a las que se va a pasar el rato, sin lograr ningún tipo de repercusión positiva en el alumnado, ya que las sesiones consisten en un largo “break” entre asignatura y asignatura. Y esto, ¿por qué pasa? Desde mi punto de vista, porque los niños no comprenden la importancia que tienen las clases de educación física y, sobre todo, porque muchas veces no son clases de su agrado. Todo esto se une a que nuestro país se encuentra por debajo de la media en horas dedicadas a educación física, como indica Eurydice (2013). Concretamente, en España la educación física obligatoria representa un 6% del total de horas lectivas de educación primaria, mientras que en la mitad de los países de la Unión europea este porcentaje se sitúa en torno al 9 o 10%, alcanzando el 15% en Hungría, Eslovenia y Croacia.

Afrontar este problema es muy importante, porque esta asignatura es el marco ideal para que los niños aprendan la importancia de realizar deporte, desde la infancia hasta la vejez. Evidentemente, los niños de seis años no tienen la madurez necesaria como para entender lo fundamental que es la actividad física y no basta con darles una explicación teórica de las ventajas de la asignatura o del deporte en general. Por ello, mi planteamiento es que los alumnos hagan deporte porque se divierten y de esa manera relacionen la educación física con pasarlo bien. Para ello, propongo desarrollar en las clases una serie de actividades que harán las sesiones más amenas y divertidas para los niños.

La metodología de trabajo que propongo para las clases de educación física también puede contribuir a la implicación de la familia en el sistema escolar, ya que por medio de algunas de las actividades que se desarrollarán se logrará una educación física holística, que abarque todos los entornos del niño, siendo la familia y la escuela los fundamentales.

Evidentemente, es necesario ser realista y asumir que no es posible cambiar un estilo de vida mediante la educación física, ya que todo esto está encapsulado dentro de las limitaciones de una asignatura. No obstante, se pretende la extrapolación del contenido de esta asignatura al día a día de los alumnos, que los niños identifiquen la educación física y el deporte como algo divertido, ya que normalmente las personas hacemos y recordamos lo que nos gusta.

## **2.1 ¿Qué pasaría si solucionáramos este problema?**

Si bien se acaban de mencionar algunos de los beneficios que se podrían obtener con una asignatura de educación física dinámica, en la cual todos los niños se involucraran, merece la pena profundizar en este aspecto.

El primero y más evidente de los beneficios que se derivarían de la puesta en práctica y del éxito potencial del proyecto es que los niños realizarían más deporte, algo que en la educación española debería de ser primordial. La falta de deporte, unida a una alimentación inadecuada, con gran presencia de bollería industrializada y refrescos entre otros productos, está desembocando en ciertos problemas de salud inusuales en estas edades. Seguramente, casi ninguno de nuestros futuros alumnos va a ser un deportista con un fichaje millonario, ni el deporte será su medio de vida, pero es cierto que si de niño se adquieren hábitos saludables, como los que favorecen las clases de educación física, podrán tener una mayor calidad de vida. Una actividad física adecuada posibilitará desarrollar plenamente su actividad cotidiana; un tiempo suficiente de ejercicio físico complementa de una buena manera el desarrollo integral de las personas, tanto desde una perspectiva mental como corporal. De hecho, tal como se argumenta en el Currículo de Primaria de Educación Física de la Comunidad Autónoma de Canarias (2007), *“La Educación Física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un ambiente saludable”*.

## **2.2 Beneficios de la Educación Física.**

Como es bien sabido, la práctica habitual de ejercicio físico moderado contribuye al mantenimiento de un buen estado general de salud. Además, el deporte ayuda a los niños a relacionarse de una forma saludable con otros niños y a tener más confianza en ellos mismos. Por medio del deporte, los niños pueden aprender el valor del esfuerzo continuo y comprender que conseguir los objetivos fijados requiere una etapa de sacrificio, que no todo es inmediato ni fácil de conseguir.

El deporte en equipo fomenta la socialización y ofrece la posibilidad de introducir a los niños en una alternativa de ocio sana que puedan compartir con su familia y círculo social. El ocio deportivo debe ser ofrecido como una alternativa al sedentarismo, a las alternativas fáciles y cómodas que no suponen ningún tipo de actividad física, ni ningún tipo de motivación para los niños y así evitar que ello pueda desencadenar en problemas de salud.

Para no caer en la tentación de una rutina sedentaria, lo mejor es planificar y organizar con suficiente tiempo y así no hacer posible que el sedentarismo lleve el timón como modo más cómodo y con frecuencia poco saludable; esto se puede lograr mediante la educación física en las escuelas, de tal modo que se involucren niños y padres y de manera divertida para que les guste.

A continuación podremos ver algunos de los beneficios que se podrán lograr si los niños toman la educación física como parte de su vida y que dichos beneficios pueden ser duraderos en el tiempo. Según el estudio realizado por Bautista Salido (2010):

*“Los beneficios para un niño/a que practica un deporte son muchos e incluyen aspectos físicos, sociales y de comportamiento. No sólo le brinda al niño/a la posibilidad de interactuar con otros niños/as sino que le inculca modelos de comportamiento que cimentarán su conducta futura. Así mismo, le ayuda con la autoestima, pues generalmente en esta etapa, más que una competencia, el deporte es visto como una actividad participativa en la que se es recompensado por el hecho de tomar parte, más que por un resultado específico.*

- *Ayuda a tomar conciencia del cuerpo y de su cuidado.*
- *Mejora significativamente las funciones cardiovasculares.*
- *Contribuye a una adecuada maduración del sistema músculo-esquelético.*
- *Produce un aumento generalizado del movimiento coordinado.*
- *Expansiona sus posibilidades motoras.*
- *Mejora la agilidad, potencia los reflejos, aumenta la velocidad y refuerza la resistencia.*
- *Incrementa la fuerza, el equilibrio y la flexibilidad*
- *Aumenta su crecimiento.*
- *Desarrolla su placer por el movimiento.*
- *Estimula la higiene y la salud previniendo el riesgo de enfermedades como la diabetes.*
- *Previene la obesidad y colabora en el mantenimiento del peso ideal.*
- *Puede corregir posibles defectos físicos.*
- *Enseña a seguir y aceptar las reglas.*
- *Ayuda a relacionarse con los demás, a respetarlos y a valorar el compañerismo.*
- *Ayuda a ingresar en la sociedad, haciéndole más colaborador y menos individual.*
- *Le ayuda a superar la timidez.*
- *Le enseña a asumir responsabilidades.*
- *Disminuye la tendencia a desarrollar actitudes agresivas y le ayuda a frenar sus impulsos excesivos.*
- *Potencia la creación y regularización de hábitos.*
- *Estimula el rendimiento académico.*
- *Contribuye a que los niños/as duerman mejor y sean capaces de enfrentarse mejor a los pequeños retos de la vida cotidiana”.*

### **3. OBJETIVOS.**

- Lograr que las clases de educación física sean divertidas.

Para mí, éste es objetivo principal de mi propuesta profesionalizadora y sobre el que se

cimiento todo el trabajo: la diversión en las clases de educación física es la clave para que gusten y, por lo tanto, para conseguir que los alumnos hagan las cosas bien y se interesen por la práctica deportiva.

Como objetivos secundarios que se pueden conseguir con mi propuesta, cabe mencionar:

- Hacer participar a los niños en situaciones reales de prácticas físicas orientadas a fomentar y perpetuar hábitos activos saludables.
- Promover el deporte como parte de la vida cotidiana de los niños.
- Adoptar la deportividad como un modo de vida desde la infancia.
- Conseguir una participación plena de todos los alumnos.
- Lograr la implicación de la familia.

#### **4. METODOLOGÍA.**

Como acabo de mencionar, el principal objetivo de este proyecto es conseguir que los niños se diviertan en las clases de educación física; es decir, es necesario que se cumplan los objetivos planteados en el currículo de la asignatura, pero, a la vez, se pretende que los niños aprendan divirtiéndose y que se logre un aprendizaje significativo, que les ayude a retener conocimientos por largo tiempo y a relacionarlos con su vida diaria.

El aprendizaje significativo debe estar incluido en la metodología que vamos a utilizar y debe ser aquel en el que el estudiante interrelacione la información o experiencia que posee con la que se le aporta en las clases y así poder ponerla en práctica en su vida cotidiana; es así como conseguiremos que los alumnos no solo aprendan, sino que también se diviertan en las sesiones de clase. Si una actividad o dinámica les gusta, se convierte en una sesión que recordarán de por vida. Por ello, he intentado que las actividades que propongo a continuación sean relevantes en el contexto y que, además de concernir los objetivos de aprendizaje a lograr, también se incluya en éstas un carácter dinámico y divertido.

Lograr una conexión entre la importancia de aprender y la forma adecuada para que se convierta en una actividad divertida, es una de las tareas más difíciles de resolver ahora mismo en la Educación. Asimismo, a la hora de evaluar y aplicar aprendizajes significativos, se ha de tener en cuenta en todo momento la experiencia y las vivencias de cada alumno. Esto no significa que se haga un aprendizaje en todo momento individualizado, pero, bajo mi punto de vista, se debe atender a cualquier problemática de cada alumno, que pueda interferir en su adquisición de conocimientos.

Estoy totalmente en contra del aprendizaje por rutina y memorístico, ya que con este tipo de sesiones conseguiremos lo contrario de lo que se pretende en los alumnos: fomentar el aburrimiento, la falta de atención y el desinterés por aprender. De nada nos sirve aprender reglas de juego interminables si los alumnos no lo llevan a la práctica y le encuentran una aplicación real. Ahora bien, lograr que el aprendizaje sea placentero a la vez que útil es una tarea que debemos plantearnos con claridad y en la que el docente juega un papel fundamental. El maestro se debe esforzar por crear un ambiente de instrucción en el que los alumnos entiendan en todo momento lo que se les está explicando, pero a la vez se sientan motivados para aprender y conseguir sus metas.

A través de las actividades propuestas pretendo conseguir que el alumno construya su propio aprendizaje y lo potencie, llevándolo hacia una autonomía para su vida cotidiana y, con esto,

que adquiriera la principal competencia de este tipo de aprendizaje tan dinámico, que es la de “aprender a aprender” (Delors, 1994).

También forma una parte muy importante de este proceso el aprendizaje por descubrimiento, que en muchas ocasiones nos lleva a divertirnos mediante la investigación. Una propuesta metodológica abierta, asentada dentro de los principios del aprendizaje por descubrimiento debe orientarse hacia la utilización de los estilos de enseñanza inspirados en técnicas de búsqueda, en la que los alumnos van descubriendo por sí mismos. Con las actividades que propongo pretendo promover el interés de los alumnos por aprender y crear un clima de armonía donde el alumno sienta confianza y seguridad con sus compañeros y con el docente. Bajo mi punto de vista, es altamente importante proporcionar actividades que den lugar a la exposición de opiniones, de intercambio de ideas, y es muy útil presentarlas mediante ejemplos.

El uso de este tipo de metodología hace que, a su vez, los alumnos adquieran de manera íntegra las competencias básicas planteadas en el currículo oficial de la asignatura. Esta metodología parte de los intereses de niño y prepara al alumnado para la vida diaria, concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción de conocimientos, y no como meros receptores de conocimiento. La metodología participativa promueve y procura las participaciones activas de todos los agentes del proceso, tanto discentes como docentes; por ello, las actividades planteadas en este proyecto traen consigo técnicas dinamizadoras que ayudan a conseguir los objetivos metodológicos generales. He tratado de incluir en la metodología técnicas motivadoras, lúdicas y creativas, que partan de los sentimientos y pensamientos y de las actitudes y vivencias cotidianas, para así, además de conseguir que los niños se diviertan aprendiendo, generar la posibilidad de que se produzca una transformación personal o cambio cultural.

Una metodología para que sea activa y participativa debe reunir las siguientes características, aplicables a las actividades propuestas: lúdica, interactiva, creativa, flexible y, sobre todo, comprometida y transformadora. Bajo mi punto de vista, las actividades que propongo a continuación cumplen estos requisitos.

Dentro de la metodología que pretendo poner en práctica, el juego tiene un papel esencial. Es innato en los niños jugar, para ellos es una manera de relacionarse y divertirse. Es algo que hacemos prácticamente desde el nacimiento, pero que según pasan los años se va perdiendo y eso es lo que se pretende conseguir mediante este trabajo de profesionalización.

Los juegos son actividades relevantes en los que los objetivos propuestos, deben desarrollarse midiéndose por las siguientes funciones basándonos en Capdevilla Serrate (1991).

- Función pedagógica: mediante ésta se favorece la maduración del niño en todas las áreas de desarrollo humano: motrices, perceptivas, lingüísticas, afectivas y sociales, se educa y se favorece el desarrollo actitudinal así como la imaginación y la creatividad.
- Función social: tiene como principal meta potenciar la convivencia en un ambiente no competitivo, abriéndose a los padres y a otros miembros de la comunidad educativa.
- Función comunitaria: el hecho de que los niños jueguen en grupo, facilita que aprendan el respeto y la comprensión hacia los otros, como la oportunidad de iniciar y consolidar amistades, así como la adquisición de hábitos de comportamiento.

Creo que para aprender de forma divertida, hace falta incluir al juego en el aprendizaje, ya que esto resulta motivante y no por eso deja de tener un carácter educativo, sobre todo en edades tempranas, en las que juega un papel importante debido a su conexión entre el desarrollo motor y el cognitivo. El juego pretende potenciar el desarrollo personal de los niños para crear su

propio destino personal y colectivo, y mejorar sus conocimientos, sus actitudes, y las destrezas de cada uno y con ellos mejorar la autoestima personal e identidad grupal. Es imprescindible que el planteamiento de juegos y actividades parta de los intereses de los propios niños, y que la actitud con la que se llevan a cabo y el modo de emprender las actividades partan de una metodología participativa encaminadas a la realización de actividades grupales en las que la diversión sea la protagonista. Además de fomentar la diversión, el juego tiene una clara intencionalidad en educar en valores, y en dinamizar las actividades para conseguir un clima armónico y divertido.

Navarro Adelantado (1996) afirma que el juego, en un principio, aparece de forma espontánea y eso es lo que queremos que siga sucediendo con el paso del tiempo, ya que normalmente cuando podemos elegir hacemos lo que nos gusta. Por ello, pretendo relacionar educación física, juegos y deportes con diversión:

Como punto primordial también, he de mencionar la importancia de hablar de motivación, de estimular tempranamente a los niños, pero eso sí, sin que dicha estimulación se convierta en una obligación para el niño, ya que ahí estaríamos entrando en el aburrimiento y la desgana, que es lo que queremos evitar con el planteamiento de las actividades; lo que buscamos es el aprendizaje mediante la diversión, que es sin duda la mejor forma de aprender que tenemos. Debemos incentivar a los niños para que su curiosidad se incremente y así quieran aprender cosas por sí mismos. Nunca debemos hacer que aprender sea una carga para ellos, ni que teman el momento de las clases y las relacionen con un momento incómodo, pues esto será lo que haga que la diversión no esté en conexión con aprender.

En conclusión que la metodología que se pretende aplicar en este proyecto busca, sobre todo, que los niños puedan adquirir los conocimientos que se les exige, pero de una forma dinámica y logrando divertirse ante todo.

## **5. ACTIVIDADES.**

A continuación, expondré algunas de las actividades con las cuales pretendo lograr los objetivos planteados anteriormente pero siempre como base fundamental el primero que se mencionaba. Debido a que la extensión del Trabajo de Fin de Grado está limitada, no se realizará una temporalización de todo el curso de manera exhaustiva, si bien se detallarán algunas actividades con las que se pretende plantear una guía de intenciones, no un manual al pie de la letra. Algunas de las actividades tendrán una duración anual, sin embargo, otras solo serán un ejemplo de tipos de actividades posibles que se pueden realizar en un proyecto de este tipo, con el cual se pretende que el maestro de Educación Física logre enfocar las clases a lo que se quiere conseguir.

### **5.1. Maestros por un día.**

La primera actividad que voy a describir se llama “Maestros por un día”. Hay varios aspectos de esta tarea que creo que pueden ser positivos: por un lado, los niños tendrán que relacionarse con sus compañeros y adquirir un rol de maestro y, por otro, la familia tendrá que colaborar en la puesta en funcionamiento de esta actividad.

Como se ha dicho anteriormente, a los niños, en general, les gustan los juegos. Es casi imposible ver un niño que no se divierta jugando con sus amigos o compañeros en el recreo o en su tiempo libre. Pero cuando se trata de las clases de Educación Física, se realizan muchas actividades que no son del agrado de todos los alumnos. Es por ello que, con esta propuesta, al ser los propios alumnos los que seleccionan las actividades, optarán por aquellas que realmente

les gusten.

Cada niño deberá buscar información de un juego, ya sea mediante sus propios medios (recordemos que tienen seis años) o con ayuda de algún adulto, de manera que así podemos involucrar a sus familiares. Como se necesitará consultar alguna fuente, ya que la intención es que cada niño realice un juego diferente, el maestro puede facilitarles a los padres de los alumnos información o enlaces de internet para facilitarles un poco el trabajo y que dicha guía sirva del mismo modo para acotar ciertos tipos de juegos; los juegos a realizar por los alumnos deben ser juegos que se puedan llevar a cabo, ya sea por edad o por material escolar, bien es cierto que se pueden realizar algunas adaptaciones para poder ejecutar el juego.

Si algún alumno se encontrase con serias dificultades a la hora de buscar un juego que prepararse, diferente a los vistos anteriormente realizados por otro de sus compañeros, el maestro podría asesorarles de cierta manera tanto al alumno como al padre de éste. Aunque esto solo se realizaría en casos muy excepcionales ya que el objetivo primordial de esta tarea, consta, en que el alumno realice un juego que realmente le guste y disfrute preparándolo y presentándolo.

Una vez haya escogido y entendido el juego, el alumno al que le corresponda ser el maestro (siempre con ayuda del profesor) será el encargado de mostrar el juego a toda la clase: cómo se juega, las normas, etc. De esta manera, todos los niños aprenderán muchos juegos, tantos como alumnos tenga el curso. Además, se conseguirá implicar más a los niños en las clases y que disfruten más, ya que como mínimo la sesión de la que se encargan ellos les gustará, puesto que ellos mismos son los que han elegido el juego.

Cuando ya se hayan puesto en práctica todos los juegos, para motivar más a los niños y a modo de recompensa, preguntaremos cuáles han sido los que más han gustado y éstos se harán en otros cursos. Así, en el centro habrá una rica variedad de juegos y nos adaptaremos los profesores a los alumnos, no ellos a nosotros. ¿Por qué dar todos los años lo mismos juegos si no son los mismos niños? Cada curso es diferente y tiene diferentes inquietudes y gustos; con esta actividad, los alumnos nos mostrarán de una manera práctica sus preferencias y así nosotros dispondremos de una información que nos puede servir para preparar futuras clases, con ejercicios que permitan disfrutar a la mayoría de los alumnos y conseguir que se diviertan.

#### ➤ **Recursos.**

En principio para esta actividad no necesitaremos más recursos que los usuales en cualquier aula de educación física de un colegio.

#### ➤ **Temporalización.**

La idea de esta actividad es realizarla durante todo el curso, a modo de una sesión semanal, para que entre una semana y la siguiente los alumnos puedan prepararse “su clase”. Partimos de la idea de cursos que oscilen entre los 25 y los 30 alumnos. Y nos queden aun así dos o tres semanas para que los niños que mejor lo hayan hecho puedan hacerlo en diferentes cursos.

### **5.2. La alimentación en la cancha.**

El objetivo de esta actividad es promocionar hábitos de vida saludable, no solo mediante el deporte, sino también a través de una alimentación sana y equilibrada de una manera lúdica. La alimentación es tan importante como el deporte y uno no debe ser excluyente del otro. Dado que el colegio es un lugar de aprendizaje, en él se puede y debe transmitir también lo que es recomendable y lo que no a la hora de comer.

Primero de primaria no es un curso idóneo para enseñarles a los niños la alimentación como a

un adulto; recordemos que se trata de niños de seis años. Pero mostrar a los niños la pirámide nutricional de un modo muy básico, como apoyo visual, puede ser muy positivo encuadrado dentro de los contenidos del Currículo de Educación Primaria de Canarias (2007, p.66). Además, esta actividad podemos programarla simultáneamente con el profesor de sociales, para que así, durante el tiempo que dure este tema en dicha asignatura, los alumnos tengan al mismo tiempo juegos que refuercen la adquisición de los conocimientos correspondientes.

Lo primero que habría que hacer sería una pequeña explicación en la que se informaría a los niños, de una manera muy participativa, de cuáles son los alimentos sanos y los que no lo son tanto. Así, los alumnos pueden sentirse partícipes de la clase, ya que como anteriormente lo han visto en sociales, pueden reforzar lo aprendido y hacer un pequeño “brain storming” entre todos. El maestro debe actuar como moderador, sabiendo enfocar la actividad para que los niños pongan en práctica lo que saben y aprendan cosas nuevas. Además, debe explicarles el porqué de las cosas, siempre adaptado a la edad con la que tratamos, más que nada para que los niños tengan una pequeña base sobre la que asentar los conocimientos.

En segundo lugar, utilizaremos un ejercicio sencillo y que considero fácil de aplicar con niños de esta edad. En concreto, basándonos en el popular juego de la silla, realizaremos una pequeña adaptación para lograr lo que queremos.

El juego consiste en unir sillas, una detrás de la otra, en un número igual al número de participantes menos uno, de manera que uno de los jugadores se quedará sin silla. Cada silla tendrá un dibujo pegado con un alimento; habrá alimentos de diversos tipos, algunos serán saludables (verduras, frutas, cereales, pescado, etc.) y otros no tanto (pizzas, bollería, chocolates, refrescos, etc.).

Todos los participantes giran alrededor de las sillas al ritmo de una canción de moda, hasta que de improvisto se corte la música y todos los participantes busquen sentarse en una de las sillas. Aquel que no logre sentarse en una de ellas queda eliminado del juego y se saca una silla. Las sillas que primero se van a ir retirando son las pertenecientes al grupo no saludable y serán los propios alumnos, atendiendo al criterio de saludable o no, los que deban ir seleccionando las sillas a retirar, hasta que solo queden aquellas que contienen las imágenes de los alimentos considerados como sanos. Con este sistema, los niños aprenderán los grupos de alimentos saludables y podrán interiorizarlo, al mismo tiempo que realizan ejercicio y se divierten. Con ello, se verá que los últimos alumnos que quedan están solo con alimentos saludables en sus sillas y así relacionarán realmente lo recomendable con lo que anteriormente les hayamos explicado sobre ello.

En definitiva, propongo una actividad sencilla y conocida por todos, pero con ejercicios como éste podemos conseguir que las clases de educación física se conviertan en algo más dinámico para los alumnos.

➤ **Recursos.**

Para realizar este juego necesitaríamos sillas que cogéramos de cualquier aula del colegio, y un radio-cd.

➤ **Temporalización.**

Este juego se realizaría en una única sesión del curso escolar, para llevarlo a cabo y como se había mencionado anteriormente sería conveniente tener una coordinación con el maestro de sociales y realizar esta tarea después de que el halla impartido este tema en el aula.

### 5.3. Otros ejercicios.

A modo opcional, y teniendo en cuenta que prácticamente todos los colegios tienen un día en el que la familia acude al colegio (como, por ejemplo, el día de Canarias o la semana cultural) he pensado que se puede desarrollar una serie de actividades de un modo divertido y motivador. Por eso, a continuación se explicarán dos juegos que podrán aprender y practicar los niños a lo largo del curso, para que, al llegar este día, puedan demostrar a sus familias todo lo que han aprendido, e incluso lo realicen con sus familiares.

Esta actividad puede ser muy positiva en relación a la percepción que pueden adquirir los niños sobre la asignatura de Educación Física. Asimismo, los niños tendrán un propósito concreto al desarrollarla: hacerlo lo mejor posible el día de la actuación con sus padres. Por ello, el componente de motivación en este caso es máximo; es una actividad divertida y, posiblemente, ese día con los familiares sea un día inolvidable para los alumnos.

Los juegos que describo brevemente a continuación son solo un ejemplo de los que se pueden preparar durante el curso para desarrollar el día señalado; me parecen oportunos porque son juegos objetivamente divertidos, dinámicos e integradores para todos en general. Además, también es importante resaltar que son juegos canarios, con lo que podemos aprovechar la ocasión para transmitir un poquito de cultura y tradición de nuestras islas y contribuyendo al desarrollo de las competencias básicas reflejadas en el Currículo de Canarias de Educación Primaria (2007, pp.59).

#### 5.3.1. Lucha Canaria.

Tal como indican Barbuzano y Mateos, (1993), *“la lucha canaria es un deporte de oposición, que se basa en el enfrentamiento de dos adversarios, los cuales, desde una posición inicial con agarre a la manga del pantalón, procuran, durante un tiempo no superior al minuto y medio. Sin salirse de un terrero circular, desequilibrar para hacer tocar al contrario el suelo con cualquier parte del cuerpo que no sea la planta de los pies y utilizan para ello una serie de “maña” o técnicas, tanto de manos como de pies o combinadas y en las que está prohibido el golpeo.*

Claro está que niños de esta edad no pueden realizar la lucha canaria completamente, pero sí pueden practicar ciertas posturas y el concepto general, que es lo que se pretende lograr. Les empezaremos hablando un poco de en qué consiste la lucha canaria y sus conceptos básicos y, a partir de aquí practicaremos ciertos agarres y trataremos de practicar bastante, para que los alumnos puedan realmente interiorizar en lo que realmente se basa la Lucha Canaria.

##### ➤ Recursos.

La lucha canaria requiere para su correcta práctica de un campo de arena con ciertas dimensiones; en caso de que el colegio no cuente con dicho campo, pues simplemente lo practicaríamos en la cancha habitual del colegio con un suelo acolchado. También es necesaria una indumentaria específica, pero como es muy probable que no dispongamos de ella, utilizaríamos pantalones cortos y un abrigo o camisa de manga larga.

##### ➤ Temporalización.

Esta actividad la practicaremos durante cinco medias sesiones repartidas en cinco semanas antes del día de la actuación del día de Canarias.

#### 5.3.2. El pelotamano.

De acuerdo con el trabajo de Hernández Auta (1989) *“el juego de pelotamano consiste en devolver la pelota, golpeándola con la mano, antes de su segundo bote, que proviene del otro*

*campo, o en su caso, pararla (atajarla) con la mano o con el pie, para que no siga su curso. Se intenta ganar terreno al otro equipo, marcando con una raya el lugar donde salió la pelota o pudo ser parada. El espacio de juego es alargado, limitado solamente por los laterales. En el fondo del saque existen dos piedras denominadas cabo de bote, una sobre cada línea lateral que describirá una línea imaginaria. Las dimensiones del espacio son de 60-70 pasos de largo, por 8-9 de ancho.*

*El campo de juego se divide en dos partes que separan a los dos equipos por medio de una raya denominada raya de falta; por tanto, limita el campo de saque del campo del resto. En el campo de saque se ubica el bote, que es un artefacto diseñado para efectuar el saque. La forma de puntuación es a faltas o puntos (15, 30, 40...) y a rayas, contabilizándose hasta un máximo de dos. La raya se marca con el dedo en la tierra junto a la raya de falta. Cuando se consiguen todos los puntos de un juego se contabiliza un chico. El conjunto de cinco chicos constituye un pajero. El número más habitual de jugadores es de cinco contra cinco, aunque también pueden jugar cuatro o seis por bando.”*

Lógicamente igual que en el caso de la lucha canaria, el juego se adaptará para que los niños de este curso puedan jugar. Algunas de las adaptaciones posibles son la dimensión del campo (lo acortaremos considerablemente), la pelota será de gomaespuma y la puntuación la haremos de uno, dos y tres, todo esto para hacer posible el juego.

➤ **Recursos.**

El pelotamano prácticamente no nos haría falta más que una cancha, que no tiene que ser de tierra como en la descripción del ejercicio, y una pelota de gomaespuma, que normalmente encontramos en el material diario de una clase de educación física.

➤ **Temporalización.**

Como sucedía con la Lucha Canaria, El Pelotamano lo practicaremos durante cinco medias sesiones en combinación con La Lucha Canaria; media clase para cada uno repartidas en cinco semanas antes del día de la actuación del día de Canarias.

#### **5.4. Los Gallufantes.**

Esta actividad en realidad es un sistema de premios por el cual se recompensa a los alumnos con un Gallufante. El Gallufante sería el símil a un positivo en una clase de otra asignatura, aunque en este caso no lo tendrá solo el maestro en su libreta de apuntes, sino también el niño en una ficha de control propia, y se otorgará a cada alumno por sus conductas positivas como, por ejemplo:

- Buen comportamiento.
- Ayuda a compañeros.
- Conductas saludables.
- Uso de las normas de la clase de educación física .

Al principio los Gallufantes se darán en mayor número pero, a medida que avance el curso el nivel de exigencia aumentará, para que los niños tengan que esforzarse más para conseguir los premios. Además, a medida que los niños vayan logrando los Gallufantes, también se les premiará por ello. Algunos ejemplos de recompensa son los siguientes:

-Si la programación lo permite se les dejará elegir el tema de la sesión de la siguiente sesión. De esta manera también sabremos lo que les gusta a los alumnos y así adaptándolo a lo que es

necesario tendremos sesiones positivas para ellos.

-Se les premiará adjudicándoles responsabilidades como, por ejemplo, ser encargados del material.

- Se les dejará ocupar el primer puesto de la fila.

- Al final de cada trimestre, le damos un trofeo elaborado por ellos mismos al que consiga más Gallufantes. Estos premios se pueden realizar en otra clase, como la de plástica, e incluso es posible utilizar materiales reciclados para su elaboración para darle uso a un material que en muchas ocasiones está en el "almacén de los recuerdos".

Con estos premios vamos a aportar a nuestros alumnos un punto más de motivación en todas las tareas que realicemos. Además, pretendo también ayudar a nuestros alumnos con dificultades de relación o que de alguna manera no se sientan integrados en la clase y a todos aquellos que se encuentran desencantados con la asignatura, ya sea por falta de interés porque no les guste el juego que se está realizando, por los tan comunes "piques" que se producen entre algunos alumnos de estas edades o, simplemente, porque no les gusta la asignatura.

#### ➤ **Recursos.**

En el caso de esta actividad el gasto es bastante limitado. Nos encontraríamos ante el coste de las fichas de control y el material necesario para crear los pequeños premios, que incluso como decíamos, los podrán hacer los propios alumnos con materiales reciclados.

#### ➤ **Temporalización.**

Esta actividad no requiere de una dedicación exclusiva de sesiones, es un modo de actuar durante el día a día.

### **5.5 Otros datos.**

Por un lado, algo que creo que tiene positivo este proyecto es que los recursos humanos y financieros necesarios son bastantes modestos, ya que prácticamente son los mismos que requiere el maestro de Educación Física en una clase usual.

Como hemos podido observar en la descripción de los recursos materiales de cada una de los ejemplos de actividades a realizar, para llevar a cabo esta propuesta y sus actividades el presupuesto necesario es bajo, tanto para el colegio como para sus alumnos.

Por otro lado, vemos que en las actividades a realizar no tienen una temporalización estricta que se ajusten a un curso escolar completo; esto se debe a que con este proyecto no se pretende realizar una guía férrea de actuación sino todo lo contrario: consta de una idea general y de ejemplos de modelos de actuación con los que se puedan llevar a cabo unas clases dinámicas y lúdicas.

## **6. EVALUACIÓN DEL PROYECTO.**

A la hora de evaluar este problema me he encontrado ante un pequeño reto. ¿Cómo hacerlo? Realmente pienso que un proyecto no debería evaluarlo la misma persona que lo realiza, ya que el factor objetividad queda francamente en entredicho. Sin embargo, es cierto que la evaluación es una de las técnicas más eficaces para comprobar si en un proyecto se cumplen o no los objetivos, ya que al comienzo del mismo se plantean una serie de propósitos y por medio de la evaluación es posible comprobar si realmente se han podido conseguir.

Como se ha dicho anteriormente en varias ocasiones, el fin principal de este proyecto es

conseguir que los niños aprendan divirtiéndose, es decir, que se dé una situación tanto lúdica como educativa. Para evaluar la consecución o no de este objetivo he pensado utilizar dos métodos: uno objetivo y otro subjetivo.

El método objetivo consistiría en realizar a los niños una pequeña encuesta, tanto al principio como al final de curso, y analizar la variación en las respuestas. Esta encuesta la realizará el maestro y se mandará a los niños a modo de pequeña tarea inicial para hacer en sus casas, con la ayuda de sus padres o madres. Recordemos que la idea inicial de este trabajo es comenzar en primero de primaria, donde los niños cuentan con seis años, por lo que si se lleva a cabo en los primeros días de clase, muchos de los alumnos no sabrán leer o no podrán hacerlo con la solvencia necesaria; por ello, contar con la ayuda de sus padres es fundamental. La encuesta consistirá en una serie de preguntas enfocadas a saber los gustos del niño por la educación física, el deporte y sus hábitos de realización del mismo. Al final de curso se la volveremos a mandar, con alguna pregunta adicional, para que la vuelvan a hacer en sus casas. Y una vez vistas las opiniones de los niños a principio de curso y al finalizar el mismo, podremos hacer una comparativa y un análisis de si este proyecto ha tenido algún efecto en el alumnado.

Las preguntas de la encuesta serán relativamente sencillas. En la encuesta inicial se pueden incluir preguntas como, por ejemplo:

¿Realizas deporte o juegas a algo?

¿Con qué frecuencia?

¿Cuáles son tus juegos o deportes favoritos?

¿Te diviertes en las clases cuando vas al patio o al gimnasio y haces educación física?

Al final de curso, a estas preguntas se pueden añadir otras como:

¿Qué te han parecido las clases de educación física de este curso?

¿Qué es lo más que te ha gustado? ¿Y lo que menos?

¿Qué cambiarías o te gustaría haber hecho y no hiciste?

Como el cuestionario se realizará antes de empezar con el proyecto y al terminar, se podrá comprobar si hay alguna variación en las respuestas de las preguntas comunes y, por tanto, podremos ver si los niños han modificado sus gustos y/o su comportamiento en relación a la actividad física. Adicionalmente, podremos conocer más en profundidad los gustos de los niños y ver qué se puede mejorar para futuros años.

El método subjetivo está basado, simplemente, en la observación del maestro durante las clases. Cualquier docente posee capacidad de observación, así que podrá comprobar si los niños se divierten en las sesiones de educación física, si se integran en su totalidad y si durante el curso ha habido y hemos notado cambios significativos en el alumnado. Siempre hay niños que en esta asignatura se encuentran activos y que puedes ver que disfrutan, pero también podemos observar que algún niño es más renuente al ejercicio físico; por ello, pondremos especial atención en ellos y veremos si con este modelo de actuación, basado en la diversión del alumnado, se consigue “enganchar” a los alumnos a la asignatura.

## **7. CONCLUSIONES.**

Si me pongo a pensar en el principal objetivo general de este proyecto, tengo bastante claro que es primordial llevarlo a cabo para que el aprendizaje de los niños sea positivo, a la vez que enriquecedor. Como he insistido a lo largo de todo el proyecto, es fundamental hacer de las

clases un periodo dinámico y significativo, en el que los niños aprendan mediante dinámicas y adquieran los conocimientos (y hábitos, a ser posible) de forma que los retengan durante mucho tiempo en su memoria.

Muchas veces centramos la práctica educativa en un mero proceso de adquisición de conocimientos, pero no tenemos en cuenta algo que, bajo mi punto de vista, es primordial, y es la forma en la adquirimos esos conocimientos. La educación debería abogar por una práctica en la que los niños aprendan a través de experiencias y vivencias, que a su vez esté interrelacionadas con lo que aprendan y puedan así aplicarlo a la vida cotidiana. Es por ello que manifiesto mi opinión totalmente en contra de una educación estática y monótona, en la que la única finalidad sea la de adquirir conocimientos para luego plasmarlos memorizados en una prueba escrita. Si nos ponemos a pensar qué clase de conocimientos guardamos de nuestra vida académica, seguramente recordaremos aquellos que se nos hayan transmitido de una forma significativa; he aquí mi reflexión acerca de la importancia de la forma de transmitirnos el aprendizaje. Quiero decir con esto que veo mucho más fructífero y trascendente que se les enseñe a los niños de una forma lúdica y entretenida, que optar por el cómodo y fácil camino de la imposición de aprendizaje, en el que muchos conocimientos no sirven a la larga para nada porque únicamente se aprenden para plasmarlos en una prueba evaluativa, y no para verdaderamente llegar a entender y a aplicar lo que se nos está explicando.

Estoy totalmente en contra de los colegios o las enseñanzas que ponen en marcha la metodología de mando directo, metodología por la cual simplemente se transmiten conocimientos impuestos en los que los alumnos no llegan a entender el porqué de las cosas, ni la razón de porqué una cosa es de una manera o de otra. Es esta la manera equivocada, en mi opinión de enfocar la enseñanza. ¿De qué sirve memorizar juegos o dinámicas si, a la hora de la verdad, ni siquiera ves sentido a lo que estas aprendiendo? En muchas ocasiones se nos enseña así, como en mi caso. Recuerdo muy pocos ejemplos antes de llegar a la universidad en los que se me enseñara de forma lúdica o divertida; simplemente se me transmitían una serie de conocimientos, que yo después de un manera u otra los plasmaba en una prueba objetiva. Si solamente te ciñes al contenido del manual de la asignatura, sin ni siquiera aplicar actividades para que el alumnado las contextualice, estaremos cayendo en la monotonía y logrando que la hora de la clase se convierta para los niños en una carga y obligación; así solo se consigue aburrir al alumnado. Sin embargo, si aprendemos desde una manera más lúdica, estaremos adquiriendo conocimientos y dinamizando nuestra forma de aprender.

Quiero decir también que el juego puede llevarse a cabo en ámbitos muy diversos y dirigirse a todas las edades; sin embargo, es especialmente importante e interesante en el ámbito infantil, ya que juega un papel decisivo en esta etapa evolutiva de la vida. Por lo tanto, es necesario que las opciones que se ofrecen aporten una experiencia personal y grupal de crecimiento y de desarrollo integral. Creo que entre uno de tantos beneficios del juego está en fomentar la interrelación entre los participantes de la educación; es decir, jugar conlleva participar y la participación, a su vez, te conduce a que te relaciones con los demás, porque en muy pocas ocasiones los juegos se pueden llevar a cabo individualmente.

Me gustaría explicar que existen una serie de valores que hay que incluir para la transmisión de aprendizajes. La experiencia educativa tiene que construirse en un marco de valores, conductas y capacidades como la participación, la solidaridad y el respeto a las diferencias. En la práctica educativa de las clases de educación física en concreto podemos decir que aspectos tan importantes como el respeto y la participación son los que hacen que el juego funcione de una manera adecuada. No podemos plantear actividades para los niños que no estén estructuradas de una manera que fomenten la actividad participativa, ya que caeríamos en el error de que el

resto del alumnado piense que existen posibles preferencias, lo que crearía un ambiente hostil en el desarrollo de la clase. Frecuentemente se nos olvida la esencia de la persona en sí; quiero decir con esto que valoramos un alumno por conocimientos y notas numéricas obtenidas, y no por los valores que posee y que puede transmitir al resto de sus compañeros; a veces no llegamos a darle la importancia que realmente tienen los valores en el campo educativo. En una actividad como la educación, la integración de los valores permite a sus integrantes que actúen de una forma armónica, e influye a su vez en su desarrollo y formación como personas, y facilitan que se alcancen los objetivos que no serían posibles de alcanzar sin la inclusión de estos valores. También quiero señalar que para que se produzca el bienestar de una comunidad educativa se tienen que establecer una serie de normas compartidas, que orienten el comportamiento de cada uno de sus integrantes; de lo contrario, no se lograría que la práctica educativa se desarrollara de manera positiva.

Para finalizar, también quería señalar la importancia que tiene, bajo mi punto de vista, el desarrollo de una habilidad tan importante como la participación; precisamente para que los niños se diviertan aprendiendo es imprescindible que todos participen en la acción. La participación no solo ayuda a que los niños se sientan útiles en cualquier proceso de educación o actividades lúdicas, sino que pone en marcha su imaginación y les permite consolidar cualidades valiosas de su personalidad, tales como la valentía, la decisión, y la organización. El trabajo más importante se nos plantea en cómo motivar a los niños para que participen; por eso mi insistencia a lo largo de este trabajo de proponer actividades que, a la vez que proporcionen conocimientos, también fomenten la diversión y las ganas de aprender.

Si desarrollamos en el alumno habilidades como la participación, estaríamos conduciendo al niño a la capacidad autocritica, ya que el niño podría forjar un juicio propio y expresarlo, y sobre todo, elegir entre varias opciones.

## **8. VALORACIÓN Y REFLEXIONES**

Si echo la vista atrás en el periodo de mi escolarización, puedo decir que he experimentado y vivenciado la educación de diferentes formas. Cuando comencé a ser consciente de que mis estudios me llevarían a ejercer algún trabajo fue en secundaria; ahí realmente poco interés ponía en sacar buenas notas, ni siquiera en comprender bien lo que se me exigía; simplemente mi reto era aprobar las asignaturas, para que el verano fuera una éxito y, sobre todo, para que mis padres me permitieran salir a todos los sitios que yo quisiera.

El pensamiento varía y las ideas maduran a lo largo del tiempo, y fue realmente con mi llegada a la universidad cuando verdaderamente supe la importancia que tenía el no solo aprender para aprobar, sino el centrarnos en lo que perseguimos y sobre todo el saber cómo y con quién queremos trabajar. Fue aquí donde tuve muy claro que me había decantado por la carrera correcta, ya que siempre de pequeño pensé que sensación se tendría al ser profesor y, de hecho, en muchos de los juegos en casa o con mis compañeros adquiría en rol de profesor. Es por esto que hoy en día estoy satisfecho por mi elección, y aunque aún no he acabado y no he podido ejercer esta profesión, tanto mi paso por las prácticas como por mi pequeña experiencia como monitor de ajedrez, sé que este grado será uno de los pasos más acertados que he realizado. Saber que este trabajo es mi último paso para convertirme en maestro, me alienta a tener ilusión y ganas en poner en práctica todos mis proyectos.

A lo largo de la construcción de este trabajo de fin de grado, he conseguido darme cuenta de muchas cosas de las que antes no era consciente, como, por ejemplo, la importancia de mi forma de redactar y la falta de práctica que, aún en mi último año de carrera, noto en la

redacción de muchos de los puntos de dicho trabajo. Por ello, me pondré manos a la obra muy pronto y me empaparé de textos en los que pueda corregir ese déficit de redacción. Ahora bien, referente a lo planteado en mi trabajo, he de decir que por varios momentos me he visto trabajando en un colegio, mientras planteaba las diferentes actividades, pues me fascina la idea de poder transmitirles a los demás algo de lo que yo sé y que, aparte de eso, logre hacerlo de una forma dinámica.

En la realización de este trabajo he visto de una forma más real mi futuro laboral, pues si bien al comenzar mi carrera tenía ciertas dudas en si podría hacerlo o no, ahora una vez realizado este trabajo y mis últimas asignaturas, creo que con esfuerzo se gana todo, y que la experiencia y las ganas son los dos puntos decisivos para poder llevar a cabo esta profesión. También ser docente de primaria y elaborar estas actividades para llevarlas a la práctica me llama mucho la atención, porque la etapa en la que se encuentran los niños es una etapa de crecimiento, en la que deben desarrollar distintas habilidades durante su formación y en la que nosotros, los maestros, junto con la familia, somos los que debemos inculcarles esos valores para una mejor formación a lo largo de su vida. Otra de las cosas que realmente me llenan, y que realizando el trabajo me he dado cuenta, es lo satisfactorio que puede llegar a ser trabajar con niños; muchas veces decimos que es una gran responsabilidad, y no estamos en desacierto, pero también creo que muy enriquecedor; los niños nos ayudan a ver aquella parte de las cosas que ya están trabajadas y enmascaradas por la realidad de los adultos, dejando muchas veces a un lado la inocencia con la que tenemos que ver alguna que otra vez las cosas, al mismo tiempo nos transmiten alegría, nos ayudan a ver la cara pura y sincera de las cosas.

Ahora bien, también a lo largo de la reflexión que he hecho con este trabajo, he sido capaz de visualizar, como dije anteriormente, aún más mi futuro. Mucha gente me dice que la profesión de maestro es muy cansada y que empezaré con muchas ganas pero luego cuando lleve años me quemaré; es algo que no me condiciona para nada mis ganas de seguir adelante, ya que me veo con las suficientes ganas y entusiasmo para empezar. El camino no será fácil, ni mucho menos, habrá momentos en que no haga las cosas de manera correcta, pero pienso que eso pasa en todos los ámbitos de la vida, y si realmente los errores se cometen para aprender, es bueno cometerlos.

Bajo mi punto de vista, la principal finalidad que la educación ha de tener es la de hacer del niño una persona feliz, en la que acudir al colegio no sea una obligación o una tortura, sino una forma de dar y recibir; mientras ellos reciben aquellas pautas para formarse mejor en un futuro, los mismos profesores aprenden de los valores que pueden llegar a transmitir, queremos lograr con esto una educación recíproca, en las que alumnos aprendan de profesores y profesores de alumno. Es verdaderamente satisfactorio conseguir que los niños entren a tu clase con ganas de aprender y salgan con ganas de más; es ese, en mi opinión, el objetivo más importante a lograr.

Es por ello que en el transcurso de mi proyecto planteo actividades en las que el principal fin es que los niños asimilen los conceptos de manera dinámica y divertida, y logremos así que practiquen el deporte para aprender y divertirse, y no asocien su práctica con la obligación y la desgana. Tenemos que lograr que interaccionen entre ellos y tener en cuenta que las actividades deportivas promueven tanto el desarrollo armónico del cuerpo como el de la mente. Los niños necesitan moverse y tienen una capacidad mayor de aprender haciendo, ya que lo que se aprende a través de acciones prácticas y relevantes, lo retienen de mejor forma.

Para finalizar la reflexión de mi trabajo de fin de grado, he de decir que no solo ha sido enriquecedor en cuanto a plantearme mi futuro como maestro, sino en cuanto a adquirir formación a la hora de redactar un trabajo. Para mí el simple hecho de realizar una bibliografía con la forma correcta ha sido algo nuevo en lo que he tenido que formarme para poder realizarlo,

pues nunca en ninguno de mis proyectos en la carrera me lo habían requerido. Y soy consciente de que es imprescindible saber hacer un trabajo de una forma organizada y clara, siguiendo ciertas normas, para poder desarrollar mi profesión.

En cuanto a las expectativas futuras que la realización que este trabajo me ha dejado, debo decir que me ha aclarado la forma en la que quiero impartir mis clases en cuanto pueda ejercer mi profesión. Me gustaría que el aprendizaje se llevara a cabo en una clase activa, participativa pero, sobre todo, de una manera significativa. Intentaría que el protagonismo en la clase lo llevaran casi siempre los alumnos y que el docente sea como una especie de guía que les ayude a entender y resuelva dudas. También pienso que es importantísimo, como he señalado a lo largo de este proyecto, que los niños aprendan divirtiéndose, no solo para que aprendan de una manera amena sino para que así retengan sus aprendizajes, porque de una forma u otra le han marcado. Para aprender divirtiéndose es imprescindible hablar de motivar, de estimular tempranamente a los niños, pero sin que esto se convierta en una obligación. Lo que realmente busco con aprender mediante la diversión es que esta sea la mejor forma de aprender que tenemos. Debemos incentivar a los niños para que su curiosidad acerca de las cosas les lleve a querer aprender y saber más por sí mismos. Buscamos que el niño se interese, no que aprender sea una carga. Uno de los ejemplos que propongo para conseguir esto, es plantear temas que sean centros de interés y que los niños los aprendan de manera práctica; por ejemplo, pueden aprenderse las normas de la seguridad vial, mediante un simulacro de circuitos y una clase práctica de sus normas, estaremos consiguiendo por tanto que el alumno, aprenda, se divierta y sea el protagonista de la práctica educativa en todo momento.

**“La Educación Física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento. El término integral se refiere a todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental (inteligencia), espiritual y social.”**

**Calzada (1996, p. 123)**

## 9. BIBLIOGRAFÍA.

Barbuzano, J. y A. Mateos (1993). *Técnicas o mañas de lucha canaria*. Dirección General de Deportes.

Bautista Salido, I (2010). Fomento de hábitos de la vida saludable: El deporte infantil. Pp.4-16. Revista digital Transversalidad Educativa.

Calzada Arija, A. (1996). Educación Física: 1º y 2º Enseñanza Secundaria Obligatoria pp. 123. Madrid, España: Gymnos Editoria.

Capdevilla Serrate, (1991). Animación Sociocultural I. Guía Didáctica, (1991 y ediciones sucesivas, la última de 2001). Madrid: UNED.

Decreto 126/2007, de 24 mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.

Delors, J. (1994). Los cuatro pilares de la educación. *La Educación encierra un tesoro*. México: El Correo de la UNESCO.

Eurydice (2013). *La Educación Física y el Deporte en la escuela en Europa*. Recuperado de [http://eacea.ec.europa.eu/Education/eurydice/documents/thematic\\_reports/150ES\\_HI.pdf](http://eacea.ec.europa.eu/Education/eurydice/documents/thematic_reports/150ES_HI.pdf).

Hernández Auta. J. M. (1989). *Un ancestral juego canario: la pelotamano*. Cabildo de Lanzarote.

Moreira, M.A. (1994). *Cambio conceptual: crítica a modelos actuales y una propuesta a la luz de la teoría del aprendizaje significativo*. Trabajo presentado en la conferencia internacional “Science and Mathematics Education for the 21st Century: Towards Innovatory Approaches”, Concepción, Chile.

Navarro Adelantado, V. (1996). Juegos tradicionales canarios. *Rev. Lúdica. Fondazione Benetton Studi Ricerche*, 2, pp. 74-120. Recuperado de <http://www.gobiernodecanarias.org/educacion/culturacanaria/juegos/juegos.htm>