



**Facultad de
Ciencias Humanas y de
la Educación - Huesca**
Universidad Zaragoza

68500

TRABAJO DE FIN DE MASTER (TFM)

**Máster Universitario en Profesorado de Educación
Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional
y Enseñanza de Idiomas, Artísticas y Deportivas**

Especialidad de Educación Física
Curso 2013-2014

Departamento de Expresión Musical, Plástica y Corporal.
Área: Didáctica de la Expresión Corporal.

Nombre del alumno/a	BORJA FERNÁNDEZ PALACIO
Nombre del tutor del TFM	EDUARDO GENERELO LANASPA
Título del TFM en modalidad A	EL MÓDULO PRÁCTICUM COMO EJE VERTEBRADOR DEL PROCESO FORMATIVO DEL MÁSTER

JUNIO DE 2014



**Universidad
Zaragoza**

INDICE

1. Introducción. La profesión docente a partir del marco teórico y de la experiencia en el centro educativo (condiciones de trabajo, retos profesionales, formas de organización, etc.).....Páginas 3-22

1.1. El proceso formativo y el desarrollo competencial.....Páginas 3-5

1.2. Justificación del Trabajo fin de Máster como colofón a la formación adquirida.....Páginas 5-6

1.3. Los objetivos del máster, asignaturas cursadas, resumen de actividades y competencias adquiridas en el proceso formativo.....Páginas 6-22

2. Justificación de la selección de proyectos, unidades didácticas, etc..Páginas 23-24

3. Las relaciones existentes entre los proyectos seleccionados.....Páginas 25-36

• Actividad de enseñanza-aprendizaje 1.....Páginas 26-29

• Actividad de enseñanza-aprendizaje 2.....Páginas 29-33

• Actividad de enseñanza-aprendizaje 3.....Páginas 33-36

4. Conclusiones y propuestas de futuro.....Páginas 37-38

5. Bibliografía.....Páginas 39-40

ANEXOS:

• **Anexo 1:** Objetivos de aprendizaje del Máster según la Orden ECI 3858/2007 de 27 de diciembre.....Página 41

• **Anexo 2:** Memoria del Practicum I..... Páginas 42-76

• **Anexo 3:** Memoria del Practicum II.....Páginas 77-160

• **Anexo 4:** Memoria del Practicum III.....Páginas 161- 179

1. Introducción. La profesión docente a partir del marco teórico y de la experiencia en el centro educativo (condiciones de trabajo, retos profesionales, formas de organización, etc.)

1.1. El proceso formativo y el desarrollo competencial.

El Máster Universitario en Profesorado de Educación Física para E.S.O., Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas Deportivas, en la especialidad de Educación Física ha sido cursado en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de Huesca, durante el curso académico 2013-2014.

La carga lectiva del Máster es de 60 créditos, los cuales están repartidos en dos cuatrimestres, abarcando un curso académico completo que comienza Octubre y finaliza en Junio. El conjunto de la formación se estructura en 7 módulos que contienen un total de 9 asignaturas obligatorias, 2 optativas y tres periodos de prácticas (Prácticum I, II y III).

A punto de finalizar este proceso formativo, por el cual se acredita esta titulación de máster, llega el momento de culminar esta formación con la síntesis de todo el trabajo realizado en este periodo formativo. Para ello disponemos de este Trabajo Final de Máster que quedará reflejado en la presente memoria. Dicho documento con su respectiva exposición y defensa ante un tribunal docente determinarán si estamos preparados para desarrollar la práctica docente con éxito y garantía de que vamos a ofrecer a nuestros futuros alumnos las mejores oportunidades para el aprendizaje. Con ello deberá quedar claro por lo tanto que hemos adquirido las competencias propias de un buen docente.

Según Moya, J. (2007) podemos entender por competencia la forma en que una persona utiliza todos sus recursos para resolver tareas en un contexto determinado. Por su parte Moya sostiene que se es competente cuando logramos utilizar adecuadamente todos nuestros recursos en una tarea concreta, que en este caso será la acción docente.

Según la autora Yániz, C. (2008) la formación competencial está relacionada con las prácticas eficaces para resolver problemas y mejorar distintos contextos sociales; con la gestión responsable del conocimiento; y con la eficiencia en el uso de los recursos. Incorporar el concepto de competencia implica intensificar el carácter integral y la responsabilidad social de la formación universitaria.

La formación inicial del profesorado y su desarrollo profesional, contemplados desde el paradigma competencial tiene en cuenta el inicio del proceso, pero indudablemente, se inspira en el crecimiento hacia la excelencia docente como una espiral que abarca toda su vida profesional, dado que este desarrollo competencial se logra como un fenómeno global gracias a la formación inicial, a la vida profesional activa y a la formación permanente para adecuarse a los diferentes contextos y demandas de la necesidades de

educación y de la sociedad (Boix, 2008). Según este autor el profesor precisa el desarrollo de unas competencias básicas ligadas a técnicas (Saber), metodologías (Saber hacer), personales (Saber ser) y participativas (Saber estar).

Conforme a la guía de esta titulación la finalidad del Máster es proporcionar al profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional, Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas la formación pedagógica y didáctica obligatorias en nuestra sociedad para el ejercicio de la profesión docente con arreglo a lo establecido en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, el Real Decreto 1393/2007, el Real Decreto 1834/2008, y en la Orden ECI 3858/2007 de 27 de diciembre.

En este sentido, se articulan las competencias en:

- **Saber:** Además de la formación específica sobre el campo de conocimiento correspondiente a la especialidad, los docentes precisan de conocimientos diversos relacionados con la psicología educativa, con el currículo específico de la especialidad, con el desarrollo de competencias en el alumnado, con la metodología y didáctica de su especialidad, la evaluación, la atención a la diversidad y la organización de centros, entre otros.
- **Saber ser / saber estar:** Gran parte de los retos que se les plantean a los docentes actualmente tienen que ver con el ámbito socio-afectivo y los valores. Si pretendemos un desarrollo integral de los alumnos es necesario formar un profesorado capaz de servir de modelo y con la inteligencia emocional necesaria para plantear y resolver situaciones de forma constructiva.
- **Saber hacer:** A partir de todos los aprendizajes anteriores, no hay que olvidar que estamos defendiendo una cualificación profesional, por lo tanto, la finalidad del proceso formativo tiene que ser que los alumnos del Máster desarrollen las competencias fundamentales para su adecuado ejercicio profesional; que sepan resolver los retos que les planteará el proceso educativo no sólo aplicando los conocimientos adquiridos sino creando nuevas respuestas a las nuevas situaciones.

A continuación exponemos las *competencias específicas fundamentales* de este máster. Esta propuesta de organización corresponde con lo establecido a partir de la Orden ECI/3858/2007, de 27 de diciembre por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de las profesiones de Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas (BOE 29-12-2007). Dichas competencias son las siguientes:

1. Integrarse en la profesión docente, comprendiendo su marco legal e institucional, su situación y retos en la sociedad actual y los contextos sociales y familiares que

rodean y condicionan el desempeño docente, e integrarse y participar en la organización de los centros educativos y contribuir a sus proyectos y actividades.

2. Propiciar una convivencia formativa y estimulante en el aula, contribuir al desarrollo de los estudiantes a todos los niveles y orientarlos académica y profesionalmente, partiendo de sus características psicológicas, sociales y familiares.

3. Impulsar y tutorizar el proceso de aprendizaje de los estudiantes, de forma reflexiva, crítica y fundamentada en los principios y teorías más relevantes sobre el proceso de aprendizaje de los estudiantes y cómo potenciarlo.

4. Planificar, diseñar, organizar y desarrollar el programa y las actividades de aprendizaje y evaluación en las especialidades y materias de su competencia.

5. Evaluar, innovar e investigar sobre los propios procesos de enseñanza en el objetivo de la mejora continua de su desempeño docente y de la tarea educativa del centro.

1.2. Justificación del Trabajo fin de Máster como colofón a la formación adquirida.

El Trabajo Fin de Máster (TFM) es una asignatura obligatoria que se cursa durante el segundo semestre y que tiene una carga docente de 6 créditos. Su carácter es integrador, ya que moviliza todo el conjunto de competencias docentes que el estudiante ha ido adquiriendo a lo largo del proceso formativo desarrollado durante el curso. Este trabajo exige al estudiante el análisis de su proceso de formación, comprendiendo su marco institucional, su situación y retos en la sociedad actual además de los contextos sociales y familiares que rodean y condicionan el desempeño docente. Otro aspecto clave que debe tenerse muy presente en este análisis es la participación en los centros educativos, valorando la implicación en los diferentes proyectos y actividades y analizando con especial detenimiento la experiencia personal en el aula de prácticas.

El objetivo de la asignatura de Trabajo Fin de Máster (TFM) es que los estudiantes ejerciten su capacidad de reflexión y de síntesis sobre su propio proceso formativo en el que se incluyen no sólo la formación teórica, sino también su aplicación práctica mediante la experiencia profesional y vital del practicum en los centros de prácticas. Por lo tanto la asignatura Trabajo Fin de Máster constituye la síntesis de los aprendizajes realizados por el estudiante. La actividad a realizar pretende activar los procesos de reflexión y de autoevaluación del profesional de la actividad docente en los diferentes contextos para los que capacita este Máster.

En este caso, se ha optado por la realización del Trabajo Fin de Máster en su modalidad “A”, en la cual se realiza una síntesis del propio proceso formativo, presentando un

análisis crítico sobre el grado de adquisición de las competencias ligadas a los contenidos y experiencias presentes en dicho proceso.

La base sobre la cual se sustenta la presente memoria es la reflexión sobre las vivencias y conocimientos teóricos que dan forma y contenido al proceso formativo del máster. Autores como Del Villar y Ramos (2005) destacan la importancia de esta capacidad en el ámbito educativo, concibiendo la reflexión como un hábito que debe incluirse en el desarrollo del conocimiento profesional. Por su parte, Tallaferro (2006) destaca la capacidad reflexiva como uno de los pilares de la conducta docente, pues supone el nexo que vincula necesariamente los saberes teóricos con la práctica educativa.

Es por ello que resulta pertinente realizar un análisis del proceso de adquisición de las competencias docentes del que hemos sido partícipes cursando estos estudios de máster. De esta forma se corrobora que el alumno es capaz de reflexionar sobre los contenidos trabajados, mostrándose competente a la hora de demostrar en base a unos argumentos que ha cumplido con los objetivos perseguidos.

1.3. Los objetivos del máster, asignaturas cursadas, resumen de actividades y competencias adquiridas en el proceso formativo.

A continuación en este apartado presentamos una síntesis de los contenidos que componen el plan de estudios del Máster, organizándolos en tres grandes bloques: genérico, específico y Practicum, que a su vez se dividen en una serie de 7 módulos de los que se desprenden las asignaturas cursadas. Para ello se han empleado una serie de tablas en las que se detalla la carga lectiva correspondiente a cada asignatura, así como el semestre en el cual ha sido cursada y las competencias específicas ligadas a las mismas. Todo ello se relaciona con las actividades que se han realizado dentro del proceso formativo correspondiente a cada asignatura con el objetivo de adquirir las diferentes competencias contempladas en cada una de ellas.

Antes de nada debemos destacar que en las tablas que pueden verse en las páginas siguientes las competencias reflejadas en cada asignatura son las que figuran en las guías docentes de las mismas. Previamente se barajó la posibilidad de contemplar las competencias establecidas en la Orden ECI 3858/2007 de 27 de diciembre, sin embargo se desestimó esta opción porque las competencias de las guías docentes son más concretas y específicas que las que figuran en dicha orden, siendo además coherentes y equivalentes con las de esta legislación.

Los que sí hemos querido tener presente en este apartado con respecto a la Orden ECI 3858/2007 de 27 de diciembre son los objetivos de aprendizaje a conseguir durante el Máster, pero que por cuestión de no exceder el límite de extensión de esta memoria se han adjuntado en el apartado de anexos (Ver anexo 1).

MÓDULO GENÉRICO

MÓDULO	1- CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD DOCENTE		
ASIGNATURA	68501 - CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD DOCENTE Profesores: Carmen Bernal Badules, Antonio Eito Mateo	PRIMER CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE			ACTIVIDADES REALIZADAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Analizar y valorar las características históricas de la profesión docente, su situación actual, perspectiva e interrelación con la realidad social de cada época. 2. Describir, relacionar e interpretar la evolución histórica de la familia, sus diferentes tipos y la incidencia del contexto familiar en la educación. 3. Analizar y valorar las relaciones entre la institución escolar, la familia y la comunidad con el fin de poder desarrollar la tarea educativa desde una perspectiva integrada. 4. Comprender y cuestionar el modelo de profesor que demanda la sociedad actual; sus competencias; y su perfil. 5. Aceptar y comprender la necesidad de un compromiso ético basado en la capacidad de crítica y autocrítica y en la capacidad de mostrar actitudes coherentes con las concepciones éticas y deontológicas. 6. Identificar, reconocer y aplicar la normativa del sistema educativo los elementos básicos del modelo organizativo de los centros y su vinculación con el contexto político y administrativo, y modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros de enseñanza. 7. Analizar, valorar y participar en la definición del proyecto educativo y en las actividades generales del centro atendiendo a criterios de mejora de la calidad, atención a la diversidad, prevención de problemas de aprendizaje y convivencia, acogida de alumnado inmigrante, así como promover acciones de educación emocional, en valores y formación ciudadana. 8. Diseñar y realizar actividades formales que contribuyan a la participación en la evaluación, la investigación y la innovación educativas, con el fin de fomentar el trabajo en equipo docente y entre equipos. 9. Buscar cauces que favorezcan la interacción y comunicación entre los miembros de la comunidad escolar. 10. Diseñar e implementar propuestas educativas respetuosas con los principios de equidad, igualdad de derechos y oportunidades; vinculadas a la consecución de los derechos humanos fundamentales, en el marco de una sociedad multicultural, inclusiva y tolerante. 11. Diseñar y realizar actividades formales y no formales que contribuyan a hacer del centro un lugar de participación y cultura en el entorno donde esté ubicado. 			<ul style="list-style-type: none"> - Clases expositivo-participativas de diferentes temas relacionados con el contexto que rodea al sistema educativo. - Análisis y lectura de diferentes documentos y artículos relacionados con la educación, la sociedad actual, la evolución educativa, etc. - Trabajo grupal: Elaboración de un dossier de trabajo en el que se planteaba una reflexión con preguntas a partir de la lectura y trabajo de 4 artículos. - Examen de los contenidos teóricos. - Práctica sobre la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo de Educación (LOE). - Práctica sobre la resolución de un caso de centro. - Trabajo individual: Elaboración de una memoria sobre los documentos institucionales de los centros.

MÓDULO GENÉRICO

MÓDULO	2- INTERACCIÓN Y CONVIVENCIA EN EL AULA		
ASIGNATURA	68502 – INTERACCIÓN Y CONVIVENCIA EN EL AULA Profesores: Esther Claver Turiégano, Rafael Díaz Fernández	PRIMER CUATRIMESTRE	6 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE			ACTIVIDADES REALIZADAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar y comprender las características de los estudiantes, sus contextos sociales y los factores que influyen en la motivación por aprender. 2. Comprender el desarrollo de la personalidad de estos estudiantes y las posibles disfunciones que afectan al aprendizaje. 3. Desarrollar habilidades psicosociales que ayuden a cada persona y a los grupos en sus procesos de aprendizaje. 4. Identificar, reconocer y aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula. 5. Identificar y valorar métodos efectivos de comunicación con los alumnos. Profundizar en los problemas de comunicación y en sus soluciones. Reflexionar sobre las actitudes que favorecen un clima positivo de diálogo. Proporcionar recursos prácticos y estrategias concretas para reeducar pautas inadecuadas. 6. Dominar destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar el aprendizaje y la convivencia en el aula. 7. Desarrollar, aprender y practicar estrategias metodológicas formativas que permitan introducir en las clases la participación del alumnado. 8. Desarrollar y fundamentar estrategias de aprendizaje activo y colaborativo, utilizando el trabajo colaborativo del grupo de estudiantes como medida de ayuda educativa al aprendizaje. Saber crear las condiciones a fin de que se pueda dar esta condición. Proporcionar técnicas de evaluación del trabajo en grupo. 9. Afrontar la atención a la diversidad, teniendo en cuenta los recursos de los que se dispone, los apoyos psicopedagógicos para atender la diversidad en el centro y en el aula, la organización y la gestión del aula, así como las diversas modalidades de agrupación. 10. Desarrollar estrategias favorecedoras de la atención a la equidad, la educación emocional y en valores, la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, la formación ciudadana y el respeto de los derechos humanos que faciliten la vida en sociedad. 11. Desarrollar estrategias que permitan la prevención y resolución de conflictos. 12. Identificar, reconocer y aplicar las bases fundamentales de la tutoría y la orientación, y planificar, implementar y evaluar estrategias adaptadas al alumnado y a las familias, con la finalidad de mejorar el desarrollo y progreso personal y profesional y de facilitar la continuidad de la vida académica y/o la transición a la vida laboral. 13. Desarrollar la capacidad de observación del alumno para que le permita, mediante la utilización de instrumentos y técnicas adecuadas, el análisis sistemático de los distintos grupos en diferentes situaciones y contextos. 			<ul style="list-style-type: none"> - Clases expositivo-participativas de diferentes temas relacionados con la psicología y el desarrollo de la personalidad, tutoría y orientación, interacción y comunicación el aula, familia... - Análisis del núcleo familiar, genogramas, sociogramas, dinámicas de grupo (<i>role playing</i>), etc. - Exposición en clase del tema “Propuestas para favorecer la convivencia entre iguales”. - Exposiciones de los compañeros sobre otros temas relacionados con la asignatura. - Lectura, análisis y elaboración de un dossier sobre casos prácticos reales de la adolescencia. - Elaboración y exposición de un Plan de Acción Tutorial. - Presentación ante la clase de la experiencia del Prácticum I.

MÓDULO GENÉRICO

MÓDULO	2- INTERACCIÓN Y CONVIVENCIA EN EL AULA		
ASIGNATURA	68508 - PREVENCIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS Profesores: Isidro Garrido Jiménez, Elías Vived Conte.	PRIMER CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS (OPTATIVA)
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer e identificar las características del alumnado, sus contextos sociales y culturales y los factores que influyen en la motivación por aprender. 2. Identificar y reconocer los procesos de interacción y comunicación en el aula. Profundizar en los problemas de comunicación y en sus soluciones. 3. Desarrollar destrezas y habilidades psicosociales que ayuden a cada persona y a los grupos en sus procesos de convivencia y aprendizaje. 4. Desarrollar estrategias favorecedoras de la atención a la equidad, la educación emocional y en valores, la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, la formación ciudadana y el respeto de los derechos humanos que faciliten la vida en sociedad. 5. Desarrollar estrategias que permitan la prevención y resolución de conflictos. 6. Conocer las funciones de tutoría. La tutoría como espacio privilegiado en la mediación de conflictos. 7. Desarrollar un Plan de actuación para la promoción y la mejora de la convivencia escolar. 		<ul style="list-style-type: none"> - Clases expositivo-participativas de temas relacionados con conflictos que pueden existir en las aulas. - Debates acerca de textos y artículos preparados en casa por el alumno de forma individual. - Charlas de profesores acerca de la mediación escolar en los centros. - Búsqueda bibliográfica de 3 libros sobre la prevención y resolución de conflictos en las aulas y elaboración una reseña de un capítulo a elegir de uno de esos tres libros. - Lectura y análisis de documentos, artículos y revistas relacionados con la prevención y resolución de conflictos. - Examen de los temas teóricos impartidos. - Proyecto grupal: Preparación y exposición grupal en clase del tema “Documentación de administraciones educativas sobre convivencia”. - Charlas de los compañeros acerca de sus proyectos de grupo. 	

MÓDULO GENÉRICO

MÓDULO	3- EL PROCESO DE APRENDIZAJE		
ASIGNATURA	68503 - PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE Profesor: Sandra Vázquez Toledo	PRIMER CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Concebir la teoría y la práctica de la enseñanza como un proceso dialéctico de indagación y reflexión continuas. 2. Desarrollar de manera crítica los esquemas conceptuales que le permitan relacionar de forma significativa los fenómenos del proceso de enseñanza – aprendizaje. 3. Evaluar sus propias suposiciones y prejuicios y la forma en que éstas pueden afectar a las prácticas de enseñanza. 4. Adquirir destrezas generales de análisis, planificación, ejecución y evaluación de la propia acción de enseñanza. 5. Adquirir competencias mediante el desarrollo de destrezas que les permitan aplicar los conocimientos para resolver de forma significativa y coherente los problemas que se planteen en su ámbito educativo. 6. Afrontar la atención a la diversidad, teniendo en cuenta los recursos de los que se dispone y los apoyos psicopedagógicos para atender la diversidad en el centro y en el aula, la organización y la gestión del aula. 7. Analizar y valorar el impacto del uso de las tecnologías de la información y de la comunicación en los procesos de desarrollo y aprendizaje. 8. Elaborar propuestas basadas en la adquisición de conocimientos, destrezas y aptitudes intelectuales y emocionales. 9. Desarrollar estrategias para aprender y enseñar a pensar y para el desarrollo del pensamiento creativo en el aula. 10. Identificar y planificar la resolución de situaciones educativas que afectan a alumnos con diferentes capacidades y diferentes ritmos de aprendizaje. 11. Conocer los procesos de interacción y comunicación en el aula, abordar y resolver posibles problemas. 12. Conocer y aplicar recursos y estrategias de información, tutoría y orientación académica y profesional. 13. Promover acciones de educación emocional, en valores y formación ciudadana. 14. Diseñar y realizar actividades formales y no formales que contribuyan a la participación en la evaluación, la investigación y la innovación educativas, con el fin de fomentar el trabajo en equipo docente y entre equipos. 		<ul style="list-style-type: none"> - Clases expositivo-participativas de diferentes temas relacionados con la educación: evaluación, metodologías, aprendizaje autónomo, atención a la diversidad, inclusión de las TIC... - Trabajo en grupo de investigación basado en un caso real a partir del cual se elaboraron diferentes propuestas metodológicas, didácticas y organizativas, tanto a nivel de centro como de aula, para dar respuesta a la necesidad motivacional planteada en el caso. - Exposición grupal a partir de del tema trabajado “Evaluación”. - Exposiciones de los compañeros a partir de los temas de trabajo asignados. - Trabajos de grupo poniendo en práctica metodologías innovadoras: rincones, aprendizaje por proyectos, etc. - Realización de “stads” o pequeños exámenes al final de las sesiones. 	

MÓDULO ESPECÍFICO

MÓDULO	4- DISEÑO CURRICULAR EN LA ESPECIALIDAD		
ASIGNATURA	68510 - DISEÑO CURRICULAR DE EDUCACIÓN FÍSICA Profesor: Miguel Chivite Izco	PRIMER CUATRIMESTRE	3 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar, reconocer y aplicar las cuestiones básicas en el diseño de los procesos de enseñanza-aprendizaje. 2. Analizar y evaluar los principios y procedimientos del diseño curricular a partir de sus diferentes modelos y teoría y, en particular, del diseño por competencias. 3. Adecuar el diseño curricular al contexto educativo. 4. Evaluar la calidad de diferentes casos de diseños curriculares en las materias propias de Educación Física en función de modelos y teorías diversas y de su adecuación al contexto educativo. 5. Desarrollar diseños curriculares para las materias y asignaturas de Educación Física desde la perspectiva de la formación en competencias y con adecuación al contexto educativo. 		<ul style="list-style-type: none"> - Análisis realizado en grupo de un bloque de contenidos del currículo de Educación Física de la ESO. - Recabar la información necesaria de cara a la elaboración de la “Programación Anual”: fuentes pedagógicas y fuentes sociológico-contextuales (durante el Prácticum I). - Revisión crítico-constructiva de la coherencia interna de un diseño curricular de Educación Física. Trabajo individual. - Elaboración de una programación anual. Trabajo individual. - Trabajos grupales varios realizados en clase sobre el análisis y contraste de las diferentes partes que conforman un currículum. - Trabajo grupal de clase sobre los dominios de acción y las competencias. 	

MÓDULO ESPECÍFICO

MÓDULO	4- DISEÑO CURRICULAR EN LA ESPECIALIDAD		
ASIGNATURA	68522- CONTENIDOS DISCIPLINARES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN E.S.O. Y BACHILLERATO. Profesor: José Ramón Serra Puyal	SEGUNDO CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<p>1. Analizar y evaluar qué contenidos (información, conceptos, modelos, teorías o procedimientos) propios de la disciplina son más adecuados y relevantes de acuerdo con el contexto y los objetivos, competencias y actividades establecidos en el diseño curricular de la asignatura y el estado de la cuestión propio de la disciplina científica. Esto incluye:</p> <p>1.1. Analizar y evaluar el valor formativo y cultural de la materia, propia de la especialidad de Educación Física en relación al contexto (social, familiar, del ciclo formativo, centro, características de los estudiantes, etc.) en el que se produce su enseñanza y aprendizaje.</p> <p>1.2. Describir y analizar los contenidos comprendidos en los diseños curriculares de las enseñanzas asignadas a la especialidad de Educación Física en las diferentes materias ESO y Bachillerato.</p> <p>1.3. Ser capaz de seleccionar, priorizar y dar una orientación dinámica y adecuada a los contenidos en función de los contextos y situaciones en los que se usan o aplican los diversos contenidos curriculares y de la historia y desarrollos recientes y sus perspectivas en las materias de la especialidad de Educación Física.</p> <p>2. Realizar con autonomía un análisis crítico, revisión y actualización permanente de los conocimientos propios en las materias de la especialidad de Educación Física. Esto incluye:</p> <p>2.1. Manejo de las fuentes y referencias fundamentales para la actualización científica en las materias de Educación Física.</p> <p>2.2. Conocer las cuestiones y perspectivas más relevantes que centran el trabajo de la comunidad científica y que presentan un mayor dinamismo y potencial para la evolución del estado de la cuestión en las materias propias de la materia de Educación Física.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Cuatro lecturas sobre las que posteriormente se plantearon una serie de preguntas y reflexiones personales a contemplar en un dossier. - Elaboración de un cuadro que relacionara las competencias básicas con los criterios de evaluación del curso elegido para la programación en el centro. - Redacción de un documento comentando los programas educativos en los que participa el centro en el que realizamos las prácticas. - Redactar los indicadores de cada criterio de evaluación del curso elegido en la programación del centro y la relación de éstos con los objetivos, contenidos mínimos y CC.BB. - Establecer en un cuadro la relación de las unidades didácticas con los objetivos, CC.BB. y criterios de evaluación del conjunto de la programación anual. - Trabajo individual: Concreción de un criterio de evaluación en la programación de aula y ponerlo en práctica con los compañeros de clase. 	

MÓDULO ESPECÍFICO

MÓDULO	5- DISEÑO Y DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN LA ESPECIALIDAD.		
ASIGNATURA	68544 - FUNDAMENTOS DE DISEÑO INSTRUCCIONAL Y METODOLOGÍAS DE APRENDIZAJE EN LA ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN FÍSICA. Profesor: Luis García González.	PRIMER CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<p>1. Criterios y modelos para el diseño de unidades y actividades.</p> <p>Analizar críticamente y evaluar la relevancia de las diversas teorías, modelos, conceptos y criterios más relevantes relacionados con el diseño instruccional y las diferentes metodologías de aprendizaje, como fundamentos indispensables del criterio y capacidad de juicio necesarios para su competencia en este tema.</p> <p>Evaluar la calidad de diferentes casos de diseños de actividades de aprendizaje y proponer mejoras y alternativas, a partir de los criterios desarrollados en el análisis de los diversos modelos, teoría y principios.</p>		<p>- Sesiones teóricas sobre los contenidos de la materia.</p> <p>- Elaborar un dossier de trabajo en el se trabajaron más de 20 artículos científicos relacionados con la asignatura.</p> <p>- Desarrollar por escrito una sesión de una U.D. con clima tarea empleando las diferentes estrategias propuestas para las seis áreas del TARGET. Para ello era preciso justificar cada propuesta en base a la teoría vista en la asignatura.</p>	
<p>2. Preparación del entorno de aprendizaje.</p> <p>Determinar los criterios y requerimientos para la elaboración de un buen entorno de aprendizaje en situaciones educativas diversas y evaluar casos prácticos a partir de los principios de implicación del estudiantes, accesibilidad y variedad de las modalidades de información, facilitación de la colaboración y tutorización, potenciación de una actividad cognitiva intensa, riqueza de las herramientas y experiencias de aprendizaje y atención a la diversidad cognitiva de los estudiantes. Todo ello mediante la utilización del potencial de las TIC, la imagen y los audiovisuales como apoyo del proceso de aprendizaje.</p>		<p>- Analizar la película-documental de “La educación prohibida” identificando los contenidos teóricos vistos en clase.</p>	
<p>3. Organización y desarrollo de las actividades.</p> <p>Analizar los criterios y procedimientos para organizar, gestionar y desarrollar las actividades atendiendo a la implicación de los estudiantes, tutorización de actividades, potenciación del trabajo colaborativo, calidad y expositiva y la evaluación formativa. Evaluar la adecuación de diferentes casos de organización y gestión de las actividades.</p>		<p>- Pequeños trabajos teórico-prácticos grupales a resolver en clase.</p> <p>- Examen final de contenidos teóricos.</p>	

MÓDULO ESPECÍFICO

MÓDULO	5- DISEÑO Y DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN LA ESPECIALIDAD.		
ASIGNATURA	68557 - DISEÑO, ORGANIZACIÓN Y DESARROLLO DE ACTIVIDADES PARA EL APRENDIZAJE DE ED.FÍSICA Profesor: Miguel Chivite Izco	SEGUNDO CUATRIMESTRE	8 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<p>1. Analizar las dificultades y características específicas que plantea el aprendizaje en Educación Física, así como evaluar y seleccionar estrategias más relevantes para el planteamiento de su aprendizaje.</p> <p>2. Diseñar unidades didácticas y actividades para el aprendizaje de las competencias y conocimientos que se estimen representativos de los problemas de aprendizaje más relevantes en la materia de Educación Física.</p> <p>3. Diseñar y elaborar los recursos necesarios para la configuración de un entorno de aprendizaje para las actividades diseñadas, siguiendo los principios y criterios establecidos previamente (asignatura “Fundamentos de diseño instruccional y metodologías de aprendizaje en el ámbito de la Educación Física”).</p> <p>4. Organizar y orientar el proceso de trabajo de los alumnos; desarrollar las actividades, tutorizar y apoyar el proceso de aprendizaje, especialmente mediante evaluación formativa.</p> <p>5. Desarrollar diseños curriculares para las materias y asignaturas de Educación Física desde la perspectiva de la formación en competencias y con adecuación al contexto educativo.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Elaboración de la programación de una Unidad Didáctica, teniendo en cuenta la “Programación de aula” diseñada en la asignatura “Diseño curricular de Educación Física” y adaptada a las condiciones reales de un grupo de alumnos del Centro de Prácticas. Trabajo individual. - Puesta en práctica de la Unidad Didáctica diseñada durante el Prácticum II. - Confección de un fichero electrónico de actividades de aprendizaje para Educación Física: diseño inicial de la ficha base; incorporación al fichero de un grupo de, al menos, veinte actividades; revisión del modelo de ficha y determinación de la ficha definitiva. Trabajo individual. - Presentación y análisis crítico de una situación acaecida durante la impartición de la Unidad Didáctica llevada a cabo durante el período de prácticas. Presentación: individual; análisis crítico: colectivo. - Diseño de dos Unidades de Enseñanza Aprendizaje referidas a otros tantos dominios de acción que, necesariamente, deberán ser distintos a los de la Unidad Didáctica llevada a cabo en el Prácticum II. Trabajo elaborado en grupo. - Construcción de un programa de evaluación y aplicación, en alguna de las experiencias que se llevan a cabo en las sesiones prácticas de la asignatura, de un procedimiento concreto integrado en dicho programa. Trabajo elaborado en grupo. 	

MÓDULO ESPECÍFICO

MÓDULO	5- DISEÑO Y DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN LA ESPECIALIDAD.		
ASIGNATURA	68600 – HABILIDADES COMUNICATIVAS EN EL PROFESORADO. Profesor: José Antonio Mérida Donoso	SEGUNDO CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS (OPTATIVA)
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar, reconocer y observar críticamente los procesos de interacción y comunicación en el aula. 2. Desarrollar estrategias y habilidades comunicativas y sociales adecuadas para fomentar el aprendizaje y crear interés por la materia de su especialidad. 3. Desarrollar la capacidad de reflexión crítica sobre las propias ideas y creencias acerca de la función docente. 		<ul style="list-style-type: none"> - Clases expositivo-participativas sobre temas relacionados con el discurso docente, la comunicación verbal y gestual, la intervención docente, etc. - Lectura y análisis de diferentes artículos de la materia. - Sesiones de intervención docente simuladas entre los compañeros a partir de determinados casos propuestos. - Análisis y comentario de las grabaciones sobre las intervenciones propias y de los compañeros durante el Prácticum II. - Elaboración de un dossier a partir del trabajo de diferentes artículos relacionados con la materia. 	

MÓDULO ESPECÍFICO

MÓDULO	6- EVALUACIÓN, INNOVACIÓN E INVESTIGACIÓN EN LA ESPECIALIDAD.		
ASIGNATURA	68582 - EVALUACIÓN E INNOVACIÓN DOCENTE E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA EN EDUCACIÓN FÍSICA. Profesores: Roberto Guillén Correas, María Pilar López Mercader	SEGUNDO CUATRIMESTRE	3 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar, conocer y aplicar propuestas docentes innovadoras en el ámbito de la educación física. 2. Analizar críticamente el desempeño de la docencia, de las buenas prácticas y de la orientación utilizando indicadores de calidad. 3. Identificar los problemas relativos a la enseñanza y aprendizaje de las materias de la especialización y plantear alternativas y soluciones. 4. Conocer y aplicar metodologías y técnicas básicas de investigación educativas y ser capaz de diseñar proyectos de investigación e innovación. 		<ul style="list-style-type: none"> - Exposiciones teóricas de los profesores sobre la investigación cualitativa en Educación Física y la formación permanente del profesorado. - Práctica sobre los portales de internet y recursos virtuales disponibles para la formación permanente del profesorado. - Elaboración de un proyecto de innovación de forma individual a partir de las líneas propuestas en clase a lo y ajustado a una convocatoria pública. - Elaboración de un diseño de investigación en Educación Física. - Recensión del libro de referencia de la parte teórica de la materia “Metodología cualitativa en ciencias de la actividad física y deporte”. 	

MÓDULO PRACTICUM

MÓDULO	7- PRACTICUM EN LA ESPECIALIZACIÓN		
ASIGNATURA	68504 - PRACTICUM I. INTEGRACIÓN Y PARTICIPACIÓN EN EL CENTRO Y FUNDAMENTOS DEL TRABAJO EN EL AULA. Tutor: Francisco Royo	PRIMER CUATRIMESTRE	3 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE		ACTIVIDADES REALIZADAS	
<p>1. Integrarse en la profesión docente, comprendiendo su marco legal e institucional, su situación y retos en la sociedad actual y los contextos sociales y familiares que rodean y condicionan el desempeño docente, e integrarse y participar en la organización de los centros educativos y contribuir a sus proyectos y actividades (Competencia específica fundamental)</p> <p>Subcompetencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analizar y valorar la situación de la profesión docente y orientadora, su interrelación con la realidad social y las relaciones entre la institución escolar, la familia y la comunidad en una visión integrada de la acción educativa. - Comprender y cuestionar el modelo de profesor que demanda la sociedad actual en relación con las diferentes etapas y especialidades educativas y comprender la necesidad de un compromiso ético basado en la capacidad de crítica. - Identificar, reconocer y aplicar la normativa del sistema educativo, los elementos básicos del modelo organizativo de los centros, así como los modelos de calidad. - Conocer los sistemas de concreción curriculares aplicables en los centros y aulas de educación secundaria. - Analizar y valorar la importancia de la participación en la definición de los diferentes proyectos y programas institucionales y/o didácticos así como la presencia de criterios de mejora, de atención a la diversidad, de prevención de problemas de aprendizaje y convivencia en la estructura de los centros y de fomento de una sociedad multicultural, inclusiva y tolerante, en la estructura y proyectos de los centros. - Diseñar estrategias de fomento de la participación y la innovación en los centros de secundaria y buscar cauces que favorezcan la interacción centro-familia-comunidad. - Identificar, reconocer y aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, conocer estrategias de resolución de conflictos y su aplicabilidad en el centro y /o aula y desarrollar habilidades psicosociales que ayuden a cada persona y a los grupos en sus procesos de aprendizaje. - Identificar, reconocer y aplicar las bases fundamentales de la tutoría y la orientación, como competencias inherentes a la función docente y comprender el desarrollo de la personalidad de estos estudiantes y las posibles disfunciones que afectan al aprendizaje. - Desarrollar la capacidad de observación del alumno para que le permita, mediante la utilización de instrumentos y técnicas adecuadas, el análisis sistemático de los distintos grupos en diferentes situaciones y contextos. 		<ul style="list-style-type: none"> - Estancia en el I.E.S. Sierra de Guara durante el periodo establecido. - Elaboración de la memoria del Prácticum I. - Observación y análisis de las características de los grupos a impartir la Unidad Didáctica. - Realización de entrevistas y reuniones personales con diferentes miembros de la comunidad educativa del Centro: <i>Director, Jefe de Estudios, Secretario, Orientador, Tutores...</i> - Conocimiento de las <i>normas principales</i> a cumplir por todos los alumnos en las clases de E.F. - Revisión de documentos propios de un centro educativo: <i>PEC, PCC, PGA, RRI, Organigrama, Plan de Acción Tutorial, Orientación académica...</i> 	

MÓDULO PRACTICUM

MÓDULO	7- PRACTICUM EN LA ESPECIALIZACIÓN		
ASIGNATURA	68608 - PRÁCTICUM 2: DISEÑO CURRICULAR Y ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA. Tutor: Eduardo Generelo Lanaspá	SEGUNDO CUATRIMESTRE	4 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE			ACTIVIDADES REALIZADAS
<p>1. Planificar, diseñar y desarrollar el programa y las actividades de aprendizaje y evaluación en las especialidades y materias de su competencia (competencia específica fundamental).</p> <p>2. Relacionadas con el diseño curricular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar, reconocer y aplicar las cuestiones básicas en el diseño de los procesos de enseñanza-aprendizaje. - Analizar los principios y procedimientos del diseño curricular a partir de sus diferentes modelos y teorías y, en particular, del diseño por competencias. - Adecuar el diseño curricular al contexto educativo. - Evaluar la calidad de diferentes diseños curriculares en las materias propias de la especialidad en función de modelos y teorías diversas y de su adecuación al contexto educativo. - Desarrollar diseños curriculares para las materias y asignaturas de su especialidad desde la perspectiva de la formación en competencias y con adecuación al contexto educativo. - Analizar y evaluar qué contenidos son más adecuados y relevantes de acuerdo con los objetivos, competencias, actividades y principios metodológicos establecidos en el diseño curricular de la asignatura, y el estado de la cuestión propio de la disciplina científica. <p>3. Relacionadas con el diseño instruccional:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Valorar el impacto del uso de las tecnologías de la información y de la comunicación como apoyo a las metodologías activas y colaborativas y evaluar los criterios de utilización más adecuados en función de las materias, los objetivos de aprendizaje y los diferentes contextos. - Evaluar la calidad de diferentes tipos y casos de actividades de aprendizaje en función de diferentes criterios. - Diseñar programaciones didácticas y actividades de aprendizaje, con criterios de calidad, variedad metodológica, teniendo en cuenta los niveles previos de aprendizaje y las características de las materias. En el caso de la orientación psicopedagógica y profesional, analizar y evaluar los procesos y recursos para la prevención de problemas de aprendizaje y convivencia, los procesos de evaluación y de orientación académica y profesional. <p>4. Relacionadas con la organización y diseño de actividades de aprendizaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analizar las claves de un buen entorno de aprendizaje para la adquisición de competencias. - Analizar los criterios y procedimientos para organizar y gestionar las actividades atendiendo a la implicación de los estudiantes, tutorización de actividades, potenciación del trabajo colaborativo, calidad expositiva y la evaluación formativa. - Preparar entornos de aprendizaje adecuados en las materias específicas y organizar y gestionar las actividades diseñadas siguiendo los criterios de calidad establecidos. 			<ul style="list-style-type: none"> - Asistencia a la Jornada 2014 de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud. - Evaluaciones de 1º de la ESO. - Charla sobre el fútbol espectáculo con los grupos de 3º de la ESO. - Guardias de aula. - Impartición de clases de inglés en el grupo de pedagogía terapéutica. - Arbitraje del campeonato de fútbol sala de 3º de la ESO. - Salto de altura en el recreo con 1º de la ESO. - Guardias en los recreos. - Puesta en práctica de la U.D. de Atletismo de 12 sesiones con 4 grupos de 1º de la E.S.O. - Comunicado de las notas y realización de encuestas sobre mi intervención docente. - Elaboración de la memoria del Prácticum II y asistencia a tutorías.

MÓDULO PRACTICUM

MÓDULO	7- PRACTICUM EN LA ESPECIALIZACIÓN		
ASIGNATURA	68627 - PRÁCTICUM 3: EVALUACIÓN E INNOVACIÓN DE LA DOCENCIA E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA EN EDUCACIÓN FÍSICA. Tutor: Eduardo Generelo Lanaspá	SEGUNDO CUATRIMESTRE	3 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE			ACTIVIDADES REALIZADAS
<p>1. Impulsar y tutorizar el proceso de aprendizaje de los estudiantes, de forma reflexiva, crítica y fundamentada en los principios y teorías más relevantes sobre el proceso de aprendizaje de los estudiantes y cómo potenciarlo. Comprende:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaborar propuestas basadas en la adquisición de conocimientos, destrezas y aptitudes intelectuales y emocionales. - Desarrollar estrategias para aprender y enseñar a pensar y para el desarrollo del pensamiento creativo en el aula. - Identificar y planificar la resolución de situaciones educativas que afectan a alumnos con diferentes capacidades y diferentes ritmos de aprendizaje. - Teniendo en cuenta la estructura cognitiva de los alumnos, sus contextos sociales y sus motivaciones, diseñar y desarrollar propuestas educativas que les capaciten para el aprendizaje a lo largo de la vida; les ayuden a razonar de manera crítica y a comportarse de forma autónoma, ajustándose a las capacidades personales. - Afrontar la atención a la diversidad cognitiva de los estudiantes y sus diferentes estilos y capacidades de aprendizaje. - Analizar y valorar el impacto del uso de las tecnologías de la información y de la comunicación en los procesos de desarrollo y aprendizaje. <p>2. Evaluar, innovar e investigar sobre los propios procesos de enseñanza en el objetivo de la mejora continua de su desempeño docente y de la tarea educativa del centro. Comprende:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar, reconocer y aplicar propuestas docentes l innovadoras en el ámbito de la materia y área curricular. - Analizar críticamente el desempeño de la docencia, de las buenas prácticas y de la orientación, utilizando indicadores de calidad. - Identificar los problemas relativos a la enseñanza y aprendizaje de la materia y área curricular y plantear alternativas y soluciones. - Reconocer y aplicar metodologías y técnicas básicas de investigación y evaluación educativas y ser capaz. 			<ul style="list-style-type: none"> - Elaboración y puesta en práctica de un proyecto de innovación relacionado con la promoción de la actividad física mediante la vinculación de la U.D. de atletismo con la actividad extraescolar a partir de una situación social de referencia (Encuentro Intercentros). - Preparación del listado de inscripción de los alumnos en las diferentes pruebas para el Intercentros. - Participación activa en la organización y coordinación de la participación del centro en el Encuentro Intercentros. - Elaboración de la memoria del Prácticum II y asistencia a tutorías.

MÓDULO PRACTICUM

MÓDULO	7- PRACTICUM EN LA ESPECIALIZACIÓN		
ASIGNATURA	68500 - TRABAJO FIN DE MÁSTER (TFM). Tutor: Eduardo Generelo Lanaspá	SEGUNDO CUATRIMESTRE	3 CRÉDITOS
COMPETENCIAS QUE DEBEN ADQUIRIRSE			ACTIVIDADES REALIZADAS
<p>Todas las competencias descritas en el conjunto de las materias expuestas en las páginas anteriores, las cuales quedarán resumidas en 3 competencias que se derivan de las 5 competencias específicas del máster y que son las siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Integrarse en la profesión docente, comprendiendo su marco legal e institucional, su situación y retos en la sociedad actual y los contextos sociales y familiares que rodean y condicionan el desempeño docente, e integrarse y participar en la organización de los centros educativos y contribuir a sus proyectos y actividades. 2. Establecer puntos de conexión y relación entre las diferentes planificaciones, diseños, desarrollo de actividades de aprendizaje y de evaluación en las especialidades y materias de su competencia. 3. Evaluar, innovar e investigar sobre los propios procesos de enseñanza en el objetivo de la mejora continua de su desempeño docente y de la tarea educativa del centro. 			<ul style="list-style-type: none"> - Elaboración del Trabajo Fin de Máster en su <i>modalidad A</i>. - Reuniones con el tutor para realizar el seguimiento y modificaciones pertinentes en el trabajo. - Exposición y defensa del TFM ante el tribunal.

A continuación se presenta una tabla en la que se relacionan las cinco competencias específicas fundamentales de este máster (vistas en las páginas 4 y 5 de este documento) con las actividades previamente señaladas, correspondientes a cada una de las asignaturas cursadas durante el Máster. De esta manera se justifica la adquisición de dichas competencias durante el proceso formativo.

ASIGNATURA	ACTIVIDADES	C1	C2	C3	C4	C5
Contexto de la actividad docente	Dossier de artículos de la materia Análisis de los documentos institucionales del centro. Análisis de la LOE	↑↑				
Interacción y convivencia en el aula	Análisis del núcleo familiar Resolución de casos prácticos Elaboración de un PAT	↑↑	↑↑	↑↑		
Prevención y resolución de conflictos	Recensión, charlas, debates... Proyecto grupo sobre convivencia	↑	↑↑			
Procesos de enseñanza-aprendizaje	Trabajo de estudio de caso elaborando propuestas. Exposiciones grupales.			↑	↑↑	
Diseño curricular de E.F.	Análisis bloque de contenidos Revisión de la coherencia interna de un diseño curricular. Elaboración de una P.A.	↑			↑↑	
Contenidos disciplinares de E.F. en E.S.O. y Bachillerato.	Lecturas artículos de la materia Revisión de la programación Concreción criterio de evaluación	↑			↑↑	
Fundamentos de diseño instruccional y metodologías de aprendizaje en E.F.	Elaboración dossier de artículos Desarrollo sesión TARGET Análisis: La educación prohibida			↑	↑↑	
D.O.D.A.	Elaboración y desarrollo de U.D. Diseño de otras dos UU.DD. Fichero de actividades. Programa de evaluación. Presentación y análisis crítico de una situación de prácticas.	↑			↑↑	
Habilidades comunicativas	Análisis de grabaciones de intervención docente. Elaboración de un dossier con el trabajo de artículos.		↑		↑	
Evaluación, innovación docente e investigación educativa en E.F.	Proyecto de innovación Diseño de investigación Recensión					↑↑
Practicum I	Memoria Practicum I	↑↑				
Practicum II	Memoria Practicum II	↑↑	↑↑	↑↑	↑↑	
Practicum III	Memoria Practicum III	↑			↑↑	↑↑

↑↑ Alta contribución de la asignatura para la adquisición de dicha competencia.

↑ Existe cierta contribución por parte de la asignatura para la adquisición de dicha competencia.

Como podemos observar en el cuadro anterior, en cada una de las asignaturas se trabaja para conseguir un mínimo de una competencia, siendo bastante habitual el hecho de que

se trabajen dos competencias por asignatura. Rara vez vemos asignaturas en la que se trabajan tres o más competencias, no obstante en el caso del Prácticum II sí que vemos que se integran hasta cuatro competencias debido a su carácter práctico que contempla el dominio y aplicación de las cuatro primeras competencias para cursar con éxito esta asignatura. Es por ello por lo que se pone en evidencia que en los periodos de prácticas, y en especial el Prácticum II en el que la intervención docente es la protagonista, suponen la mejor forma de adquirir e integrar el conjunto de competencias necesarias para la labor docente.

De las actividades más enriquecedoras del primer cuatrimestre me gustaría destacar tres:

- En primer lugar la elaboración de una sesión aplicando las diferentes estrategias motivacionales que se derivan de la Teoría de la Autodeterminación y de las áreas del TARGET. Considero que esta actividad es muy enriquecedora de cara a nuestra formación y muy útil para el diseño de la U.D. del Prácticum II. Por ello creo que debería ser el punto de partida para darle un enfoque más práctico a la asignatura de Fundamentos de diseño instruccional y metodologías de aprendizaje en E.F.
- En segundo lugar querría mencionar la asignatura de Procesos de enseñanza-aprendizaje, haciendo especial alusión al trabajo grupal sobre un supuesto práctico a partir del cual se debían elaborar diferentes propuestas metodológicas, didácticas y organizativas, tanto a nivel de centro como de aula, para dar respuesta a la necesidad motivacional planteada en el caso. Creo que esta actividad estaba muy vinculada a la realidad de los centros de secundaria y sin duda fue una excelente manera de integrar los contenidos teóricos de la asignatura con su aplicación práctica real.
- En tercer lugar considero que fue muy útil aunque también muy laboriosa la elaboración de la Programación anual, ya que ello hizo que tuviese que movilizar e integrar muchos de los conocimientos fundamentales trabajados en este máster.

Sin duda, las actividades más destacables de este segundo cuatrimestre y del conjunto del máster son las pertenecientes a los Prácticum II y III, ya que ello ha supuesto dar significado y funcionalidad a todos los conocimientos y aprendizajes adquiridos durante los meses anteriores de formación. El enfrentarse a la realidad docente durante estos periodos prácticos ha supuesto tener que dar solución a problemas y situaciones que sin duda han requerido de la aplicación de las 5 competencias contempladas en este máster. Por tanto destaco estas dos asignaturas como las más integradoras del conjunto de la formación recibida en el resto de materias, siendo por tanto las más reseñables.

Por último, y a modo de crítica constructiva, me gustaría destacar el solapamiento y repetición de muchos contenidos a lo largo de diferentes asignaturas del máster. Considero que habría sido más eficiente esclarecer los límites de cada asignatura para no repetirse y así poder alargar durante más tiempo los periodos prácticos de intervención docente que a mi juicio han resultado ser los más enriquecedores de esta formación.

2. Justificación de la selección de proyectos, unidades didácticas, etc.

Una de las cuestiones que han ayudado a definir la propuesta de Trabajo de final de máster que aquí se expone es el hecho de detectar la necesidad de realizar una reflexión global final sobre el conjunto de los periodos de formación práctica específicos de la materia de Educación Física como son los Prácticum I, II y III.

Tal y como se ha comentado anteriormente, dichos periodos son a mi juicio los más enriquecedores dentro de esta formación de máster, ya que nos permiten el descubrimiento real de la profesión docente, generando grandes interrogantes que debemos ir resolviendo con nuevos aprendizajes contruidos a partir de los que hemos ido adquiriendo anteriormente. Durante esta formación práctica se plantean una serie de desafíos profesionales a los que tenemos que dar respuesta de forma profesional y coherente con la formación recibida en este máster. Todo ello nos sumerge en un proceso de reflexión, análisis y cuestionamiento sobre el proceder docente que sin duda ayuda a “aprender a aprender” y mejorar así la intervención docente.

Por todo esto se ha considerado pertinente seleccionar las siguientes **tres actividades** para justificar la adquisición de las siguientes **competencias específicas 1, 4, y 5** de este máster:

- El Practicum I como primera aproximación al contexto y realidad docente.
- La unidad didáctica de atletismo desarrollada en el Practicum II.
- El proyecto de innovación relacionado con la promoción de la actividad física elaborado y desarrollado en el Practicum III.



1. Integrarse en la profesión docente, comprendiendo su marco legal e institucional, su situación y retos en la sociedad actual y los contextos sociales y familiares que rodean y condicionan el desempeño docente, e integrarse y participar en la organización de los centros educativos y contribuir a sus proyectos y actividades.

4. Planificar, diseñar, organizar y desarrollar el programa y las actividades de aprendizaje y evaluación en las especialidades y materias de su competencia.

5. Evaluar, innovar e investigar sobre los propios procesos de enseñanza en el objetivo de la mejora continua de su desempeño docente y de la tarea educativa del centro.

Actividad de enseñanza-aprendizaje 1 → Análisis de documentos en el Practicum I.

- *Descripción:* La actividad principal desarrollada durante el Practicum I consistió en conocer y analizar los documentos que rigen el funcionamiento y organización de un centro educativo. Esta experiencia supuso una primera toma de contacto con el contexto y realidad docente y a su vez sirvió para sentar unas bases de cara a los próximos Practicum II y III. Para ello se dedicaron tres semanas en el centro de prácticas I.E.S. Sierra de Guara de Huesca, asistiendo a reuniones con los diferentes departamentos, evaluaciones, claustros y tratando con la orientadora del centro, la directora, la jefa de estudios y los profesores.
- Ver documentos que acreditan la actividad de enseñanza-aprendizaje (Ver anexo 2)
- Nota de la asignatura implicada: 10
- La competencia específica adquirida es la nº1 (Ver página anterior).

Actividad de enseñanza-aprendizaje 2 → U.D. de Atletismo del Practicum II.

- *Descripción:* Durante el Practicum II se ha desarrollado y puesto en práctica una unidad didáctica de atletismo con los alumnos de 1º de la E.S.O. del I.E.S. Sierra de Guara. Dicha U.D. constaba de 12 sesiones y fue impartida a 4 grupos. En dicha unidad didáctica se detallan aspectos sobre la evaluación de la misma, impresiones sobre las diferentes sesiones y reflexiones.
- Ver documentos que acreditan la actividad de enseñanza-aprendizaje (Ver anexo3)
- Nota de la asignatura implicada: 10
- Las competencias específicas adquiridas son la nº1 y la nº4 (Ver página anterior).

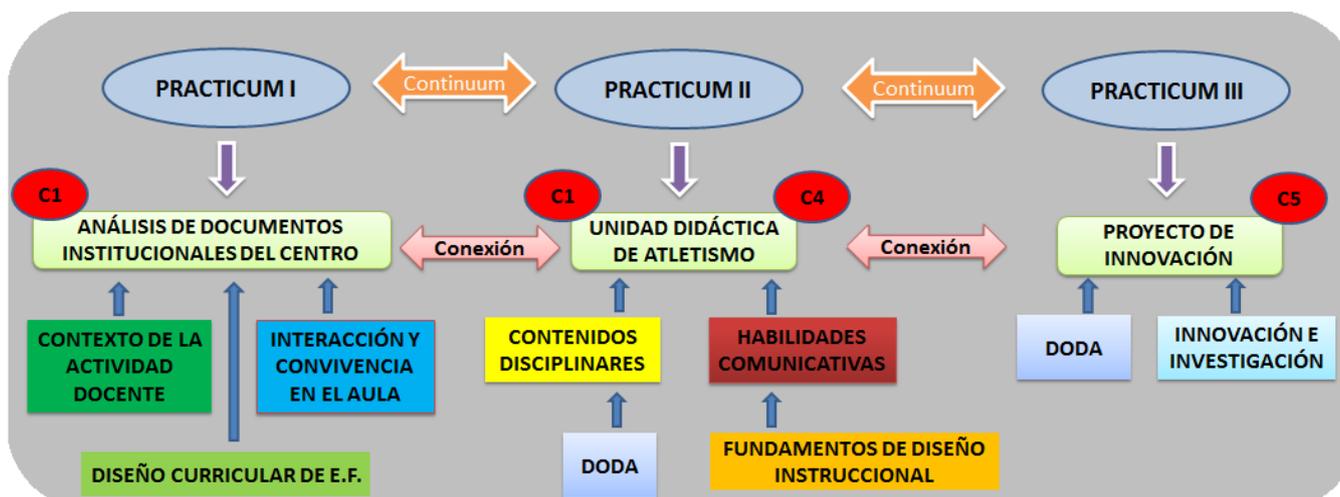
Actividad de enseñanza-aprendizaje 3 → Proyecto de innovación elaborado y desarrollado en el Practicum III.

- **Descripción:** Durante el Practicum III se ha elaborado y puesto en práctica un proyecto de innovación relacionado con la promoción de la actividad física. Este proyecto ha consistido en vincular la U.D. de atletismo con la actividad extraescolar utilizando como nexo de unión una situación social de referencia (Encuentro Intercentros). El proyecto se puso en práctica con los alumnos de 1º de la E.S.O. del I.E.S. Sierra de Guara y constó de 12 sesiones de 90 minutos de duración. La culminación del mismo tuvo lugar en el Encuentro Intercentros el día 11 de Abril.
- Ver documentos que acreditan la actividad de enseñanza-aprendizaje: (Ver anexo4)
- Nota de la asignatura implicada: 9,8
- La competencia específica adquirida es la nº5 (Ver página anterior).

3. Las relaciones existentes entre los proyectos seleccionados.

De todo el conjunto de actividades desarrolladas en las diferentes asignaturas a lo largo de este proceso formativo han sido tres las que han sido seleccionadas como protagonistas en esta memoria debido a su alta contribución para la adquisición de las competencias específicas del máster 1, 4 y 5 y la riqueza formativa que han tenido en este periodo formativo. La adquisición de dichas competencias a través de estas actividades va a ser lo que justifiquemos en este apartado con una serie de evidencias y relaciones a partir de trabajo realizado en las mismas.

A continuación, y a modo de introducción de este apartado, reflejamos en el siguiente esquema resumen de forma simplificada y sintética la relación existente entre los tres Prácticum, las tres actividades seleccionadas y las diferentes materias principalmente involucradas. Este esquema puede servirnos de aproximación para comprender el conjunto de ideas que se van a desarrollar a continuación de forma más extensa en este apartado.



Esquema-resumen 1

Tal y como se refleja en el esquema-resumen 1, dentro de esta formación de máster existen tres bloques de carácter práctico denominados practicum I, practicum II y practicum III respectivamente. Dichos bloques forman un continuum a lo largo de nuestra formación práctica, que aunque se distribuyen en momentos diferenciados a lo largo de este curso académico y tienen objetivos diferentes, están relacionados y entrelazados entre sí por un nexo común que es el entorno y el centro educativo de prácticas, el cual se ha representado como el fondo gris que engloba el total del esquema. Las asignaturas contempladas en el esquema son las que en mayor medida han contribuido a la adquisición de las competencias específicas 1, 4 y 5 durante estos periodos prácticos. El resto de asignaturas del máster no contribuyeron de una forma tan directa a la adquisición de dichas competencias específicas, y es por ello por lo que no se han contemplado en este esquema, aunque evidentemente tuvieron su utilidad y aplicación a lo largo de ambos Prácticum y no por ello quiero quitarles importancia dentro del plan de estudios que oferta esta formación.

Durante el Prácticum I fueron fundamentales las materias de Contexto de la actividad docente, Diseño Curricular en E.F. e Interacción y convivencia en el aula para poder integrarnos en el centro, comprender su estructuración, funcionamiento y planificación académica así como para el análisis y comprensión de los documentos institucionales que rigen el mismo.

Para la elaboración y puesta en práctica de la Unidad Didáctica a desarrollar en el Prácticum II fueron fundamentales las asignaturas de Contenidos disciplinares de Educación Física en E.S.O. y Bachillerato de Educación Física y Diseño, organización y desarrollo de actividades para el aprendizaje de Educación Física (D.O.D.A). Con el fin de definir una metodología coherente con la línea de trabajo de la profesora de educación física del centro fue necesario aplicar los conocimientos adquiridos en la asignatura de Fundamentos de diseño instruccional y metodologías de aprendizaje en la especialidad de Educación Física. Y para intentar mejorar mi intervención docente resultó muy útil la asignatura de Habilidades comunicativas para profesores que me permitió analizar mis puntos débiles y puntos fuertes en la comunicación con el alumno.

Finalmente para poder diseñar y poner en práctica el Proyecto de Innovación del Prácticum III resultaron esenciales las asignaturas de Evaluación e innovación docente e investigación educativa en Educación Física y de D.O.D.A. nuevamente.

Una vez hecha esta primera aproximación procedemos a explicar con detalle en las siguientes páginas cada una de las tres actividades, comentando la relación existente entre ellas, cómo han contribuido a la adquisición de las competencias y la contribución e integración de las diferentes materias dentro de cada una de las mismas.

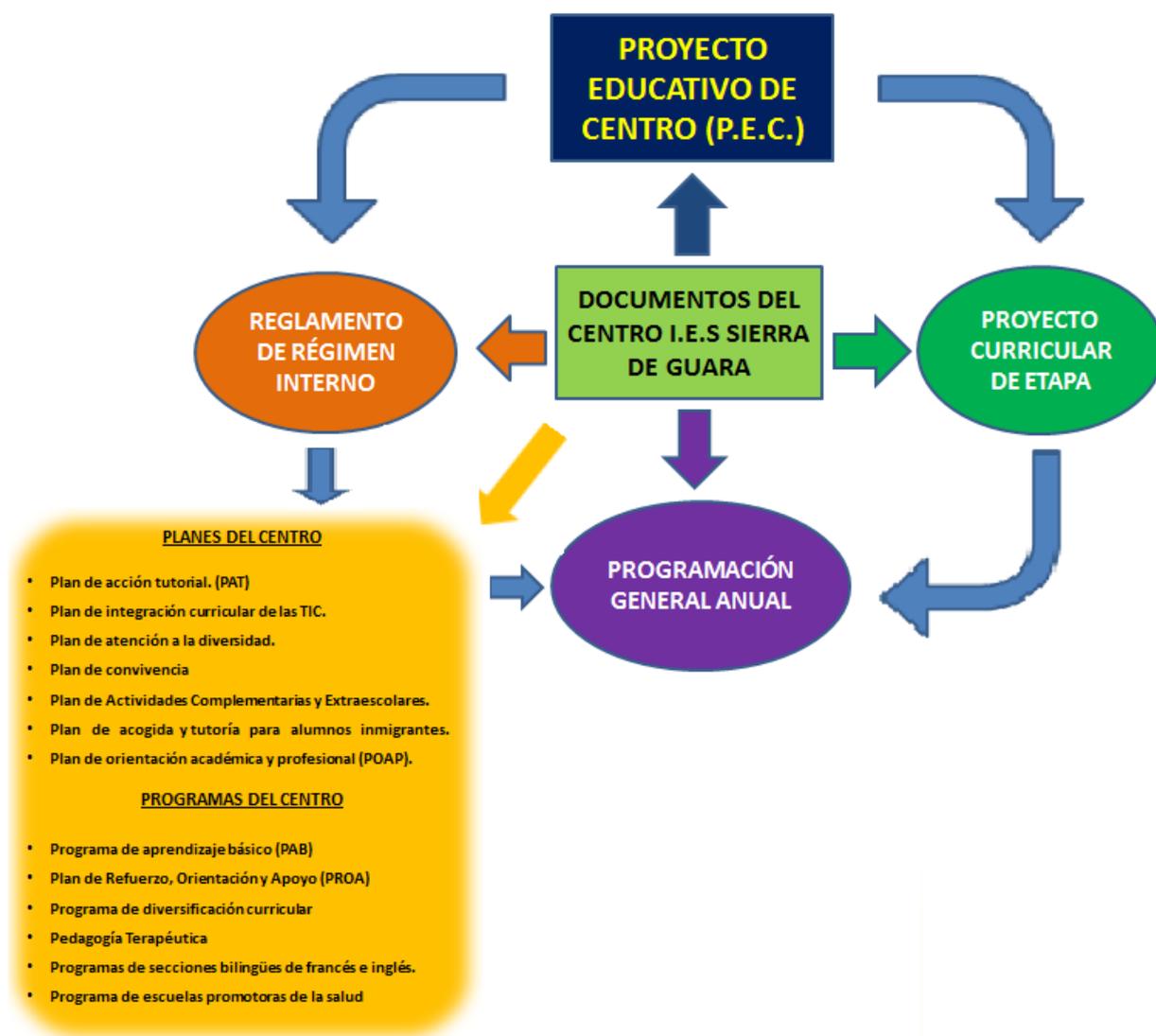
→Actividad de enseñanza-aprendizaje 1: Análisis de los documentos institucionales del centro en el Practicum I.

Esta actividad justifica la adquisición de la competencia 1: Integrarse en la profesión docente, comprendiendo su marco legal e institucional, su situación y retos en la sociedad actual y los contextos sociales y familiares que rodean y condicionan el desempeño docente, e integrarse y participar en la organización de los centros educativos y contribuir a sus proyectos y actividades.

Como acabamos de señalar esta competencia hace referencia a la integración en la profesión docente. Para ello resulta imprescindible el conocimiento de la organización interna del centro y su funcionamiento, así como las funciones de los diferentes departamentos, del responsable de administración, dirección, jefatura de estudios, etc., y toda su coordinación interna, es decir, todos aquellos aspectos que no se ven directamente en las aulas pero que son fundamentales para el correcto funcionamiento del centro y del proceso educativo en su conjunto

La principal dificultad con la que me encontré durante este Practicum I fue el análisis y asimilación de todos los documentos por los que se rige un centro educativo, y especialmente el I.E.S. Sierra de Guara que es un centro muy grande con muchos programas. En apenas tres semanas nos presentaron mucha información importante que era nueva para nosotros y por ello tuvimos que hacer un gran esfuerzo.

A continuación se muestra un esquema-resumen que hace referencia a toda la documentación analizada en el Practicum I. A partir de la revisión de estos textos pudimos profundizar en el conocimiento sobre el funcionamiento del centro educativo, abarcando todos los aspectos organizativos y legales. Asimismo, nos informamos sobre todos los proyectos, planes y actividades que se están llevando a cabo en el mismo.



Esquema-resumen 2: Documentación analizada durante el practicum I.

Una vez hecho el análisis y lectura en profundidad de todos los documentos del centro y de los planes y programas desarrollados en el mismo, cobró mucho más sentido todo el contenido tratado en la asignatura de contexto de la actividad docente, que hasta el momento me parecía un poco abstracto. Después se llevaron a cabo varias tareas más que fueron clave para continuar con el análisis del contexto escolar, el entorno, su funcionamiento, etc. Dichas tareas se explican a continuación de forma resumida aunque se pueden ver con todo detalle en la memoria del Prácticum I disponible en el apartado de anexos:

- Realicé el estudio en profundidad del Plan de convivencia del centro, pues en la asignatura de Interacción y convivencia en el aula se había dado mucha importancia a este tema y consideré interesante conocer bien dicho plan.
- Hice un análisis y valoración de los cauces de participación y relación existentes en el centro entre los diferentes elementos personales: dirección / profesorado / alumnado / familia / comunidad / centros de primaria / otros centros de secundaria. Para ello fue fundamental entrevistarme con la jefatura de estudios y de esta forma obtener la información necesaria que posteriormente pude ir observando en el día a día del funcionamiento del centro durante el resto de días del practicum I. También establecí conversaciones de tipo más informal con algunos profesores en la sala de profesores que me aportaron información complementaria muy útil.
- También hice un análisis y valoración de los elementos estructurales y proyectos existentes en el centro dirigidos a la orientación y acción tutorial de los estudiantes. Para ello tuvimos una entrevista con la orientadora y algunos profesores del programa de pedagogía terapéutica. Además pudimos hablar con dos tutores sobre cómo desarrollaban el Plan de acción tutorial y pudimos asistir a tutorías con grupos de 1º de la E.S.O. y vivenciar una tutoría desde el aula. En esta actividad analizamos por un lado la acción tutorial ejercida por los tutores y por otra parte distinguimos las líneas de actuación llevadas a cabo desde el Departamento de Orientación, que en realidad está en continua conexión con la acción del tutor.
- Además se realizó un análisis y valoración de los procesos y procedimientos que regulan la convivencia en el centro y en las aulas, identificando algunas de las situaciones más habituales: problemas de convivencia, desmotivación, desfases curriculares, dificultades de aprendizaje, etc., describiendo las medidas y actuaciones que se llevan a cabo para su gestión y resolución.
- Otra de las actividades consistió en la identificación de buenas prácticas relacionadas con la educación: gestión de aula, docencia, coordinación, convivencia, competencias básicas, educación en valores, orientación y tutoría, innovación, atención a la diversidad, participación, etc. y de los recursos específicos para cualquiera de los ámbitos educativos estudiados. Todo ello quedó reflejado en la memoria del practicum I.
- Por último destacar que también aproveché este periodo práctico para ponerme en contacto con el departamento de educación física y de esta forma examiné la programación anual de educación física con mi mentora, nos pusimos de acuerdo en la U.D. a desarrollar en el practicum II y además pude asistir a varias de sus

clases para conocer y establecer un primer contacto con los futuros alumnos que iba a tener en el segundo practicum. Esta revisión de la programación de Educación Física tuvo especial trascendencia, ya que durante este proceso formativo se ha hecho mención en multitud de ocasiones a este documento, en especial a los apartados que debe contener y la manera en que deben desarrollarse. Por ello resultó muy enriquecedor el hecho de poder trabajar con una programación real que me permitió contrastar los conocimientos teóricos adquiridos hasta la fecha y me sirvió de referencia para el diseño de mi propio material en la asignatura de Diseño curricular en E.F.

Como balance general decir que estas primeras prácticas fueron muy enriquecedoras para mi formación, ya que antes de ellas, no conocía con precisión todos estos documentos y tenía dudas acerca de la organización interna de los centros. Ahora me siento preparado para entrar en un instituto como docente y saber que programas, planes y guías debo conocer para poder integrarme en la labor docente coordinándome con el resto de mis compañeros. No obstante, y a modo de crítica constructiva, me gustaría destacar que he percibido una excesiva burocratización en la educación. Por desgracia creo que esto roba mucho tiempo a los docentes y es una lástima porque todo ese tiempo podría emplearse en cosas más útiles que retribuyesen en un beneficio para el alumno, como por ejemplo preparar nuevos materiales curriculares o desarrollar nuevos proyectos interdisciplinares.

→Actividad de enseñanza-aprendizaje 2: U.D. de Atletismo del Practicum II.

Esta actividad justifica la adquisición de las competencias específicas 1 y 4:

- 1: Integrarse en la profesión docente, comprendiendo su marco legal e institucional, su situación y retos en la sociedad actual y los contextos sociales y familiares que rodean y condicionan el desempeño docente, e integrarse y participar en la organización de los centros educativos y contribuir a sus proyectos y actividades.

- 4. Planificar, diseñar, organizar y desarrollar el programa y las actividades de aprendizaje y evaluación en las especialidades y materias de su competencia.

Para ser competentes en la planificación y diseño de programas y actividades resulta imprescindible que el docente domine el marco legal que regula estas cuestiones, siendo fundamental manejar y respetar la Orden de 9 de mayo de 2007, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación secundaria obligatoria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón (BOA 1/06/07). La unidad didáctica de atletismo que se ha diseñado y puesto en práctica en el Prácticum II se ha elaborado acorde con los objetivos, contenidos y criterios de evaluación contemplados en dicha ley (currículo aragonés). Es por ello por lo que en este sentido daríamos por concluida la justificación de la adquisición de la competencia nº1 en esta actividad, en lo que al marco legal se

refiere. Para justificar el resto de aspectos de esta competencia recopilamos de forma resumida algunas de las actividades realizadas durante este periodo práctico que suponen una evidencia en cuanto a la integración en la profesión docente y la participación en las actividades y proyectos del centro.

- ***Asistencia a las Jornadas 2014 de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud con la jefa de estudios y el director del centro.***

En dicha jornada se reunieron todos los centros tanto de primaria como de secundaria de Aragón que constan como Escuelas Promotoras de Salud y se expusieron muchos de los proyectos que están llevando a cabo con respecto a esta temática. Esta es una buena forma de ver cómo trabajan en otros centros y de plantearse nuevas líneas de trabajo.

- ***Asistencia a las evaluaciones de 1º de la ESO del segundo trimestre.***

Resultó interesante conocer este tipo de juntas, los aspectos que se tratan en las mismas, los problemas y soluciones que se plantean.

- ***Charla sobre el futbol espectáculo con los grupos de 3º de la ESO.***

Se dio una breve charla diferenciando los tres ámbitos dentro del fútbol como son: futbol escolar, futbol amateur y futbol profesional. De aquí se explicó cómo surge el futbol espectáculo y los valores positivos y negativos que transmite el mismo. Finalmente se planteó un debate con el fin de establecer un criterio propio en los alumnos sobre esta temática.

- ***Guardias de aula.***

Llevé a cabo dos guardias durante este periodo de prácticas, una con 1º de la E.S.O. y otra con el 4º curso.

- ***Clases de inglés al grupo de alumnos que forman parte del programa de pedagogía terapéutica.***

Hubo dos sesiones en las que ayudé al profesor de guardia con las clases de inglés que se impartían al grupo de alumnos de 1º de la ESO que están dentro del programa de pedagogía terapéutica.

- ***Arbitraje en el campeonato de futbol sala de 3º de la ESO en los recreos.***

- ***Guardias de patio en los recreos.***

La mayoría de los recreos salía al patio a observar a los alumnos y a controlar determinados aspectos. Era una buena oportunidad para conocer más de cerca las relaciones que se dan entre los diferentes alumnos y de este modo entender muchas de las cosas que luego suceden en el aula.

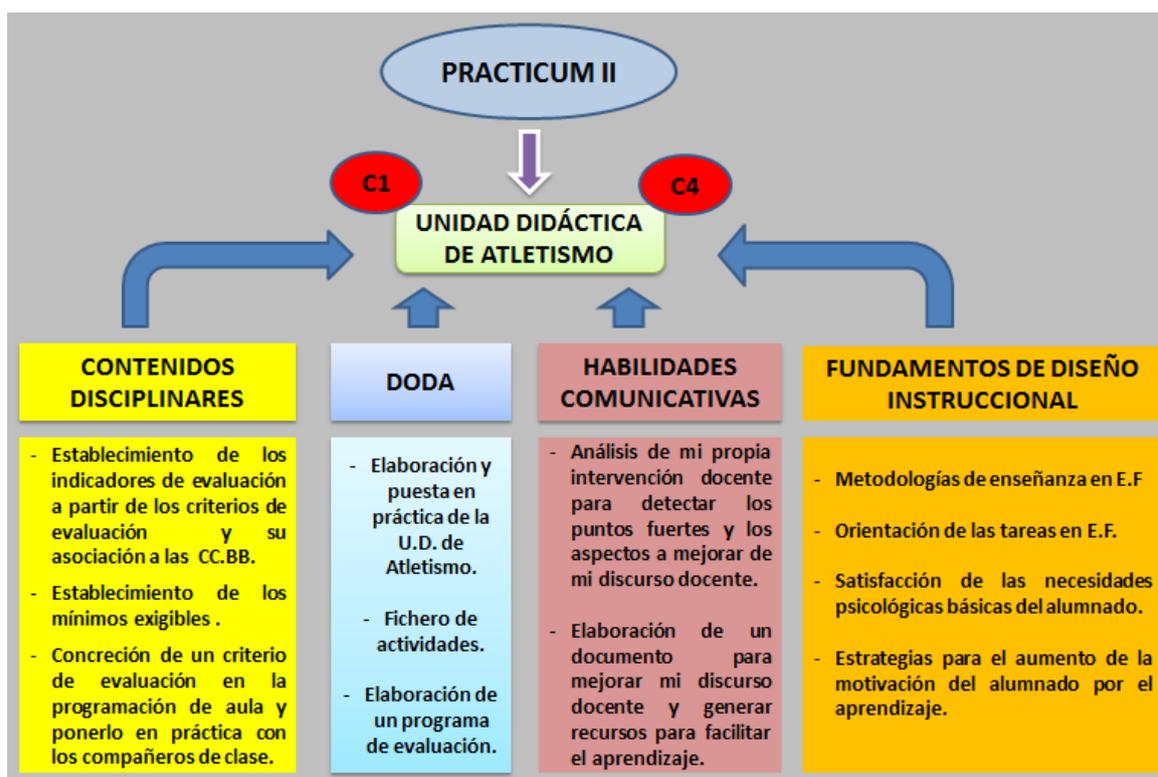
- ***Encuentro Intercentros.***

El día 11 de Abril los alumnos de 1º de la ESO participaron en el encuentro Intercentros. Fue una jornada en la que los diferentes centros de la ciudad de Huesca participaron en una serie de pruebas de atletismo. Nuestros alumnos ya sabían de antemano en qué pruebas iban a participar y muchos de ellos ya habían

entrenado varios días por la tarde en las pistas de atletismo. Fue una experiencia muy positiva tanto para los alumnos como para mi mentora y yo que nos implicamos al máximo en esta actividad tal y como se explicará en la tercera actividad de enseñanza-aprendizaje de este apartado.

La justificación de la competencia 4, se fundamenta en que se trata de planificar, diseñar, organizar y desarrollar actividades de enseñanza - aprendizaje con su posterior evaluación, formando todo ello parte de lo planificado en la Unidad didáctica y en mayor escala dentro de la Programación anual. Esta competencia nº 4 es utilizada desde el momento en el que el conocimiento profesional y el criterio del docente se fusionan para elaborar una propuesta de unidad didáctica de forma sistematizada y siguiendo una coherencia interna entre sus diferentes apartados, teniendo a su vez en cuenta el marco legal, nivel de partida del alumnado, recursos disponibles, etc.

A continuación se muestra un esquema-resumen en el que pueden verse las principales asignaturas que tienen relación directa con el practicum II. Además podemos observar cómo han contribuido dichas asignaturas con las actividades desarrolladas en las mismas a la hora de elaborar y poner en práctica la U.D.



Esquema-resumen 3

Lo que explicaremos ahora con más detalle es cómo se han integrado los conocimientos de esas asignaturas en el proceso de elaboración y puesta en práctica de la U.D., contribuyendo todo ello a la adquisición de la competencia nº4.

Las actividades realizadas en la asignatura de *Contenidos disciplinares de E.F. en E.S.O. y Bachillerato* han facilitado la redacción de los indicadores de evaluación de la U.D. a partir de los criterios de evaluación seleccionados del currículum aragonés. Además el trabajo realizado nos ha permitido relacionar las competencias básicas con cada indicador de evaluación así como el establecimiento de unos mínimos exigibles para cada criterio de evaluación utilizados en dicha U.D.

Las actividades planteadas en la asignatura de *Diseño, organización y desarrollo de actividades para el aprendizaje de E.F. (D.O.D.A.)* han tenido gran utilidad de cara al diseño de las diferentes actividades de enseñanza-aprendizaje de la U.D., conociendo y haciéndonos reflexionar sobre los aspectos a tener en cuenta a la hora de diseñar, organizar y poner en práctica las mismas. La determinación de estos aspectos y categorías vino marcada por la elaboración de una ficha para recoger en un futuro fichero las diferentes actividades de enseñanza-aprendizaje. También se nos planteó la posibilidad y se nos ayudó desde esta asignatura a establecer los principios operacionales y reglas de acción de los contenidos a desarrollar en nuestra U.D. en función del dominio de acción al que perteneciese, siguiendo así las propuestas del autor Larraz, A. (2008). Además ha sido muy enriquecedora la experiencia de elaborar un programa de evaluación, ya que esto ha reforzado todo el proceso de evaluación de la U.D. en términos de analizar la adecuación de los métodos planteados en la evaluación así como la utilidad de los mismos para medir los objetos de evaluación y cumplir así con los objetivos de evaluación. De este modo se ha conseguido realizar una evaluación con una alta coherencia interna entre los diferentes elementos que la han compuesto.

En referencia a la asignatura de *Habilidades comunicativas en el profesorado* han tenido una excelente aplicación en la U.D. las dos actividades principales realizadas en esta asignatura. En primer lugar se realizaron dos grabaciones de sesiones reales de la U.D. impartidas por mí en el instituto. Tras el análisis de dichas grabaciones pude observar algunos de los puntos fuertes y débiles de mi discurso e intervención docente, pudiendo así mejorar aquellos aspectos más deficientes. Además elaboré un documento en el que proponía una serie de estrategias para mejorar el discurso y la intervención docente de los profesores noveles, todas ellas basadas en el resultado de un estudio recogido en el artículo de Velázquez, R., Hernández, J.L., Garoz, I., López, C., López, M.A., Maldonado, A. et al. (2007). Calidad de enseñanza en Educación Física y Deportiva y discurso docente: el caso de la Comunidad de Madrid. Por lo tanto pude aplicar dichas estrategias para subsanar mi inexperiencia docente e intentar mejorar así la calidad de mi enseñanza.

Con respecto a la asignatura de *Fundamentos de diseño instruccional y metodologías de aprendizaje en la especialidad de E.F.* se aplicaron de forma práctica en las sesiones de la U.D. las diferentes estrategias vistas en la asignatura para aumentar la motivación y la autonomía del alumnado, las cuales comentamos brevemente a continuación. Para generar el mayor grado de autonomía posible en los alumnos se elaboraron una serie de fichas de trabajo autónomo en las que se guiaba al alumno en la sesión, siendo él mismo el que mediante su práctica conseguía rellenar dichas fichas de trabajo en las que al final

encontraba una serie de preguntas que guiaban sus ideas hacia los conceptos clave que a posteriori reforzaba el profesor en la reflexión del final de la sesión. Para intentar generar en el aula un clima tarea, se valoraba el grado de implicación del alumno y la mejora o progreso personal. Con todo ello se pretendía que todo el mundo se perciba competente en las tareas, evitando las comparaciones de resultados y la competitividad tan arraigada en este tipo de deportes en los que el éxito se atribuye a la consecución de un resultado en forma de marca, ya sea de tiempo, distancia o altura. Para ser consecuente con este planteamiento no se atribuyó ningún valor ni a tiempos ni a marcas, sino que únicamente los resultados estaban al servicio del proceso de aprendizaje del alumno, comprobando por sí mismo qué variables eran las que le reportan sus mejores resultados y mejora individual.

Para conocer con mayor detalle los diferentes apartados de la U.D. de atletismo y la experiencia de intervención docente vivenciada en la misma recomendamos acudir al apartado de anexos donde está disponible la memoria completa del Practicum II.

→Actividad de enseñanza-aprendizaje 3: Proyecto de innovación elaborado y desarrollado en el Practicum III.

Esta actividad justifica la adquisición de la competencia 5: Evaluar, innovar e investigar sobre los propios procesos de enseñanza en el objetivo de la mejora continua de su desempeño docente y de la tarea educativa del centro. Adquirir la competencia que hemos relacionado con esta actividad, supone ser capaz de diseñar un proyecto en base a la detección de una posibilidad de mejora.

El primer paso a la hora de cumplir con dicha competencia es conocer las **demandas** del proceso educativo y el contexto en el que se desarrolla, adoptando una actitud crítica que nos permita detectar las circunstancias que se revelen como susceptibles de ser mejoradas. En nuestro caso nos centramos en el problema del sedentarismo que afecta a muchos jóvenes españoles pero también en la falta de vinculación existente entre la materia de educación física y la actividad física extraescolar, ya que establecer esta relación supone una herramienta que consideramos fundamental para que los alumnos sepan dar continuidad a los aprendizajes de esta materia fuera del centro y realicen actividad física en su tiempo libre. Estos dos motivos son los que dan sentido a este proyecto, el cual se desarrolló fuera del horario escolar, acudiendo de 16.00 a 17.30 tres días por semana a las pistas de atletismo de la ciudad de Huesca, vinculando la U.D. de atletismo con esta actividad extraescolar voluntaria a través de una situación social de referencia tal y como es el Encuentro Intercentros.

A continuación **justificamos** brevemente nuestro proyecto con las aportaciones de autores que han investigado sobre esta problemática planteada.

- Según el Ministerio de Educación y Ciencia y el Ministerio de Sanidad y Consumo de nuestro país los retos planteados por el creciente problema de la inactividad

física y la obesidad en la infancia pueden ser considerados como algunos de los desafíos más relevantes para la salud pública en el siglo XXI, siendo los centros escolares lugares estratégicos para la promoción de la actividad física. Los estudios de Serra (2006) y Murillo (2012) corroboran este hecho mostrando los bajos niveles de actividad física en los propios alumnos de algunos centros de la provincia y ciudad de Huesca.

- En el contexto escolar son variadas las situaciones que nos pueden servir para acercar a nuestro alumnado un objeto cultural determinado, con el objetivo de que puedan ver la utilidad de su aprendizaje, y generar la necesidad de aprender un contenido con un objetivo concreto. Estas situaciones configuran las prácticas sociales de referencia en un contexto determinado. (Generelo, Zaragoza y Julián, 2005).

Las situaciones de referencia expresan una conexión con la práctica social, respetan y ponen de manifiesto el problema y la esencia fundamental de la actividad, con efectivos reducidos y con unas reglas adecuadas. Es una propuesta que contiene todos los elementos significativos de la actividad que el maestro quiere enseñar a los niños. Es útil para determinar las necesidades de aprendizaje de los alumnos. Por consiguiente las situaciones de referencia son interesantes en cuanto:

- Suponen un medio de conocimiento de las competencias del alumno.
- Una ayuda para establecer las situaciones de aprendizaje.
- Un medio de evaluación coherente.

La situación de referencia es útil para el alumno porque le dará un sentido a su aprendizaje que le enganchará en un proyecto a partir de la comprobación de sus progresos. (Generelo, Zaragoza y Julián, 2005).

El **objeto de estudio** que se persigue en este proyecto es conectar la materia de educación física con la actividad deportiva de carácter extracurricular utilizando como nexo de unión la unidad didáctica de atletismo y la situación social de referencia del Encuentro Intercentros. De esta forma pretendemos que los alumnos vean que lo que aprenden en educación física no termina en el aula con la finalización de unidad didáctica y que lo que aprenden tiene una conexión con la realidad social exterior al centro. Con este proyecto queremos acercar a estos alumnos a las posibilidades de ocio y deporte extraescolar que se ofertan en la ciudad, ya sea a nivel de clubs de atletismo o de carreras populares, para que vean que pueden continuar practicando atletismo fuera del centro en su tiempo libre, ya sea en un club deportivo, a nivel grupal, con su grupo de amigos o en familia, ya que también se les van a dar a conocer los recursos e instalaciones municipales disponibles para la práctica del atletismo en la ciudad de Huesca.

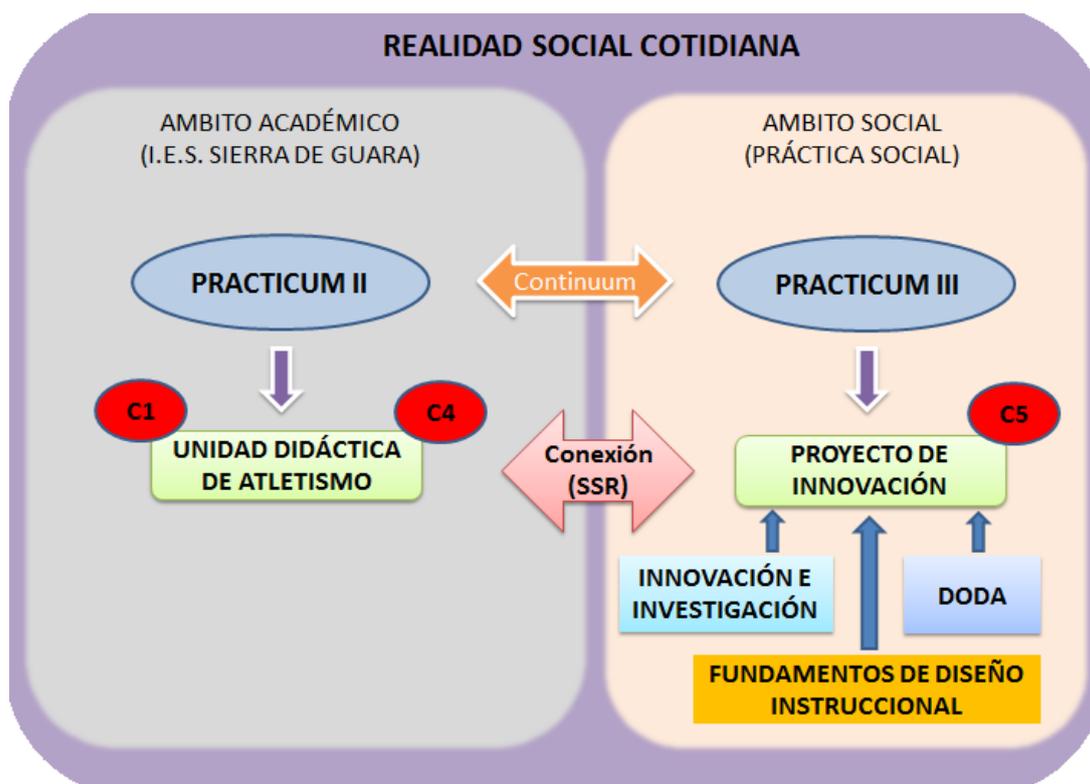
Consideramos que esta es una manera de promocionar la actividad física y que puede ser una buena forma de generar adhesión a la práctica de actividad física en el tiempo de ocio. Nos ha parecido especialmente interesante dar protagonismo al atletismo, ya que

es un deporte con altos valores educativos que al igual que otros muchos deportes se ve eclipsado por la popularidad de deportes colectivos tales como el fútbol que han monopolizado la actividad extraescolar en este país.

En base al objeto de estudio planteado anteriormente exponemos seguidamente los **objetivos** previstos en este proyecto:

- Conectar la materia de educación física con la actividad deportiva de carácter extracurricular.
- Mostrar a los alumnos la continuidad que pueden tener los aprendizajes del aula fuera del entorno escolar conectándolos con la oferta de actividades deportivas extraescolares.
- Dar a conocer a los alumnos los recursos e instalaciones disponibles para la práctica del atletismo en la ciudad de Huesca.
- Generar adhesión a la práctica de actividad física en el tiempo de ocio.

A continuación exponemos un esquema-resumen en el que explicamos la vinculación existente entre la U.D. de atletismo y el Proyecto de Innovación así como las materias de este máster implicadas en la elaboración del mismo.



Esquema-resumen 4.

En la primera sesión de la U.D. de atletismo hicimos una presentación PowerPoint de la unidad en la que dábamos a conocer al alumno las diferentes pruebas que se iban a trabajar, los objetivos que pretendíamos alcanzar y la forma de evaluar. Además aprovechamos esta primera toma de contacto para informar a los alumnos de que la U.D. iba a terminar con su participación en el Encuentro Intercentros en el que se

disputarían diferentes pruebas de atletismo junto con los alumnos de diferentes centros de la ciudad de Huesca. Esta situación social de referencia nos sirvió para mantener la motivación del alumnado a lo largo de toda la U.D. pero también para dar representatividad, significatividad y funcionalidad a los aprendizajes desarrollados en la misma. Dos semanas después de esta primera sesión se comunicó a los alumnos que durante las 4 semanas restantes hasta la fecha del Encuentro Intercentros, existía la posibilidad de acudir voluntariamente de 16.00 a 17.30 tres días por semana a las pistas de atletismo para poder entrenar las pruebas del evento. Mi mentora y yo aprovechándonos de esta situación social de referencia (SSR) nos encargábamos de organizar y realizar en este horario extraescolar diferentes actividades para enganchar a los alumnos a que viniesen a las tardes a practicar atletismo en las instalaciones específicas de la ciudad deportiva. El conjunto de esas 12 sesiones de tarde y las estrategias motivacionales empleadas en las mismas dan cuerpo al proyecto de promoción de actividad física que en este apartado se está presentando. De esta manera se conectó la U.D. de atletismo, ubicada en el ámbito académico de la asignatura de educación física, con la práctica social de actividad física en el tiempo libre, que forma parte del estilo de vida activo y saludable que siguen ciertas personas en el ámbito social y que pretendemos promocionar. Así por tanto se intentó vincular el ámbito académico con el ámbito social, contextualizado todo ello dentro de la realidad social de nuestros días.

Las asignaturas del máster que más aplicación han tenido dentro de este proyecto han sido la asignatura de:

- *Evaluación e innovación docente e investigación educativa en E.F.*: En esta asignatura es donde se han sentado las bases para saber detectar las necesidades educativas y plantear proyectos de innovación e investigación con el fin de intentar dar solución a las mismas. También se nos ha transmitido la capacidad reflexiva y autocrítica con respecto a la propia intervención docente, la necesidad de una formación continua del profesorado adaptándose a las nuevas circunstancias educativas y la necesidad de innovar, todo ello con el fin de mejorar la calidad de la enseñanza.
- *Diseño, organización y desarrollo de actividades para el aprendizaje de E.F. (D.O.D.A.)*: Nuevamente ha sido fundamental la aplicación de esta asignatura para diseñar y poner en práctica las actividades de enseñanza-aprendizaje desarrolladas en este proyecto.
- *Fundamentos de diseño instruccional y metodologías de aprendizaje en la especialidad de E.F.* Nuevamente se aplicaron en las sesiones de este proyecto las diferentes estrategias vistas en la asignatura para aumentar la motivación y la autonomía del alumnado.

Para conocer con mayor detalle los diferentes apartados de este proyecto y el conjunto de la experiencia vivenciada a lo largo del mismo, recomendamos acudir al apartado de anexos donde está disponible la memoria completa del Practicum III.

4. Conclusiones y propuestas de futuro.

En este Trabajo Fin de Máster de la modalidad A se ha pretendido hacer una selección e integración del conjunto de las actividades más relevantes y enriquecedoras que nos ha ofrecido esta formación de máster de cara a nuestro futuro profesional. A lo largo de esta revisión efectuada en los apartados anteriores, se ha pretendido ofrecer una visión global sobre la adquisición de las competencias específicas docentes contempladas en esta formación universitaria.

Todas las asignaturas que hemos cursado en el máster han hecho su aportación de cara a la adquisición de dichas competencias docentes, aportando diferentes perspectivas y conocimientos en función los contenidos trabajados. En el **módulo genérico** pudimos adquirir las competencias relacionadas con el contexto educativo, conocimiento del alumnado, la acción tutorial, los documentos institucionales de los centros, la convivencia, etc. Por otra parte en el **módulo específico**, adquirimos competencias referentes al conocimiento del valor formativo y cultural que tiene la Educación Física, sus contenidos curriculares, procesos de evaluación y la aplicación de nuevas metodologías de enseñanza. El **módulo practicum** ha sido sin duda el que más me ha ayudado a terminar de adquirir y afianzar las competencias del máster, enriqueciendo así mi desarrollo profesional. Los tres periodos de prácticas (Practicum I, II y III) han permitido la adquisición, el desarrollo y la evaluación de las competencias personales y profesionales necesarias, contextualizándolas e integrándolas a partir de tres dimensiones de aprendizaje: observación, actuación y reflexión.

En estos periodos prácticos fue fundamental el poder llevar a la acción los conocimientos adquiridos en los módulos genérico y específico, integrándonos en el funcionamiento diario de un centro de secundaria e interactuando con alumnos y profesores del mismo. Todo ello fue posible gracias a la buena disposición de mi mentora, del equipo directivo del centro y de la gran mayoría de los profesores, ya que me dieron muchas oportunidades para intervenir e implicarme en las actividades del centro lo que sin duda produjo un enriquecimiento formativo muy significativo, puesto que la teoría muchas veces difiere en gran medida de lo que encuentras en la práctica.

Una vez superados los 60 créditos formativos del máster considero que se han adquirido las competencias necesarias para ser capaces de desempeñar la labor docente acorde con las características y garantías del perfil de profesor requerido por el actual sistema educativo. En palabras de (Julián, 2009) estos rasgos son: reflexivo, responsable, con una gran capacidad de análisis, socializador y dinamizador de grupos, mediador y facilitador de los aprendizajes, orientador y motivador en el proceso, con buena formación pedagógica y didáctica, comprensivo, flexible y adaptativo a las distintas necesidades del alumnado, colaborativo, con autonomía profesional y entendido no como un “técnico”, sino como un “intelectual” de y para la enseñanza. La obtención de las competencias del máster no habría sido posible sin la labor del profesorado tanto de la universidad como de los centros de prácticas, que gracias a su experiencia e implicación han sabido impartir y dirigir todo este proceso formativo.

Como aspectos a mejorar destacaría principalmente el solapamiento de contenidos entre asignaturas. En varias ocasiones hemos trabajado los mismos contenidos desde diferentes asignaturas y con distintos profesores, dándole cada uno su enfoque particular. En el caso de las asignaturas impartidas por dos profesores, en la mayoría de ocasiones la coordinación y complementación entre las diferentes partes ha sido bastante pobre. A menudo esto provocaba que la carga de trabajos fuera excesiva y desproporcionada con respecto a los créditos de dichas asignaturas. Además en ciertas ocasiones, los alumnos nos hemos sentido desinformados en aspectos clave tales como la coordinación entre los periodos teóricos y prácticos, especialmente cuando se requería conocer determinados contenidos que eran fundamentales para realizar actividades en los centros y que por la falta de coordinación se daban a la vuelta de prácticas. Creo que una solución a los problemas comentados anteriormente sería definir claramente los límites de las asignaturas para evitar la repetición de los contenidos y de esta forma diese tiempo de explicar todo el temario antes de acudir a los practicum II y III. De esta forma además se ganaría un mes que podría añadirse a las prácticas, sin necesidad de volver de nuevo a las clases teóricas de la universidad tras el practicum II y III. No creo que el prolongar un mes más el periodo de prácticas supusiese un inconveniente para los centros.

También me gustaría destacar la metodología de muchas de las clases que se han impartido en el máster. La mayoría de ellas han sido exposiciones magistrales con la ayuda de un Power Point, lo cual es totalmente contradictorio con las metodologías que se nos han enseñado desde muchas de esas y otras asignaturas del máster. Desde mi punto de vista creo que en este sentido habría que predicar más con el ejemplo realizando las clases de una forma más práctica y más dinámica, incluyendo debates, conversaciones y diálogos pero sobre todo aplicando la teoría en situaciones prácticas simuladas entre los compañeros tal y como se ha hecho en tres asignaturas del segundo cuatrimestre.

Otro detalle que no puedo pasar por alto es la falta de respeto que han demostrado tener muchos de mis compañeros. Me he sentido muy ofendido cuando muchos de mis compañeros han venido a clase sólo para exponer sus trabajos y no han vuelto a aparecer por ella a escucharnos a los demás cuando nos tocaba exponer o presentar los nuestros. Esto ha provocado que las clases y las actividades hayan sido muy pobre y hay que destacar que si se han podido desarrollar con mediana normalidad es gracias a la implicación de unos pocos alumnos que han asistido de forma incondicional a clase a diario, entre los cuales me incluso por supuesto. Creo que desde la directiva del máster debería controlarse más este aspecto pues al fin y al cabo se está apostando por un máster de modelo presencial del que se espera compañerismo, respeto y en definitiva compartir experiencias y conocimientos que beneficien a la formación recibida.

Por último sólo me queda destacar que pese a los aspectos señalados anteriormente que considero susceptibles de ser revisados, el Máster de Profesorado ha supuesto una experiencia positiva tanto para mi formación profesional como personal, no solo por los conocimientos recibidos, sino también por las experiencias vividas.

5. Bibliografía.

Moya Otero, J. (2007). *Competencias básicas en Educación*. Granada: Revista digital "Práctica Docente"

Boix Peinado, J.L. (2008). *Nuevo profesorado de educación secundaria para nuevas realidades. Formación inicial y período umbral*. Universitat de Barcelona. Institut de Ciències de l'Educació.

Yániz, C. (2008). Las competencias en el currículo universitario: implicaciones para diseñar el aprendizaje y para la formación del profesorado. *Red U. Revista de Docencia*

Universitaria, número monográfico 1º. Consultado (4, Junio, 2014) en http://www.redu.m.es/Red_U/m1

Del Villar, F. y Ramos, L. A. (2005), *La enseñanza de la Educación Física*, Vallehermoso, Editorial Síntesis.

Tallaferro, D. (2006), "La formación para la práctica reflexiva en las prácticas profesionales docentes" [Versión electrónica], *Educere*, 10, pp. 269-273.

Orden ECI/3858/2007, de 27 de diciembre por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de las profesiones de Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas (BOE 29-12-2007).

Guías docentes de las asignaturas y guía de la titulación del máster disponibles en el enlace web: <http://magister.unizar.es/estudios/master-profesorado-educacion-fisica>.

Velázquez, R., Hernández, J.L., Garoz, I., López, C., López, M.A., Maldonado, A. et al. (2007). Calidad de enseñanza en Educación Física y Deportiva y discurso docente: el caso de la Comunidad de Madrid. *Revista de Educación*, 344, 447-467.

Larraz, A. (2008). Valores y dominios de acción motriz en la programación de educación física para la educación primaria. Seminario Internacional de Praxiología Motriz. Huesca 2008.

Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación. Ministerio de Sanidad y Consumo y Ministerio de Educación y Ciencia de España.

Serra, J. R. (2006), "Estudio epidemiológico de los niveles de actividad física en los estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria" [versión electrónica], *Apunts. Educación Física y Deportes*, 83, pp. 25-34.

Murillo, B., García Bengoechea, E., Julián clemente, J.A., y Generelo, E. (2014). Empowering adolescents to become physically active: three-year results of the "sigue la huella" intervention. *Preventive Medicine*.

Generelo, E., Julián, J.A., Zaragoza, J. (2009). *Tres vueltas al patio. La Carrera de Larga Duración en la escuela*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Generelo, E., Julián, J.A., Zaragoza, J. (2005). *La Educación Física en las aulas: aprender a partir de un proyecto*. Zaragoza: Gobierno de Aragón Departamento de Educación, Cultura y Deporte.

Julián Clemente, J.A. (2009) *Influencia de la aplicación de un programa formativo de profesores de Educación Física, sobre la motivación en el aula y el nivel de reflexión docente*. Tesis doctoral inédita, Cáceres, Universidad de Extremadura.

ANEXO 1. Los objetivos de aprendizaje del Máster según lo estipulado en la Orden ECI 3858/2007 de 27 de diciembre son:

1. Conocer los contenidos curriculares de las materias relativas a la especialización docente correspondiente, así como el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procesos de enseñanza y aprendizaje respectivos.
2. Planificar, desarrollar y evaluar el proceso de enseñanza y aprendizaje potenciando procesos educativos que faciliten la adquisición de las competencias propias de las respectivas enseñanzas, atendiendo al nivel y formación previa de los estudiantes así como la orientación de los mismos, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
3. Buscar, obtener, procesar y comunicar información (oral, impresa, audiovisual, digital o multimedia), transformarla en conocimiento y aplicarla en los procesos de enseñanza y aprendizaje en las materias propias de la especialización cursada.
4. Concretar el currículo que se vaya a implantar en un centro docente participando en la planificación colectiva del mismo; desarrollar y aplicar metodologías didácticas tanto grupales como personalizadas, adaptadas a la diversidad de los estudiantes.
5. Diseñar y desarrollar espacios de aprendizaje con especial atención a la equidad, la educación emocional y en valores, la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, la formación ciudadana y el respeto de los derechos humanos que faciliten la vida en sociedad, la toma de decisiones y la construcción de un futuro sostenible.
6. Adquirir estrategias para estimular el esfuerzo del estudiante y promover su capacidad para aprender por sí mismo y con otros, y desarrollar habilidades de pensamiento y de decisión que faciliten la autonomía, la confianza e iniciativa personales.
7. Conocer los procesos de interacción y comunicación en el aula, dominar destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar el aprendizaje y la convivencia en el aula, y abordar problemas de disciplina y resolución de conflictos.
8. Diseñar y realizar actividades formales y no formales que contribuyan a hacer del centro un lugar de participación y cultura en el entorno donde esté ubicado; desarrollar las funciones de tutoría y de orientación de los estudiantes de manera colaborativa y coordinada; participar en la evaluación, investigación y la innovación de los procesos de enseñanza y aprendizaje.
9. Conocer la normativa y organización institucional del sistema educativo y modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros de enseñanza.
10. Conocer y analizar las características históricas de la profesión docente, su situación actual, perspectivas e interrelación con la realidad social de cada época.
11. Informar y asesorar a las familias acerca del proceso de enseñanza y aprendizaje y sobre la orientación personal, académica y profesional de sus hijos.

ANEXO 2:

MEMORIA DE PRÁCTICAS DEL PRACTICUM I.

**Máster Universitario en Profesorado de E.S.O., Bachillerato,
F.P. y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas.**



Tutor: Francisco Royo

Mentora: Paz Tierz Gracia

Alumno: Borja Fernández Palacio

Curso: 2013/2014

INDICE

1. Diario de prácticas del Prácticum I y dibujo del aula.....*Págs 44-47*
2. Documentos del Centro I.E.S. Sierra de Guara.
 - 2.1. Documentos oficiales de programación y organización del centro.....*Págs 48-55*
 - 2.2. Estudio en profundidad de un documento: Plan de convivencia I.E.S. Sierra Guara 2013-2014.....*Págs 56-59*
3. Análisis y valoración de los cauces de participación y relación existentes en el centro entre los diferentes elementos personales (dirección / profesorado / alumnado / familia / comunidad / centros de primaria / otros centros de secundaria).....*Págs 60-61*
4. Análisis y valoración de los elementos estructurales y proyectos existentes dirigidos a la orientación y acción tutorial de los estudiantes.*Págs 62-64*
5. Reflexión personal en clave de la propia formación para la docencia.....*Págs 65-67*
6. Análisis y valoración de los procesos y procedimientos que regulan la convivencia en el centro y en las aulas, identificando algunas de las situaciones más habituales (problemas de convivencia, desmotivación, desfases curriculares, dificultades de aprendizaje,...), describiendo las medidas y actuaciones que se llevan a cabo para su gestión y resolución.....*Págs 68-69*
7. Identificación de buenas prácticas relacionadas con la educación (gestión de aula, docencia, coordinación, convivencia, competencias básicas, educación en valores, orientación y tutoría, innovación, atención a la diversidad, participación, etc.) y de recursos específicos para cualquiera de los ámbitos educativos estudiados.....*Págs 70-76*

1. DIARIO DE PRÁCTICAS DEL PRACTICUM I Y DIBUJO DEL AULA.

19/11/2013

El primer día comenzó con la bienvenida al centro a cargo del Director del instituto, que nos proporcionó los materiales necesarios para realizar el estudio de los documentos del centro, un guión de los materiales disponibles y un mapa del centro. A continuación tuvimos una breve reunión con la coordinadora de formación, que nos hizo una visita guiada al centro y nos repartió un plan y los horarios con las entrevistas y actividades planificadas para estas prácticas. Seguidamente conocimos a los tutores. Después del recreo comenzamos a ojear y leer el conjunto de los documentos entregados para hacernos una idea general de todos los documentos que regulan la actividad del centro.

20/11/2013

Temprano a primera hora de la mañana comencé a realizar más en profundidad el análisis de los documentos del centro. A las 10.20 de la mañana inicié la asistencia a clases con alumnos con el tutor. Se trataba de una clase de 1º de la E.S.O. donde comenzaron la Unidad Didáctica de Baseball. Se realizó una actividad de iniciación a este deporte en la que los alumnos trabajaron de forma autónoma. Después del recreo asistí a dos clases de educación física con otro profesor donde se llevaron a cabo dos exámenes prácticos para finalizar la evaluación de la Unidad Didáctica correspondiente a deportes colectivos. A última hora estuve con un tercer profesor de educación física con el que los alumnos realizaron un examen escrito y una prueba de velocidad. En dicha sesión pude dirigir el calentamiento y ayudar al profesor con las labores de evaluación.

21/11/2013

A primera hora de la mañana repasé el Plan de Acción Tutorial del centro. A segunda hora asistí a una clase de 2º de la E.S.O. de educación física en la que se llevó a cabo el examen práctico de la Unidad Didáctica de deportes colectivos. Se realizaron 3 ejercicios diferentes para la evaluación. Al finalizar esta hora de clase tuvimos una reunión con los dos profesores tutores para preparar y planificar los contenidos a desarrollar en el próximo periodo de prácticas. Tras esta reunión continuamos la reunión entre nosotros (los alumnos del máster en prácticas) para organizar la información que nos habían suministrado durante la reunión. Seguidamente continuamos con el trabajo de análisis de los documentos del centro.

22/11/2013

A primera hora de la mañana asistí a una reunión con los tutores para acabar de organizar los contenidos a desarrollar en el próximo periodo de prácticas. Después colaboramos en la preparación de las actividades para llevar a cabo en lo que se conoce como “recreos divertidos”. Se trata de una iniciativa del departamento de educación física en la cual un día a la semana se organizan actividades y juegos deportivos durante la media hora del recreo para que los alumnos tengan la posibilidad de tener un recreo activo, dinámico y divertido. Durante la actividad estuvimos colaborando con esta iniciativa y tras el recreo ayudamos a recoger todo de nuevo. Además asistimos a 3 clases de educación física, una con mi tutora, otra con el otro tutor y la última con el tercer profesor de esta materia. En las primeras dos clases se realizó una sesión de iniciación al baseball con 1º de la E.S.O., lo que al tratarse de profesores y alumnos diferentes se pusieron en práctica dos metodologías diferentes para un mismo contenido; descubrimiento guiado, autonomía y orientación a la tarea en la primera hora

y mando directo con orientación más hacia el ego en la segunda hora. Fue muy interesante poder comparar estas dos metodologías diferentes y debatir entre nosotros qué aspectos positivos y negativos percibimos en cada una y a qué conclusiones llegamos cada uno. En la tercera sesión acompañamos al grupo de tercero de la E.S.O. a un gimnasio donde un monitor les dio una sesión de pasos básicos de las actividades físicas de baile con soporte musical para que a partir de ahí ellos mismo creen coreografías en la clase de educación física.

25/11/2013

A primera hora de la mañana hubo un incidente con unos alumnos de 1º de la E.S.O. que hizo que mi tutora tuviese que estar hasta la hora del recreo solucionando el problema en jefatura de estudios, cargo que actualmente ocupa dentro del centro. Esto hizo que a segunda hora de la mañana yo y otra compañera en prácticas diésemos la clase de educación física. Tuvimos que dar la segunda sesión de la Unidad didáctica de baseball a uno de los cursos de 1º de la E.S.O. Afortunadamente la semana pasada ya se asistimos a la impartición de dicha sesión con otro grupo de 1º de la E.S.O. y esto facilitó considerablemente nuestra labor. La experiencia fue muy positiva, los alumnos se portaron muy bien y trabajaron correctamente tal y como suelen hacerlo con su profesora habitual. A continuación asistimos a una clase de 2º de la E.S.O. con otro profesor de educación física en la que se llevó a cabo el examen práctico de la Unidad Didáctica de deportes colectivos. Ya habíamos asistido a la misma clase pero con un grupo diferente y fue interesante ver cómo aunque se realice un mismo contenido la clase puede salir diferente según el grupo de alumnos que te toque. Después del recreo estuvimos en otra clase de educación física de nuevo de 2º de la E.S.O. en la que tuvimos de nuevo la gran oportunidad de dirigir la sesión establecida por el profesor bajo su supervisión mientras éste aprovechaba para comentar con sus alumnos los resultados de la evaluación de forma individualizada. Más tarde tuvimos dos entrevistas, primeramente con el jefe de departamento de educación física y posteriormente con mi tutora. En estas entrevistas nos explicaron todo lo referente a los documentos de la asignatura: programación anual, currículum, competencias, materiales, etc. y nos aportaron una visión personal sobre diferentes aspectos docentes según su experiencia.

26/11/2013

A primera hora de la mañana asistí a clase de educación física con mi tutora. Se llevó a cabo la tercera sesión de la Unidad didáctica de baseball. Se realizó el juego de pelota canadiense generando autonomía del alumnado en la organización de la clase y empleando el descubrimiento guiado como estilo de enseñanza. Seguidamente de 9:30 hasta las 11:00 tuvimos una entrevista con la Jefa de Estudios, doña Silvia Salazar. Durante la entrevista nos explicó cuáles eran sus labores como Jefa de Estudios y las labores de los 3 jefes de estudios adjuntos correspondientes a la E.S.O., el bachillerato y la formación profesional. Nos explicó el funcionamiento general a grandes rasgos del programa “Secre Fácil” utilizado por jefatura de estudios, secretaría y dirección. Para llevar un registro de cada alumno (notas, asistencia, etc) los profesores utilizan el programa IES Fácil. También nos explicó que los problemas disciplinares abarcaban alrededor del 70% de su tiempo de trabajo en un día normal y los problemas que se derivaban de la crisis: profesorado desencantado y desmotivado. Además manifestó como agravante de la situación la ausencia de límites del alumnado actual y la imposibilidad de poner castigos con ayudas a la comunidad educativa por parte de los alumnos disruptivos debido a que los padres de los mismo se oponían a estas medidas sobreprotegiendo a sus hijos aun cuando se merecían ser castigados. Se comentó por

otra parte cómo se elaboraban los nuevos grupos y los colegios de procedencia de la mayoría de alumnos del centro. Nosotros formulamos varias preguntas acerca de la implicación de los padres en el centro y también sobre los problemas con los que se encontraban los inmigrantes escolarizados. Con respecto al primer aspecto nos comentó que los padres se implicaban en la medida en que sus trabajos y obligaciones se los permitía, siendo en general un balance positivo. En cuanto al alumnado inmigrante se comentó que el idioma en principio no suponía una dificultad puesto que lo aprendían con facilidad, sin embargo la mayor barrera de éste colectivo es el nivel académico tan bajo con el que llegaban al centro.

Después del recreo recorrimos los diferentes pasillos del centro con la jefa de estudios de la E.S.O. controlando que los alumnos entrasen en las aulas si su profesor aún no había llegado a clase. Es en estos momentos entre clase y clase o pequeños traslados de un aula a otra donde más conflictos se generan y por eso es importante tratar de llegar pronto a las clases y controlar los pasillos durante los desplazamientos por el centro. Después tuve de nuevo clase de educación física con la tutora y otro grupo de 1º de la E.S.O. y se volvió a impartir nuevamente la 3ª sesión de la U.D. de baseball. Terminé la mañana realizando trabajo autónomo en la sala de profesores.

27/11/2013

Las primeras horas de la mañana las dediqué a analizar los documentos del centro que se elaboran en el departamento de orientación: Plan de Acción Tutorial, Plan de orientación académica y profesional (POAP), Plan de acogida y tutoría para alumnos inmigrantes y el plan de atención a la diversidad.

A las 12 de la mañana tuvimos la entrevista con el departamento de orientación. En esta entrevista la orientadora nos comentó que en el departamento de orientación trabajaban ella, dos profesores y un tercer profesor encargado de los programas de pedagogía terapéutica. Nos comentó las funciones de cada uno de los miembros del departamento y las diferentes labores de las que se encarga cada uno. La información de esta entrevista ha sido utilizada para responder al apartado número cuatro de la memoria.

Al acabar la entrevista nos reunimos con los tutores encargados de las tutorías a las que asistiremos mañana. Nos explicaron brevemente el trabajo que ellos realizan como tutores y nos dieron unas encuestas de jefatura de estudios que deberán completar acerca de la carrera solidaria que llevó a cabo el centro hace unas semanas.

A última hora asistimos a una clase del programa de pedagogía terapéutica donde estaban realizando unos talleres de manualidades como premio porque se había portado muy bien los días anteriores.

28/11/2013

A primera hora de la mañana asistí a una clase con alumnos que están dentro del programa de aprendizaje básico. En esta clase se repasaron conceptos básicos de ciencias sociales y de matemáticas. A segunda hora asistí a la tutoría del curso 1ºD donde se comentaron las notas de la primera evaluación de forma individual. A continuación tuvimos una entrevista con el secretario del centro que nos explicó sus labores y funciones dentro del centro. Después del recreo acompañamos a la tutora de 1º D a secretaría donde se puso en contacto telefónico con diversas familias para concertar una entrevista en su horario de tutoría para hablar sobre las dificultades de algunos de

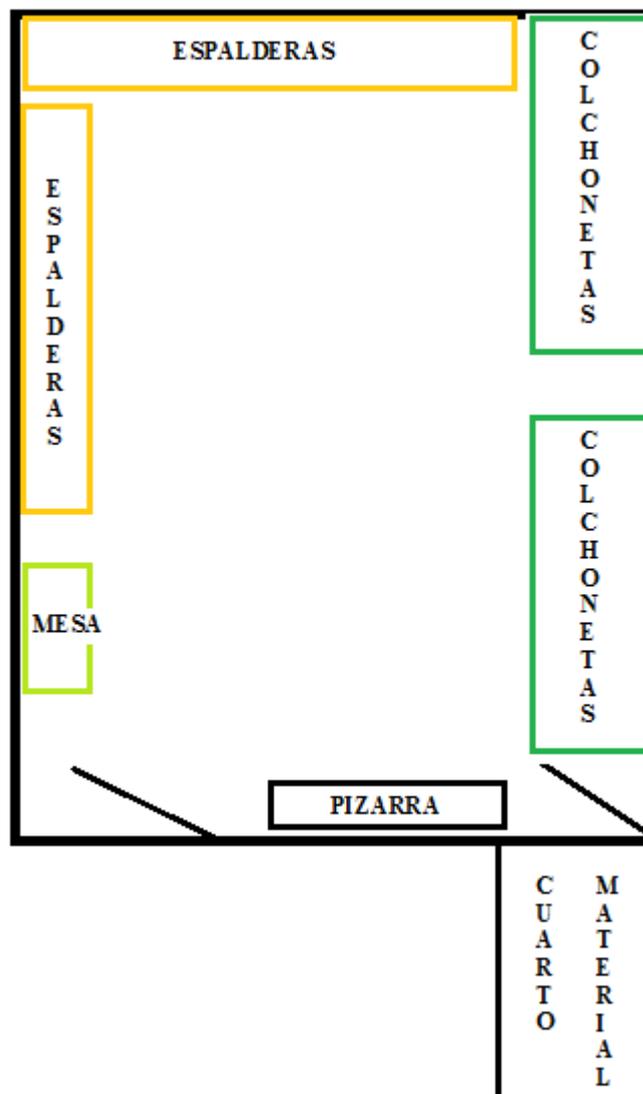
sus alumnos con sus familias y así poder trabajar al unísono para mejorar los resultados académicos de estos chicos. Después continué trabajando de forma individual en la sala de profesores hasta la sexta hora que es cuando tuvimos una segunda entrevista con la orientadora para tratar más en profundidad el tema de las adaptaciones curriculares.

29/11/2013

A primera hora de la mañana acudí a la sala de profesores a trabajar en la memoria. A tercera hora asistí con mi mentora a la cuarta sesión de la unidad didáctica de baseball con el grupo de 1ºE. Después estuvimos concretando con los mentores los últimos detalles de cara al siguiente Prácticum. Les agradecemos todo lo que han hecho por nosotros a lo largo de estos días y nos despedimos de ellos. Después volvimos a trabajar en la memoria hasta las 14.30. que fue cuando ya nos despedimos del centro.

DIBUJO DEL AULA.

El aula representada es el gimnasio de educación física porque es mi aula de referencia.



2. DOCUMENTOS DEL CENTRO I.E.S. SIERRA DE GUARA.

2.1. DOCUMENTOS OFICIALES DE PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL CENTRO.

En este apartado recogemos el índice de los diferentes documentos oficiales de programación y organización del centro. Comenzamos presentando el índice de la Programación General Anual del curso 2013-2014. A partir de éste trataremos los índices de otros de los documentos que encontramos dentro de la Programación General Anual.

Índice de la Programación General Anual del curso 2013-2014.

0. Índice.

1. Objetivos prioritarios.
2. Horario general del centro.
 - 2.1 Horario general.
 - 2.2 Criterios pedagógicos de los horarios.
3. Proyecto educativo.
 - A. Decisiones de carácter general.
 - 3A.1 Características del entorno social y cultural del centro.
 - 3A.2 Valores, objetivos y prioridades de actuación.
 - 3A.3 Organización general del centro.
 - 3A.4 Reglamento de régimen interior.
 - 3A.5 Medios para la colaboración entre los sectores de la comunidad educativa.
 - 3A.6 Coordinación con servicios e instituciones.
 - B. Proyectos curriculares y programaciones.
 - 3B.1 Directrices generales: proyectos curriculares.
 - 3B.2 Plan de orientación y acción tutorial.
 - 3B.3 Plan de atención a la diversidad.
 - 3B.4 Plan de integración curricular de las TIC.
 - 3B.5 Programaciones didácticas.
4. Programa anual de actividades complementarias y extraescolares.
5. Planes de actuación. (Incluye Plan de 30 minutos lectura)
6. Programas institucionales.
7. Programa de seguimiento y evaluación.

A continuación adjuntamos el índice de los documentos más relevantes del centro. Algunos de estos documentos están contenidos dentro del índice de la programación general anual del curso 2013-2014 que hemos expuesto anteriormente, y por tanto ahora los desarrollamos con más detalle de forma individual.

Reglamento de Régimen Interior: se compone de una serie de documentos que establecen las normas de convivencia y funcionamiento en el centro, así como los derechos y deberes de los alumnos y profesores. Los documentos que componen el Reglamento de Régimen Interno son:

1. Normas de Convivencias.
2. Normas de organización y funcionamiento
3. Protocolos
4. Corrección de Conductas
5. Derechos y Deberes de los miembros de la comunidad educativa
6. Convivencia escolar y comunidad educativa
7. Plan de Convivencia

Plan de convivencia

A) Diagnóstico de la situación del centro y su entorno

A.1 Características del centro en cuanto a ubicación, alumnado, equipo docente, espacios, etc...

A.2 Situación actual de la convivencia en el centro, identificación y análisis de los conflictos más frecuentes, sus causas, quiénes están implicados en ellos y de qué forma inciden en el ambiente del centro.

A.3 Respuestas del centro en estas situaciones de acuerdo con el reglamento de régimen interior, implicación del profesorado, alumnado, personal de administración y servicios y familias.

A.4 Relación con las familias y el entorno, forma y grado de apertura de la comunidad educativa al barrio, zona, instituciones.

A.5 Prevención del absentismo escolar y comunicación del mismo a las familias

A.6 Experiencias y trabajos previos realizados en relación, directa o indirecta, con la convivencia en el centro.

A.7 Necesidades de formación y recursos.

B) Objetivos generales de mejora atendiendo al diagnóstico elaborado, descritos de forma que faciliten su evaluación.

C) Actividades que se van a desarrollar para alcanzar cada objetivo, concretando su temporalización, calendario de ejecución, sectores de la comunidad educativa y su entorno que participan en la ejecución y mecanismos de evaluación de cada actividad.

D) Plan de actuación y calendario de reuniones de la comisión de convivencia.

E) Relación con los diferentes sectores institucionales y sociales del entorno que puedan participar en el plan de convivencia.

Proyecto Curricular de la ESO para el curso 2013-2014

A) Las directrices y las decisiones generales siguientes:

1. La adecuación de los objetivos generales de la Educación Secundaria Obligatoria al contexto socioeconómico y cultural del centro y a las características de los alumnos, teniendo en cuenta lo establecido en el Proyecto Educativo del centro
2. Las decisiones de carácter general sobre metodología, recursos didácticos, los criterios para el agrupamiento de los alumnos y para la organización espacial y temporal de las actividades
3. La organización de las materias optativas y, en su caso, los agrupamientos de materias opcionales en cuarto curso y la integración de materias en ámbitos
4. Las orientaciones para incorporar la educación en valores democráticos a través de las distintas materias
5. Las estrategias de animación a la lectura y el desarrollo de la expresión y comprensión oral y escrita en cada una de las materias de la etapa
6. Las propuestas para atender el aprendizaje de lenguas extranjeras
7. Los criterios, procedimientos e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes
8. Los criterios y procedimientos para la promoción y titulación del alumnado
9. Los criterios para diseñar las actividades de orientación y refuerzo encaminadas a la superación de las pruebas extraordinarias
10. Los criterios de atención al alumnado con materias pendientes, que serán concretados por los diferentes departamentos didácticos en sus correspondientes programaciones didácticas
11. Los criterios para evaluar y, en su caso, revisar los procesos de enseñanza y la práctica docente
12. Las directrices generales para la elaboración de las programaciones didácticas
13. Los criterios y estrategias para la coordinación entre etapas

B) El plan de orientación y acción tutorial

C) El plan de atención a la diversidad

D) El plan de integración curricular de las tecnologías de la información y la comunicación

E) Las programaciones didácticas

Proyecto curricular de Bachillerato para el curso 2013-2014

A) Las directrices y las decisiones generales siguientes:

1. La adecuación de los objetivos generales del Bachillerato al contexto socioeconómico y cultural del centro, teniendo en cuenta lo establecido en el Proyecto educativo del centro
2. Las decisiones de carácter general sobre metodología, recursos didácticos, los criterios para el agrupamiento de los alumnos y para la organización espacial y temporal de las actividades
3. Orientaciones para incorporar la educación en valores democráticos a través de las distintas materias
4. Las estrategias de animación a la lectura y el desarrollo de la expresión y comprensión oral y escrita en cada una de las materias de la etapa
5. Las propuestas para atender el aprendizaje de lenguas extranjeras
6. La organización de los posibles bloques de materias propuestos para cada una de las modalidades
7. La determinación de las materias optativas que ofrece el centro
8. Los criterios, procedimientos e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes.
9. Los criterios de atención al alumnado con materias pendientes, que serán concretados por los diferentes departamentos didácticos
10. Los criterios y procedimientos para la promoción y titulación del alumnado.
11. Los criterios para la elección de materias de segundo curso por parte del alumnado que no hay superado tres o cuatro materias de primero
12. Los criterios para evaluar y, en su caso, revisar los procesos de enseñanza y la práctica docente de los profesores
13. Las directrices generales para la elaboración de las programaciones didácticas

B) El plan de orientación y acción tutorial

C) El plan de atención a la diversidad (Art 18.2 Orden 1-7-08)

D) El plan de integración curricular de las tecnologías de la información y el conocimiento

E) Las programaciones didácticas de los departamentos

Plan de acción tutorial.

1. Introducción
 - 1.1. Funciones del tutor/a
 - 1.2. Cotutorías
 - 1.3. Disposición horaria
 - 1.4. Trabajos administrativos
 - 1.5. Funciones del Departamento de Orientación
 - 1.6. La Organización y planificación general
- 2.- Bloques generales de contenido para todos los niveles:
 - 2.1 Identidad e integración grupal.
 - 2.2 Conocimiento de uno mismo.
 - 2.3 Desarrollo social.
 - 2.4 Técnicas de estudio.
 - 2.5 Educación en valores
 - 2.6 Salud.
- 3.- Técnicas generales para desarrollar las actividades
- 4.- Materiales y Unidades didácticas
- 5.- Sesiones de evaluación
6. -Calendario de las sesiones
- 7.- Actividades complementarias y extraescolares
- 8.- Seguimiento del Plan de Acción Tutorial
- 9.- Evaluación del Plan de Acción Tutorial
- 10.- Programación anual del Plan general de acción tutorial 2013-2014

Plan de atención a la diversidad.

1. Clarificación de lo que se entiende en el centro por diversidad, atención a la diversidad y otros conceptos relacionados. Justificación del Plan de Atención a la Diversidad.
2. Análisis de la situación socio-cultural de la zona
3. Objetivos generales del Plan de Atención a la Diversidad
4. Determinación del alumnado objeto de atención específica
5. Modelos organizativos

Plan de integración curricular de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Este plan tiene como objetivos la extensión y la profundización del uso de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación, tanto en el desarrollo de las actividades lectivas como en la organización y funcionamiento del centro. Donde podemos citar “Introducción de las comunicaciones internas a través del correo electrónico del dominio del centro” o “Proponer la formación del profesorado para la utilización de los miniordenadores portátiles de la ESO”.

Programación didáctica del departamento de Educación física

1. Composición del Departamento
2. Normativa base para la elaboración del documento
3. Consideraciones previas
4. Red de escuelas promotoras de la salud
5. Etapa de Educación Secundaria Obligatoria
 - a) Los objetivos de educación física.
 - b) Contribución de la educación física a la adquisición de las competencias básicas.
 - c) Organización y secuenciación de los contenidos por cursos.
 - d) Relación entre el trabajo de los diferentes contenidos y el desarrollo de las competencias.
 - e) Educación en valores democráticos como contenido del área de educación física.
 - f) Cuadro explicativo que recoge criterios de evaluación, indicadores, instrumentos de evaluación y calificación y contenidos mínimos.
 - g) Principios metodológicos.
 - h) Materiales y recursos didácticos.
 - i) Medidas de atención a la diversidad y adaptación curricular.
 - j) Estrategias de animación a la lectura y el desarrollo de la expresión y comprensión oral y escrita.
 - k) Medidas necesarias para la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
 - l) Actividades de orientación y apoyo encaminadas a la superación de las pruebas extraordinarias.
 - m) Actividades complementarias y extraescolares.
 - n) Actividades de recuperación para el alumnado con educación física pendiente.
6. Primero de Bachillerato
 - a) Los objetivos de educación física.
 - b) Organización y secuenciación de los contenidos.
 - c) Criterios de evaluación.
 - d) Educación en valores democráticos como contenido del área de educación física.

- e) Medidas de atención a la diversidad y adaptaciones curriculares.
- f) Medidas necesarias para la utilización de las tecnologías de la sociedad de la información.
- g) Estrategias de animación a la lectura y el desarrollo de la expresión y comprensión oral y escrita.
- h) Principios metodológicos.
- i) Procedimientos e instrumentos de evaluación.
- j) Contenidos y criterios de evaluación mínimos exigibles para superar el área.
- k) Actividades de recuperación para el alumnado con educación física pendiente.
- l) Actividades complementarias y extraescolares.
- m) Materiales y recursos didácticos.

7. Programa de Cualificación Profesional Inicial

- a) Cuestiones a tener en cuenta.
- b) Introducción.
- c) Contribución del módulo de desarrollo personal y social al desarrollo y adquisición de las competencias básicas
- d) Organización y secuenciación de los contenidos, objetivos, criterios de evaluación y actividades de enseñanza-aprendizaje
- e) Principios metodológicos
- f) Criterios de calificación y mínimos exigibles
- g) Procedimientos e instrumentos de evaluación
- h) Materiales y recursos didácticos
- j) Seguimiento y valoración para potenciar resultados positivos y subsanar deficiencias observadas
- h) Plan de contingencia para alumnado con imposibilidad de asistencia justificada durante un período prolongado de tiempo

- 8. Tabla resumen de cada curso con sus correspondientes criterios de evaluación, indicadores, bloques de contenidos y unidades, instrumentos de evaluación y mínimos exigibles.

Plan de Actividades Complementarias y Extraescolares.

En este documento se recogen todas las actividades que los alumnos realizan fuera del centro, según el tipo, la fecha, el grupo a quien se dirige y los responsables de la misma, así como el departamento. Por otro lado las actividades se agrupan en extraescolares, complementarias, viaje estudios, intercambio escolar, actividad deportiva, ...

Plan de Actuación.

Este plan enumera los distintos planes que se llevan a cabo el centro como el plan de convivencia o el de desdobles, y se centra en desarrollar el plan de Lectura 30 minutos diarios, en el cual nos muestra como cada asignatura promueve esta iniciativa en función de diferentes actividades.

Plan de acogida y tutoría para alumnos inmigrantes.

El plan de acogida para alumnos inmigrantes tiene como objetivos facilitar la acogida e integración social y educativa del alumnado inmigrante, impulsando el aprendizaje del español como segunda lengua. A continuación adjuntamos su índice.

1. Introducción.
2. Destinatarios.
3. Objetivos.
4. Principios de actuación.
5. Actuaciones.
 - 5.1. Protocolo de escolarización.
 - 5.2. A lo largo del proceso.

Plan de orientación académica y profesional (POAP).

Este plan contribuirá a facilitar en cada alumno o alumna la toma de decisiones respecto a su itinerario académico y profesional. Veamos su índice a continuación:

- 1.- Actuaciones generales
 - 1.1. En Primero Ciclo de la ESO:
 - 1.2. En el Segundo Ciclo de la ESO: Estudiar en tutoría los distintos campos profesionales y académicos.
 - 1.3. Bachilleres y F.P.
- 2.- Actividades a lo largo del curso:
 - Primer trimestre
 - Segundo trimestre
 - Tercer trimestre
- 3.- Evaluación del plan de orientación profesional.
- 4.- Recursos materiales
- 5.- Actividades interdisciplinarias

2.2. ESTUDIO EN PROFUNDIDAD DE UN DOCUMENTO: PLAN DE CONVIVENCIA SIERRA GUARA 2013-2014

El Plan de Convivencia que presenta el IES Sierra de Guara para el año 2013-2014 se encuentra recogido en el Proyecto Educativo de Centro, dentro del documento de Régimen Interno. Para el análisis de este documento hemos decidido seguir el índice y orden que guarda el mismo, desarrollando y comentando los aspectos más importantes.

A) Diagnóstico de la situación del centro y su entorno.

A.1 Características del centro en cuanto a ubicación, alumnado, equipo docente, espacios, etc.

El Instituto de Educación Secundaria Sierra de Guara está situado en una zona residencial, que dispone de espacios de ocio y actividad comercial.

El centro, que consta de 4 edificios, alberga a 1185 alumnos y 104 profesores. En él se imparten diversas formaciones: Educación secundaria obligatoria, bachillerato, ciclos formativos de grado medio, ciclos formativos de grado superior y programas de cualificación profesional inicial.

A.2 Situación actual de la convivencia en el centro. Identificación y análisis de los conflictos más frecuentes, sus causas, quiénes están implicados en ellos y de qué forma inciden en el ambiente del centro.

En la Educación secundaria obligatoria los conflictos más frecuentes se manifiestan en las clases por parte de alumnos que interrumpen el normal desarrollo de las mismas, siendo las causas variadas. La mayoría suceden en 1º o 2º de la ESO, y ocasionalmente se producen agresiones físicas o desperfectos. Los supuestos de acoso escolar oscilan en torno a dos o tres a lo largo del año. En el Bachillerato no se producen conflictos reseñables. En la Formación Profesional los conflictos se relacionan con situaciones puntuales de alumnos cuya adaptación al medio académico y de respeto a las normas del centro es deficiente.

A.3 Respuestas del centro en estas situaciones de acuerdo con el Reglamento de Régimen Interior. Implicación del profesorado, alumnado, personal de administración y servicios y familias.

La primera respuesta se inicia en el propio profesor, corrigiendo el comportamiento del alumno. En caso de negatividad, se amonesta por escrito (parte de disciplina) y se transmite al tutor, que trata la situación. Normalmente ya se implica a los jefes de estudios, si la situación se repite. La reiteración implicará al director del centro que valora la situación. Una agresión física se castiga con dos días de suspensión de asistencia al centro, a no ser que la gravedad suponga la apertura de un expediente disciplinario. Cualquier desperfecto en las instalaciones o materiales supone la reparación o pago de los mismos.

En un presunto caso de acoso, se pone en marcha el siguiente protocolo:

1. Entrevista con el presunto acosado (y sus padres si fuese necesario) para valorar la situación.

2. Entrevista colectiva con los presuntos acosadores. Se quiere que reflexionen sobre el daño. La finalidad es lograr un compromiso para eliminar todas las acciones que puedan considerarse acoso.

3. Pasado un periodo de tiempo, se valora de nuevo la situación. Si persiste, se llevan a cabo reuniones individuales con los acosadores y sus padres, donde se les informa de los hechos y se busca una línea de actuación para rectificar esa conducta.

4. Si continúa la conducta acosadora, se aplicará el Reglamento de Régimen interno, de acuerdo con la gravedad de los hechos.

5. Si todo esto no surte efecto, la Dirección del centro, valorará otro tipo de medidas, incluida a la Fiscalía de menores.

6. La representación del centro en este protocolo recaerá en el director, jefatura de estudios, tutor, y departamento de orientación, según las circunstancias.

A.4 Relación con las familias y el entorno. Forma y grado de apertura de la comunidad educativa al barrio, zona, instituciones...

La relación con las familias se lleva a cabo a través de reuniones colectivas por nivel y grupo, en las reuniones de tutoría con las familias, entrevistas con el profesorado y el equipo directivo. También las familias se implican en actividades como la Carrera de San Jorge,...

La comunicación a través del IES Fácil permite tener información a los padres sobre sus hijos.

La relación con el entorno abarca un conjunto de organización amplio:

- Actuaciones socioeducativas conjuntas: coordinación con el servicio de Protección de menores, fundación municipal servicios sociales,...
- Actividades Formativas; Cruz Roja, Patronato Municipal de Deportes, ...

A.5 Prevención del absentismo escolar y comunicación del mismo a las familias.

La asistencia a clase se controla diariamente por el profesorado, a través de un programa que descarga los datos en el IES Fácil. Uno de los objetivos del PAT es fomentar la asistencia a clase y evitar el abandono escolar. Las acciones serán coordinadas con los tutores y Departamento de Orientación. Para ello se establecerán reuniones periódicas con los tutores y con jefatura de Estudios. La actuación se encamina a:

1. Detección y erradicación del absentismo escolar.

a. Seguimiento y control a través de contacto con familias, colaboración con Jefatura de Estudios.

b. Seguimiento escolar.

c. Entrevistas y contactos periódicos con los alumnos.

d. Entrevistas padres y familiares, envío de cartas informativas, llamadas telefónicas a los padres, ...

2. Participación en la Comisión de absentismo en el Instituto. Derivando casos a través de la notificación cuando las anteriores medidas no hayan sido satisfactorias. Preparación de toda la documentación necesaria para el seguimiento individual de cada uno de los casos en los que interviene dicha Comisión.

A.6 Experiencias y trabajos previos realizados en relación, directa o indirecta, con la convivencia en el centro. A continuación se enumeran algunas de las experiencias y actividades encaminadas a propiciar la convivencia en el centro:

- Carta de acogida al alumnado de 1º de ESO elaborada por alumnos de Bachillerato.
- Distribución de un ejemplar del Proyecto Educativo y folletos informativos a todo el alumnado de nuevo ingreso.
- Programa de Acción Tutorial.
- Programa de Actividades Extraescolares y Complementarias.
- Participación en la modificación del Proyecto educativo del centro.

A.7 Necesidades de formación y recursos

1. La formación en materia de convivencia escolar tendrá carácter transversal, es decir, afectará a todo el profesorado y materias de su incumbencia.
2. El profesorado, en coordinación con la programación del Centro de Profesores y Recursos u otras instituciones podrá solicitar y participar en cursos de formación, jornadas o seminarios sobre la convivencia escolar y la resolución de conflictos.
3. A través de la Comisión de convivencia, Equipo directivo y Departamento de Orientación, se canalizarán las demandas de formación sobre resolución de conflictos, acoso escolar y otros temas relacionados con la convivencia para todos los sectores de la comunidad educativa.

B) Objetivos generales de mejora atendiendo al diagnóstico elaborado, descritos de forma que faciliten su evaluación.

La finalidad principal es mejorar la convivencia y relaciones personales entre todos los componentes de la Comunidad Educativa del Centro. Para ello se pretende conseguir:

1. Mejorar las normas de convivencia y reflexionar sobre ellas
2. Fomentar las relaciones personales y las actividades cooperativas
3. Mejorar el conocimiento que los miembros de la Comunidad Educativa tienen del centro y su funcionamiento
4. Potenciar el respeto a los demás en la vida diaria del centro
5. Valorar las actitudes positivas de los miembros de la Comunidad Educativa en la interacción con los demás

C) Actividades que se van a desarrollar para alcanzar cada objetivo, concretando su temporalización, calendario de ejecución, sectores de la comunidad educativa y su entorno que participan en la ejecución y mecanismos de evaluación de cada actividad.

1. Evaluar de forma permanente las necesidades de convivencia e introducir en el centro las modificaciones oportunas que faciliten el control de la disciplina.
2. Favorecer el desarrollo de una Comunidad Educativa dinámica, cohesionada y que trabaje de forma conjunta y coordinada por los objetivos que el Centro se proponga.
3. Difundir información y promover una actitud de colaboración con el Centro entre el alumnado.
4. Contribuir desde el plan de acción tutorial a la mejora de la convivencia.
5. Promover programas para el desarrollo de la convivencia entre el alumnado.
6. Establecer relaciones de colaboración con las familias.
7. Actuaciones conjuntas de los equipos docentes del Centro y el Departamento de Orientación.

D) Plan de actuación y calendario de reuniones de la comisión de convivencia.

Composición: El Director, el Jefe de Estudios, dos profesores, dos padres y dos alumnos. Dos reuniones por curso escolar, como mínimo. La Comisión de convivencia tiene entre otras, las siguientes funciones:

- Dar cuenta al Consejo Escolar de las actuaciones realizadas y de las correcciones y medidas disciplinarias impuestas.
- Canalizar las iniciativas de todos los sectores de la comunidad educativa para mejorar la convivencia, el respeto mutuo, así como promover la cultura de la paz y la resolución pacífica de los conflictos.
- Adoptar las medidas preventivas necesarias para garantizar los derechos de todos los miembros de la comunidad educativa y el cumplimiento de las normas de convivencias del centro.

E) Relación con los diferentes sectores institucionales y sociales del entorno que puedan participar en el plan de convivencia.

Se procurará llevar a cabo actuaciones conjuntas con el Servicio de Protección de Menores, Fundación Municipal de Servicios Sociales, Servicios Sociales Comarcales, Cruz Roja, Escuela de Padres del Ayuntamiento de Huesca, Federación Aragonesa de Padres de Alumnos, Centro de Profesores y Recursos.

3. ANÁLISIS Y VALORACIÓN DE LOS CAUCES DE PARTICIPACIÓN Y RELACIÓN EXISTENTES EN EL CENTRO ENTRE LOS DIFERENTES ELEMENTOS PERSONALES (DIRECCIÓN / PROFESORADO / ALUMNADO / FAMILIA / COMUNIDAD / CENTROS DE PRIMARIA / OTROS CENTROS DE SECUNDARIA.

Es evidente que un instituto no puede funcionar correctamente si no hay una buena comunicación y entendimiento entre el equipo directivo, los profesores, los alumnos, el departamento de orientación, etc. En el caso de I.E.S. Sierra de Guara esta labor se complica puesto que es un instituto muy grande, con 1185 alumnos y 104 profesores, que oferta enseñanzas tanto de E.S.O., bachillerato y formación profesional, con horarios de mañana, de tarde y nocturno. Es por ello por lo que hay que destacar la labor e implicación del equipo directivo y la orientación para conseguir este entendimiento y buen funcionamiento general de este centro.

La jefatura de estudios, los tutores y la orientación trabajan muy estrechamente para conseguir objetivos comunes como mejorar la convivencia, ofrecer ayuda, apoyo y refuerzo a aquellos alumnos que lo necesitan, implicar a las familias en la formación de sus hijos, etc.

Para ello se realizan reuniones desde antes de que los alumnos de primero de la E.S.O. lleguen al instituto. En primer lugar es la jefa de estudios quien se reúne con los colegios de primaria de los que habitualmente proceden los alumnos que se incorporan al I.E.S. Sierra de Guara, como son los Colegios Públicos Sancho Ramírez y San Vicente. Es en esta reunión donde la jefa de estudios se informa de qué número de alumnos se estima que se vayan a incorporar al instituto, qué problemas o necesidades presentan, qué grupos funcionan y cuáles no, qué alumnos trabajan bien juntos y cuáles no pueden estar en la misma clase, etc. A partir de aquí se hace una comisión de coordinación pedagógica para estimar el nº de profesores necesarios. En función de todo esto se estructuran los cursos de 1º de la E.S.O. y se hace una primera evaluación inicial para comentar a los tutores y profesores las características de los grupos que les corresponden a cada uno.

A lo largo del curso se hacen reuniones entre la orientadora y los tutores una vez al mes o más a menudo si es necesario para poner en práctica el plan de acción tutorial. El plan de acción tutorial supone un trabajo continuo y coordinado entre diferentes personas y organismos del centro tal y como explicamos a continuación. El Departamento de Orientación elabora las propuestas del Plan de Acción Tutorial, incorporando las aportaciones del equipo de tutores, y contando a su vez con la colaboración del jefe de estudios que será el coordinador del PAT. Este PAT se presentará y debatirá en la Comisión de Coordinación Pedagógica y se incorporará a la propuesta de Proyecto Curricular para su aprobación en el Claustro de profesores. Finalmente en última instancia el Consejo Escolar será el que aprobará el PAT.

Pero además se realizan evaluaciones trimestrales en las que se reúnen los profesores de cada curso para comentar cómo ha trabajado cada alumno a lo largo del trimestre y ver si ha tenido dificultades. Toda la información de esta evaluación queda registrada en el programa IES Fácil para así tener un informe de cada alumno que el tutor, profesores y orientadora podrán consultar bien para informar a los padres, hacer un seguimiento del alumno, etc.

Habitualmente son frecuentes los contactos telefónicos, por email o cara a cara entre tutores y padres. Además cada tutor dispone de dos horas semanales para reunirse con los padres en tutoría.

A aquellos alumnos con problemas de conducta negativa se les suele intentar implicar en labores comunitarias del centro, como pintar aulas, limpiar el patio, etc., casi siempre acompañados por un profesor o jefa de estudios que también se implica en dichas labores para predicar con el ejemplo. Sin embargo esta práctica es cada vez menos habitual porque muchos padres no apoyan esta iniciativa aun sabiendo que es una forma de castigo por una mala conducta de su hijo en el instituto.

La involucración de algunos profesores es total, ya que además en este centro existe un programa de Refuerzo, Orientación y Apoyo (PROA) que se realiza en horario de tarde y al que asisten alumnos que necesitan refuerzo y apoyo en determinadas asignaturas. Los alumnos que asisten a este programa serán aquellos en los que así se determine ésta necesidad en la junta de evaluación.

La extensión y la multiplicidad de los programas y proyectos que se llevan a cabo en el centro son muchísimos y cabe destacar que no saldrían adelante sin la implicación y compromiso de la mayoría del profesorado del centro, fundamentalmente del inmerso en cada uno de ellos y de sus representantes en el Consejo Escolar que apoyan las iniciativas que redundan en un mejor funcionamiento del centro y en su proyección social. Citamos a continuación brevemente sólo algunos de ellos puesto que son más de un centenar: Carrera de San Jorge, Competición Atletismo Intercentros, carrera de la Solidaridad, visitas al museo de Huesca, intercambios anuales estables con el Lycée Climatique d'Argelès-Gazose, celebración del festival anual, el coro del instituto, actividades deportivas en la naturaleza, etc.

Por parte de la participación del alumnado en el centro, esta se basa en los delegados de curso y sus representantes en el Consejo Escolar. La Junta de Delegados se reúne periódicamente para tratar los asuntos de su competencia y con la Asociación de Estudiantes de Aragón para organizar jornadas con temas como la paz, la multiculturalidad, la globalización, y son informados de las alternativas para la ocupación del ocio. Dos alumnos del centro son los responsables del Punto Activo, iniciativa del Ayuntamiento de Huesca para que la información cultural y de ocio llegue a los centros mediante un panel informativo.

Los padres participan directamente asistiendo a las reuniones con sus tutores y profesores y a las reuniones generales que convoca el equipo directivo. A través de sus representantes en el Consejo Escolar y la Asociación de Padres y Madres. La AMYPA ha colaborado y colabora en la organización de actividades extraescolares, en la financiación de charlas para padres e hijos sobre temas diversos de carácter educativo tales como son las redes sociales, el acoso, la sexualidad, la prevención de drogas, la violencia de género, etc. También colabora en la puesta en marcha de aulas de estudio para alumnos de ESO y de cursos de AUTOCAD para Bachillerato.

Como vemos la relación del IES Sierra de Guara abarca un extenso abanico de instituciones todas relacionadas, de una forma u otra, con la educación.

4. ANÁLISIS Y VALORACIÓN DE LOS ELEMENTOS ESTRUCTURALES Y PROYECTOS EXISTENTES DIRIGIDOS A LA ORIENTACIÓN Y ACCIÓN TUTORIAL DE LOS ESTUDIANTES.

Con respecto a los elementos estructurales y proyectos existentes dirigidos a la Orientación y Acción Tutorial de los estudiantes distinguimos dos apartados. Primeramente un apartado referido a la acción tutorial ejercida por el profesorado y en segundo lugar distinguimos las líneas de actuación del Departamento de Orientación que en realidad están en continua conexión con la acción del tutor.

Con respecto a la acción tutorial ejercida por el profesor debemos destacar los siguientes aspectos:

- En primer lugar comentar que es el departamento de orientación el que diseña el Plan de Acción Tutorial, incorporando las aportaciones del equipo de tutores, y contando siempre con la colaboración del jefe de estudios que será el coordinador del PAT. Para su elaboración se tienen como referencia el Proyecto educativo de centro y el Reglamento de organización y funcionamiento. Una vez esté elaborado el PAT se presentará y debatirá en la Comisión de Coordinación Pedagógica y se incorporará a la propuesta de Proyecto Curricular para su aprobación en el Claustro de profesores. Finalmente en última instancia el Consejo Escolar será el que aprobará el PAT.
- A partir de aquí serán los tutores los que desarrollarán el PAT en la clase semanal de tutoría. Para ello la orientadora una vez al mes se reúne con los tutores de cada curso para proporcionarles una relación de actividades y materiales para que lo lleven a cabo en la hora de tutoría como parte del Plan de Acción Tutorial. Todos estos materiales los prepara la orientadora. Pero además cada mes se trata en tutoría un tema estrella que se desarrolla en todos los cursos, este mes es la violencia de género. Dicho tema también lo prepara la orientadora. Como vemos la orientadora es la que proporciona todos los materiales y actividades a los tutores.
- Para las tutorías entre tutor y alumnos se dispone de 1 hora semanal, habiendo ya una hora fijada en el horario semanal que a veces puede cambiarse por otra hora correspondiente a la materia de la que el tutor es profesor.
- Destacar que en bachillerato no hay tutorías y que hay que elegir una clase para llevar a cabo una charla o actividades de orientación si son necesarias. Los alumnos hablan con sus tutores cuando pueden: recreos, fuera del horario escolar, entre clase y clase, etc.
- Los profesores tutores tienen dos horas semanales para dedicarlas a entrevistas de tutoría con los padres de los alumnos. Generalmente todos los tutores intentan reunirse al menos con todos los padres una vez al año, algunas veces más. Normalmente tienen más tutorías con aquellos padres cuyos hijos tienen problemas en los estudios que pueden ser de diversa índoles. Los tutores

trabajan con el programa informático IES Fácil que es una base de datos de cada uno de los alumnos donde figuran notas, faltas de asistencia, comentarios de los profesores, comentarios de evaluación, etc. Esta herramienta les sirve para hacer un seguimiento de sus alumnos y detectar junto con el departamento de orientación algunos problemas o necesidades.

Con respecto a las líneas de actuación del Departamento de Orientación destacamos los siguientes aspectos:

- Las labores del departamento de orientación son principalmente seis:
 - Realizar las evaluaciones psicopedagógicas para determinar que alumnos necesitan apoyo escolar. Se analizan informes, se elaboran pruebas y nuevos informes, se hacen test y seguimientos, etc.
 - Elaborar el Plan de Acción Tutorial y coordinar el trabajo de su puesta en práctica con los tutores del centro, desarrollando las actividades y materiales que utilizará cada tutor en su horario de tutoría.
 - Elaborar el Plan de orientación académica y profesional y llevarlo a la práctica. Este plan se realiza en todos los cursos. Para cada curso se realiza un cuestionario concreto en función de las edades. Con esto se pretende hacer reflexionar al alumno sobre qué profesiones le gustan o le llaman la atención y cuáles no. Todos estos cuestionarios se guardan curso por curso para tener datos de cada alumno y así disponer de información para una futura orientación estudiantil o laboral.
 - También se encargan de coordinar la solicitud de becas ayudando al alumnado que desconoce o tiene dificultades para hacerlo por su propia cuenta.
 - Controlan y luchan por erradicar o minimizar el absentismo escolar, entrevistándose con los padres y tutores de los alumnos que faltan a clase habitualmente.
 - Asesoran a las víctimas de acoso escolar y lidian con los acosadores para eliminar dichas conductas. En estos casos de bullying y de acoso escolar se interviene de la siguiente manera. Primero se habla con la víctima y se le dan estrategias para su defensa, de esta manera se intenta que el acosado no vuelva a verse en la misma situación. Seguidamente se entrevista a los acosadores uno por uno haciéndoles ver la repercusión tan negativa que tiene en el acosado dicha conducta, ya que muchas veces no son conscientes del daño que están haciendo. Por último se reúne al conjunto de los acosadores para que no se vuelva a repetir dicha conducta.
- El departamento de orientación está compuesto por la orientadora, dos profesores y un tercer profesor encargado de los programas de pedagogía

terapéutica que es el encargado de los alumnos con adaptaciones curriculares con necesidades educativas especiales (ACNEES). Estos alumnos tienen adaptaciones curriculares significativas y por lo tanto son alumnos que no titulan, en el mejor de los casos podrán engancharse a la diversificación curricular u optar a un Programa de Cualificación Profesional Inicial Especial (PCPIE). Lo más importante es que estén contentos e integrados en el centro, tengan amigos, estén queridos y bien atendidos por los profesores y que aprendan dentro de sus limitaciones.

- Además existen dos programas con adaptaciones curriculares no significativas. Por un lado está el PAB (Programa de aprendizajes básicos) que es para alumnos de 1º y 2º de la E.S.O. En dicho programa se dan los contenidos mínimos del currículo, por lo que sus alumnos sí que titularán. Y por otro lado está el programa de diversificación curricular que se lleva a cabo con 3º y 4º de la E.S.O., también teniendo en cuenta los contenidos mínimos del currículo, lo que a diferencia del PAB, los profesores que aquí imparten son especialistas. Los alumnos de diversificación también titularán si todo sale como está planteado. Por tanto es desde el departamento de orientación desde donde se lleva un seguimiento continuo de todos estos alumnos con adaptaciones curriculares tanto significativas como no significativas junto con los profesores que trabajan con estos alumnos.

5. REFLEXIÓN PERSONAL EN CLAVE DE LA PROPIA FORMACIÓN PARA LA DOCENCIA.

En este apartado realizo una reflexión personal en la que comento principalmente los aspectos positivos y los aspectos negativos con respecto a esta experiencia de formación que ha supuesto el Prácticum I. A continuación expongo este análisis haciendo una valoración de la formación recibida.

Lo primero que me gustaría es agradecer a todos los profesionales del centro su buena acogida y disposición a ayudarme y explicarme todo aquello que podía ser de mi interés. Se han implicado muchísimo desde el primer día hasta el último. Hacer especial mención de agradecimiento al departamento de Educación Física, al equipo directivo del centro, a mi mentora, a la orientadora, al secretario y a todos aquellos profesores que me han dejado participar en sus clases y tutorías.

En segundo lugar destacar que la sensación que me llevo de este Practicum I es muy positiva, superando mis expectativas iniciales, por varios motivos como son: la implicación de los trabajadores del centro por atendernos y formarnos, la diversidad de clases a las que hemos podido asistir además de las de nuestra especialidad, la calidad de las entrevistas que hemos tenidos con la jefatura de estudios, la orientadora y el secretario, la facilitación de documentos y materiales del centro que han dejado a nuestra disposición, la acogida tan buena en el departamento de educación física y la ayuda que nos han prestado todos los profesores de éste departamento.

Creo que esta vivencia ha sido fundamental para integrar los conocimientos teóricos vistos en el aula dentro del marco docente real que implica ser profesor en un instituto. Esta experiencia de dos semanas me ha ayudado a comprender cómo se organiza un instituto por dentro, conociendo y sabiendo manejar y analizar los documentos de organización y funcionamiento del mismo, así como su vinculación con los documentos legales de carácter estatal y autonómico: Reglamento Orgánico de Centro, Proyecto Educativo, Proyecto Curricular, Plan de Atención a la Diversidad, Plan de Acción Tutorial, etc.

Además he tenido la oportunidad de conocer de primera mano la programación general anual de Educación Física de este centro, y he podido conversar y recibir puntos de vista diferentes referentes a cómo deben trabajarse las competencias desde educación física.

Ha sido toda una oportunidad el poder presenciar las clases de educación física impartidas por tres profesores diferentes, ya que esto me ha enseñado diferentes formas de trabajar un mismo contenido y me han proporcionado diferentes herramientas y diferentes métodos de enseñanza. De esta manera hemos tenido la oportunidad de comparar las diferentes metodologías, analizando los aspectos positivos y negativos de cada una. Además he tenido la suerte de poder impartir un calentamiento con un grupo de tercero de la E.S.O. y una sesión completa de baseball con 1º D, siendo el balance de la experiencia muy positivo. Además ha sido muy enriquecedor el hecho de poder

asistir a clases de diferentes cursos, de esta forma hemos podido ver cómo se trabaja con alumnos de diferentes edades y qué necesidades tienen los adolescentes según la etapa de la adolescencia en la que se encuentran.

Gracias a la orientadora y a los profesores vinculados con su departamento he podido aprender mucho acerca de los diferentes programas disponibles que se derivan de las adaptaciones curriculares tanto significativas como no significativas para atender así a la diversidad. La ventaja de hacer estas prácticas en un centro tan grande es que hay muchos programas de este tipo y la mejor manera de conocerlos es asistiendo a alguna de sus clases y viendo cómo se trabaja en ellas, cosa que tuve la gran suerte de poder hacer. He podido presenciar una clase del programa de aprendizaje básico y otra del programa de pedagogía terapéutica. La experiencia fue muy positiva puesto que ni en la universidad ni en el máster de momento se nos ha enseñado a atender a la diversidad de forma concreta y de esta forma pude ver de primera mano cómo se trabaja con estos alumnos, qué necesidades tienen y qué se hace para cubrirlas.

Toda esta formación acerca de los programas existentes en el centro para la atención a la diversidad nos la reforzó la orientadora en una segunda entrevista, aclarándonos a grandes rasgos cómo actuar e intervenir en caso de tener que diseñar en un futuro adaptaciones curriculares.

También ha sido muy enriquecedor participar en el programa de recreos divertidos. Esta iniciativa junto con la participación de alumnos de la Universidad de Zaragoza consiste en organizar actividades deportivas durante un recreo a la semana. Los alumnos universitarios tienen la oportunidad de involucrarse desde su primer año de grado en la comunidad educativa, y los alumnos del instituto se benefician y conocen muchas actividades nuevas para ocupar su tiempo de ocio.

Aunque el balance general de las prácticas ha sido muy positivo por todo lo anterior, también considero interesante destacar los aspectos negativos a modo de crítica constructiva y desde mis mayores respetos.

Con respecto a la tutoría a la que asistí en día 28 de Noviembre con 1º D fue una experiencia un tanto desagradable. Casualmente el día 25 de Noviembre tuve que dar yo la clase de educación física a este grupo, 1ºD. Los alumnos se portaron fenomenal y se implicaron mucho en la sesión. Yo achaco este excelente comportamiento a que ellos ya están acostumbrados a trabajar de forma autónoma en la clase de educación física porque su profesora tiene un buen control del grupo y por ello siguieron la misma línea de comportamiento. Sin embargo en la tutoría al tratarse de otra profesora diferente, acostumbrada a trabajar con alumnos de mayor edad, se comportaron de forma muy diferente. La tutoría fue un descontrol y un caos, la profesora tenía que levantar la voz y amenazar con partes para hacerse con el control momentáneo de la clase. Me impactó mucho ver cómo los alumnos con los que había trabajado tan bien hace unos días faltaban al respeto a la profesora y hacían prácticamente caso omiso a lo que ella decía, fue muy incómodo. No obstante es una realidad que está ahí, soy consciente que es muy difícil hacerse con el control y respeto de una clase sin recurrir a conductas de amenaza

o autoritarias cuando se están pasando de la raya. No obstante está claro que hay profesores que saben llevar bien a estos alumnos sin perder la paciencia y sin tener que recurrir a amenazas, gritos, etc. Los grupos hoy en día cada vez son más numerosos (del orden de casi 30 alumnos por clase), el profesorado cada vez tiene más carga laboral y mayores responsabilidades al mismo tiempo que su salario decrece con los recortes. Todo esto repercute en el profesorado que en muchas ocasiones se ve desencantado y cansado de su trabajo, cayendo en un círculo en el que llegan predisuestos a clase y sus alumnos que lo notan les hacen la vida más y más imposible. Si a esto le sumamos que la situación económica de muchas de las familias de los niños que asisten al instituto es cada vez más difícil y precaria debido al desempleo que azota hoy en día a muchos hogares tenemos cada vez más dificultades para motivar a los alumnos hacia la educación. Si además añadimos la sobreprotección de muchos alumnos por parte de sus padres, la ausencia de respeto de los padres hacia la figura del profesor de su hijo y la influencia de los programas de televisión que confunden a los adolescentes acerca de lo que es real y no, y lo que es bueno y malo, entonces nos encontramos con unos alumnos sin límites a los que es muy difícil inculcarles valores tan fundamentales como el respeto hacia los compañeros y hacia el profesor. Esto dificulta la convivencia en el centro, multiplica los conflictos y problemas y desborda a profesores y jefatura de estudios. Los pasillos y baños se deben controlar entre clase y clase para evitar que se generen conflictos, faltas de convivencia, absentismo a clases, etc.

Otro grave problema con el que tiene que luchar el instituto es con el absentismo por parte de muchos alumnos, especialmente de determinadas razas. Es muy complicado hoy en día poder trabajar mano a mano con muchas familias por un interés común como es la educación de sus hijos, porque muchas veces es desde las propias familias donde se sobreprotege a los hijos y se les excusa de todo, sin enseñarles a esforzarse, a respetar, a trabajar ni a superarse a sí mismos.

Otro de los aspectos que a mi juicio dificultan notablemente la labor docente es el exceso de burocracia al que está sometido este colectivo y especialmente los equipos directivos y departamento de orientación. Desde mi punto de vista está bien llevar un registro y control de lo que sucede en el instituto, pero considero que a veces se llega a unos extremos que más bien dificultan la labor de los profesionales que aquí trabajan y esto hace que tengan que dedicar mucho tiempo a estas burocracias repercutiendo en la calidad de su intervención docente negativamente, ya que esto les roba tiempo de otras cosas que a mi juicio serían más importantes de cara a la educación de sus alumnos.

6. ANÁLISIS Y VALORACIÓN DE LOS PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS QUE REGULAN LA CONVIVENCIA EN EL CENTRO Y EN LAS AULAS, IDENTIFICANDO ALGUNAS DE LAS SITUACIONES MÁS HABITUALES (PROBLEMAS DE CONVIVENCIA, DESMOTIVACIÓN, DESFASES CURRICULARES, DIFICULTADES DE APRENDIZAJE,...), DESCRIBIENDO LAS MEDIDAS Y ACTUACIONES QUE SE LLEVAN A CABO PARA SU GESTIÓN Y RESOLUCIÓN.

En este apartado vamos a comentar qué se hace dentro del instituto para la mejora de la convivencia y la resolución de conflictos.

En primer lugar destacar que la formación en el respeto a los derechos y libertades de los ciudadanos y en el ejercicio de los principios democráticos de convivencia es una de las prioridades del I.E.S. Sierra de Guara. Es por ello por lo que se impulsan diferentes procedimientos tales como el Plan de Convivencia.

En este Plan se explicitan las funciones y tareas de cada uno de los sectores de la comunidad educativa (profesorado, alumnado, padres y madres y personal no docente), se establecen las reglas para garantizar el cumplimiento del plan y las normas de organización y funcionamiento en las que se describen las formas de participación, la comunicación, la ordenación y utilización de los recursos materiales, los criterios que rigen las actividades extraescolares y complementarias y otras de carácter general.

Este Plan de convivencia marca unas pautas generales con el fin de propiciar un clima escolar y de relación positivo, para ello se concretan en una serie de actuaciones que derivan de los siguientes objetivos:

- Mejorar las normas de convivencia y reflexionar sobre ellas.
- Fomentar las relaciones personales y las actividades cooperativas.
- Mejorar el conocimiento que los miembros de la Comunidad educativa tienen del centro y su funcionamiento.
- Potenciar el respeto a los demás en la vida diaria del centro
- Valorar las actitudes positivas de los miembros de la Comunidad educativa en la interacción con los demás.

Además las nuevas tecnologías implantadas en el Centro permiten mantener un contacto inmediato con las familias a través de un portal de padres (faltas, mensajes, notas, horario, incidencias, petición de tutorías).

La reflexión sobre las normas de convivencia se integra en la información comentada del primer día de clase acerca de las mismas y en las primeras sesiones de tutoría, y en las que se resaltan algunas de ellas, por su importancia en la vida cotidiana del centro o que afecten a aspectos académicos relevantes. Aquí se incluye la carta de acogida al alumnado de primero de ESO elaborada por alumnos de 2º de Bachillerato.

El fomento de las relaciones personales y las actividades cooperativas se concreta en jornadas de convivencia entre alumnado del mismo nivel, viajes organizados desde las tutorías y por niveles a lo largo del curso para facilitar el conocimiento entre el alumnado y fomentar los valores de respeto, integración e igualdad, encuentros deportivos de convivencia entre el alumnado, profesorado y padres. También contribuyen las charlas informativas y cursos organizados conjuntamente por el centro y la Asociación de Madres y Padres y los grupos de lectura en los que participan padres,

madres, profesorado y alumnado, fomentando así la lectura para mejorar la competencia lingüística y favorecer la convivencia e implicar a las familias en la tarea educativa.

Las actitudes positivas de los miembros de la comunidad educativa en la interacción con los demás se reflejan en las Jornadas intercentros de atletismo, en los campeonatos deportivos (fútbol, voleibol, ajedrez) en los recreos organizados por alumnado de Bachillerato y Ciclos Formativos, en los concursos de narración y poesía, de matemáticas, de proyectos tecnológicos y de expresión artística, en el Festival cultural de todo el alumnado del Centro y en las campañas para mantener limpio el centro.

Todas las iniciativas descritas pretenden potenciar el respeto a los demás en la vida diaria del instituto, pero no siempre es así. Las conductas contrarias a las normas de convivencia se abordan de una forma sistemática con la intención de que el alumnado rectifique de forma reflexiva su comportamiento. En primer término corresponde a cada profesor la corrección de las mismas, y si estas persisten interviene el tutor quien trata la situación con el alumno y sus padres, si es necesario, procurando una rectificación consciente del comportamiento. Si, a pesar de ello, el alumno persiste en sus conductas contrarias a la convivencia y acumula varias amonestaciones escritas se produce la intervención de Jefatura de estudios que, junto al tutor y los padres del alumno, establece las estrategias para lograr un comportamiento positivo del estudiante. En última instancia, si todos estos pasos no consiguen sus objetivos, Jefatura de estudios propone la corrección adecuada al Director. En la aplicación de las correcciones a las conductas contrarias a las normas de convivencia se ha evolucionado introduciendo la realización de tareas en horario lectivo (limpieza de zonas verdes, limpieza de mobiliario, eliminación de pintadas, pequeños arreglos, pintura de aulas y mantenimiento general) procurando que la suspensión del derecho de asistencia a clase se minimice lo más posible.

Para tratar el acoso escolar existe un protocolo específico conocido como “El protocolo de detección y actuación. Éste consta de los siguientes pasos:

Una vez detectado por parte de cualquier miembro de la comunidad educativa el posible acoso escolar, se hace una primera evaluación de la situación entre el equipo directivo, departamento de orientación y tutor en la que se acuerda tener un primer contacto con el posible alumno acosado. Si de la información obtenida se deducen los presuntos acosadores y las circunstancias concretas, el mismo grupo habla con ellos. De aquí se plantean estrategias para que la situación se supere. Si las mismas no son suficientes, la dirección del centro pone en marcha una segunda fase en la que se contempla la entrevista con los padres de los alumnos afectados y en las que se procura el acuerdo sobre pautas en el centro y en las familias para que la situación de acoso desaparezca. Si estas no son efectivas, se llega a abordar la cuestión desde el punto de vista disciplinario.

Con el fin de prevenir conflictos, controlar el absentismo, los acosos y conocer más de cerca la relación existente entre los diferentes alumnos del centro la jefa de estudios y algunos profesores se encargan de vigilar los pasillos entre clase y clase. De esta forma consiguen que los alumnos no se entretengan innecesariamente por el pasillo si tienen que ir de un aula a otra o que esperen a su profesor/a fuera de clase si éste/ésta llega con retraso. Así se evita que los alumnos se descentren y se generen conflictos al estar sin la figura del profesor, ya que en estas situaciones son comunes los insultos, faltas de respeto entre compañeros e incluso acosos. También se hacen turnos de patio a la hora del recreo con el mismo objetivo.

7. LA IDENTIFICACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN (GESTIÓN DE AULA, DOCENCIA, COORDINACIÓN, CONVIVENCIA, COMPETENCIAS BÁSICAS, EDUCACIÓN EN VALORES, ORIENTACIÓN Y TUTORÍA, INNOVACIÓN, ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD, PARTICIPACIÓN, ETC.) Y DE RECURSOS ESPECÍFICOS PARA CUALQUIERA DE LOS ÁMBITOS EDUCATIVOS ESTUDIADOS.

Con respecto a las buenas prácticas relacionadas con la atención a la diversidad el I.E.S. Sierra de Guara presenta un amplio número de programas para cubrir las necesidades específicas de las personas que necesitan adaptaciones curriculares o apoyo para asegurar la educación de los colectivos más desfavorecidos. Pero además también presenta programas bilingües para aquellas personas que deseen cursar sus estudios en un programa bilingüe. A continuación exponemos los diferentes programas disponibles y sus características.

Educación compensatoria

El Programa de Educación Compensatoria, iniciado en el curso 1997-98, está destinado a garantizar el acceso, la permanencia y la promoción en el sistema educativo del alumnado en situación de desventaja social, procedente de minorías étnicas, de colectivos de inmigrantes, así como de familias con graves dificultades socioeconómicas. Según sus distintas peculiaridades, estos alumnos presentan, desde un desfase escolar significativo, hasta dificultades de inserción educativa y necesidades de apoyo derivadas de su incorporación tardía a la escuela, de una escolarización irregular o de un desconocimiento del español, al proceder de otros países.

Las actuaciones de este programa están organizadas por una profesora y apoyadas por la profesora de Servicios a la comunidad. La profesora de Educación compensatoria coordina la programación de las diferentes asignaturas habitualmente basada en adaptaciones curriculares, además de responsabilizarse del apoyo directo a las actividades de enseñanza y aprendizaje en las materias instrumentales que, en algunos casos, supone la atención directa en parte del horario al alumnado de compensatoria en pequeño grupo. La profesora de Servicios a la comunidad lleva a cabo la atención social al alumnado de este programa y a sus familias, con especial hincapié en la prevención del absentismo escolar. Además de estas dos profesoras, el Programa integra al Equipo docente del grupo en el que está integrado este alumnado.

- La materia de Lengua extranjera Inglés adaptada al grupo de Diversificación
- Tres materias de las establecidas para cada uno de los respectivos cursos de la etapa que reciben en su grupo de referencia: Música, Educación Física y Educación para la ciudadanía
- Una hora semanal de tutoría que pueden compaginar con la hora de tutoría de su grupo de referencia. Cada grupo tiene un tutor específico.
- Las enseñanzas de Religión o debida atención educativa.

Los grupos de diversificación no superan el número de 15 alumnos de tal forma que la atención resulta más individualizada, permitiendo una evaluación más cercana a los procesos diarios de enseñanza-aprendizaje que integra la valoración del profesor y la autoevaluación.

Programa de aprendizaje básico

El Programa de aprendizaje básico se encuadra en los principios de atención a la diversidad dentro de la Educación secundaria obligatoria, para facilitar que el alumnado con un elevado desfase curricular y dificultades de aprendizaje, cualquiera que sea su causa, consiga las competencias básicas y los objetivos generales de la etapa para su incorporación en 2º o 3º de Educación secundaria obligatoria.

Es abierto, ya que en cualquier momento el alumnado se puede incorporar o volver a su grupo-clase en caso de haber superado el desfase curricular.

Este programa se establece en los cursos 1º y 2º de ESO. El alumnado cursa en grupo reducido las materias de Lengua y Ciencias Sociales impartidas por un mismo profesor, Ciencias Naturales y Matemáticas por otro, además de la Lengua Extranjera. En el resto de materias se incorporan al grupo-clase.

Esta organización permite la atención individualizada, una reducción del número de personas del equipo docente y para el alumnado que se incorpora desde Educación Primaria facilitarles la adaptación a un Centro de Secundaria.

Este programa está implantado en el Centro desde el curso 2007-08 y el alumnado procede de Educación Primaria y de 1º y 2º de ESO.

Programa experimental de refuerzo educativo (P.E.R.E) y Plan de Refuerzo, Orientación y Apoyo (PROA)

El Programa experimental de Refuerzo Educativo tiene como finalidad que el alumnado desarrolle las habilidades básicas necesarias para proseguir con garantía de éxito su proceso educativo a lo largo de la etapa, mejorando sus resultados académicos, siendo compatible con la escolarización ordinaria en los grupos de E.S.O.

Los destinatarios de este programa son fundamentalmente alumnos y alumnas de 2º, 3º y 4º de E.S.O. con las áreas de Lengua o Matemáticas pendientes de cursos anteriores. Igualmente se ha beneficiado del Programa alumnado de los primeros cursos de la E.S.O. que presentaba deficiencias en el proceso de aprendizaje de las áreas instrumentales básicas, con ausencia de hábitos de trabajo, escasa motivación para el estudio y una pobre integración en el grupo y en el centro. Es por esto por lo que ha funcionado un grupo de “inmersión lingüística” tanto en Lengua Castellana como en Matemáticas.

Los grupos son flexibles pero con un número limitado de alumnos (hasta 12) para favorecer la atención más directa y más efectiva con el alumnado. Este programa está implantado en el Centro desde el curso 2006/2007.

En el curso 2009-2010 el centro ha desarrollado el Programa de Acompañamiento Escolar en Secundaria, dentro del PROA, destinado a alumnado de 1º, 2º y 3º de ESO cuya finalidad es mejorar sus resultados escolares y favorecer su socialización en el centro. La organización es muy parecida a la del PERE.

Programa de diversificación curricular

El programa de diversificación curricular tiene por finalidad que el alumnado que así lo precise, mediante una metodología y unos contenidos adaptados a sus características y necesidades, adquiera las competencias básicas, alcance los objetivos generales de la

etapa y, por lo tanto, obtenga el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

Los destinatarios son:

- Alumnado desde tercer curso de Educación secundaria obligatoria.
- Alumnado que, una vez cursado segundo, no está en condiciones de promocionar a tercero y ha repetido ya una vez en la etapa.
- Excepcionalmente, el equipo docente puede proponer la incorporación al segundo curso del programa si se ha permanecido dos años en el tercer curso o no se ha superado cuarto curso tras haber repetido algún curso en la etapa

La duración del programa de diversificación curricular es de dos años e incluye los siguientes ámbitos y materias:

- Un ámbito específico de carácter lingüístico y social, que contempla, Ciencias sociales, geografía e historia, y Lengua castellana y literatura.
- Un ámbito científico-tecnológico, que contempla, Matemáticas y Ciencias de la naturaleza.
- Un ámbito de carácter práctico, que contempla los contenidos básicos correspondientes a Tecnología, Educación plástica y visual e Informática.

La valoración es positiva, ya que la mayoría del alumnado que obtiene el título de secundaria desde un programa de diversificación, continúa sus estudios en ciclos formativos de grado medio, y excepcionalmente algún alumno continúa los estudios de Bachillerato.

Pedagogía Terapéutica

Este programa se inició en el curso 1997-98. La finalidad del programa de Pedagogía terapéutica es la atención educativa del alumnado con necesidades especiales, temporales o permanentes, debidas a discapacidad física, psíquica, sensorial o a condiciones personales de sobredotación intelectual asegurando una respuesta educativa que garantice el progreso personal y social de los alumnos con necesidades educativas especiales, fundamentando su actuación en los principios de normalización y sectorización de los servicios, de integración escolar y de personalización de la respuesta educativa.

El plan de actuación abarca los siguientes aspectos:

- Estudio de los informes, enviados por los centros de primaria de alumnado con necesidades educativas especiales
- Elaboración de un extracto de los informes del alumnado con necesidades educativas especiales con información relevante para el profesorado que versa en torno a su nivel de competencia curricular, necesidades educativas especiales y otros datos de interés.
- Participación en las sesiones de evaluación para ver su grado de integración y asesoramiento al profesorado

- Asesoramiento y colaboración con el profesorado en la elaboración de las adaptaciones curriculares individualizadas y participación en el seguimiento de las mismas.
- Realización de apoyos docentes al alumnado con necesidades educativas especiales.
- Coordinación periódica con las familias para recabar información, al igual que para informarles del desarrollo educativo de sus hijos e hijas.
- Coordinación con la Jefatura de estudios y con el Departamento de orientación, así como con los departamentos didácticos implicados en la formación del alumnado que se atiende en este aula para garantizar una continuidad dentro del proceso educativo.

Programa de innovación Secciones Bilingües español-francés

El IES Sierra de Guara puso en marcha este programa de innovación “Secciones bilingües Español-Francés” en el curso 1999-2000. Desde entonces el programa sigue funcionando en el centro.

La enseñanza bilingüe constituye una respuesta adaptada a la diversidad lingüística y cultural de Europa, a la movilidad profesional, a la cooperación entre estados o países y a la participación en los intercambios escolares.

A la consolidación de la Sección Bilingüe Español-Francés dentro del IES Sierra de Guara han contribuido además diferentes iniciativas surgidas del equipo de profesores tales como: representaciones teatrales en francés, viajes a Pau, Burdeos, Futuroscope y París, jornadas gastronómicas en la Escuela de Hostelería, e-Twinning. Y por otro lado, la presentación y elaboración de proyectos de cooperación transfronteriza entre la Comunidad Aragonesa y la región Midi-Pyrénées desde el año 2005: “Secciones bilingües sin fronteras”, “Los Pirineos un marco curricular común”, “Los Pirineos, una comunidad de convergencia” y “Los Pirineos, un espacio común y un referente” y la “Cooperación educativa interregional Aragón-Midi Pyrénées”.

Hay que hacer una mención especial a los intercambios anuales estables con el Lycée Climatique d’Argelès-Gazost que se llevan a cabo desde 1999 hasta la actualidad y se complementan con la gestión de estancias de curso completo de alumnado de 3º y 4º de ESO en el citado Lycée Climatique que, tras la oportuna convalidación, retorna al IES Sierra de Guara con un buen bagaje cultural para proseguir sus estudios.

Alumnado de la Sección Bilingüe de los niveles de 4º de ESO y Bachillerato se presentan a las pruebas del Diplôme Élémentaire de Langue Française (DELF) en los niveles A2, B1 y B2 obteniendo un resultado del 100 % de aprobados, presentando una media de veinte alumnos por curso desde el año 2002, realizados en colaboración con el Instituto Francés de Zaragoza.

El profesorado de la Sección forma parte del Seminario regional de secciones bilingües desde el año 1999 hasta la actualidad. La asistencia a las reuniones trimestrales potencia la coordinación con profesorado de otros centros y la formación en aspectos pedagógicos del programa junto al intercambio de materiales de las distintas asignaturas.

Enseñanzas Convenio MEC-British

El IES Sierra de Guara participa en el Programa Bilingüe del Currículo Integrado del Convenio MEC-British Council desde el primer momento de su creación, en 1996. De modo indirecto primero, en cuanto sigue su funcionamiento y aplicación en el Colegio Público “San Vicente” de Huesca, adscrito a nuestro centro y pionero en la adopción del programa, mediante reuniones y contactos periódicos con la dirección y profesorado implicado. De modo directo, recibiendo al alumnado cuando acaba sus estudios de Educación primaria y continua la formación bilingüe en la Educación secundaria obligatoria a partir del curso 2004-2005.

El programa tiene como objetivo desarrollar un currículo integrado en inglés y español que haga efectiva la educación bilingüe y el dominio del inglés desde temprana edad, y ofrece la posibilidad de seguir los estudios de bachillerato en cualquiera de los dos países. Al final de la etapa de primaria, el alumnado es evaluado con una prueba externa que determina el nivel alcanzado. Al finalizar la Educación secundaria obligatoria, el alumnado que quiere obtener el Certificado internacional de Educación secundaria (IGCSE) que le permite continuar estudios en Reino Unido o España indistintamente debe realizar unas pruebas externas equivalentes a los O-levels británicos. Son pruebas de gran dificultad, organizadas por la Universidad de Cambridge, y para superarlas deben efectuar un gran esfuerzo. Quienes no quieren hacer o no pueden superar estas pruebas obtienen un certificado de haber cursado sus estudios por el programa British Council-MEPSYD al terminar la Educación secundaria obligatoria.

Acogida de inmigrantes

En este apartado vamos a considerar dos aspectos relacionados con la incorporación al centro del alumnado inmigrante.

El protocolo de escolarización marca las pautas para la mejor integración del alumno inmigrante. Por parte de la secretaría del instituto se recoge toda la documentación necesaria para la correcta filiación del alumno, con especial atención de aquella que permita ubicarle en el nivel de conocimientos que posee. Esta tarea corresponde, en primera instancia, a la Tutora de inmigrantes. El paso siguiente es la entrevista del Departamento de orientación con la familia y el alumno o la alumna, con el objetivo de recabar toda la información posible que pueda resultar interesante para la adecuada escolarización (escolarización anterior, dificultades, rendimiento académico, materias estudiadas, expectativas de futuro).

Con la información recogida se elabora un informe que contiene los datos personales, estudios previos, capacidades, intereses y expectativas. En los datos familiares se recoge el tipo de vivienda, domicilio, personas en el hogar, hermanos, situación laboral de los padres y dedicación profesional.

Analizado el caso, Jefatura de estudios y la Tutora de inmigrantes deciden el grupo más idóneo para el nuevo escolar, se mantiene una reunión con el tutor del grupo para darle a conocer las características del alumno y a continuación se convoca una reunión del equipo de profesores para preparar la integración en la clase. Durante los primeros días se designa uno o dos componentes del grupo que acompañe al nuevo compañero o compañera en los cambios de clase y le ayude a conocer las normas de funcionamiento.

Transcurridas dos semanas, se determina con mayor certeza la competencia curricular y se adoptan las medidas necesarias para dar una respuesta educativa a las necesidades del

alumnado inmigrante: adaptaciones curriculares, incorporación a alguno de los programas del centro, atención en grupo o individual.

Pero además también he identificado buenas prácticas relacionadas con la promoción de hábitos saludables y la convivencia, las cuales describo a continuación:

Búsqueda de estrategias para la promoción de la actividad física

El proyecto “La formación de estilos de vida activos, desde el tratamiento equilibrado de las competencias básicas en el área de la Educación física en la Enseñanza obligatoria” lleva en marcha desde el curso 2009-2010. Se trata de una colaboración entre el Departamento de Educación física, que coordina a los participantes del centro, y el Departamento de Expresión plástica, corporal y musical de la Universidad de Zaragoza.

Escuelas promotoras de la salud

Desde el curso 2008-2009 el IES Sierra de Guara está acreditado como Escuela Promotora de Salud de la Red Aragonesa, al cumplir los criterios que definen a la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud. Esta acreditación reconoce en la organización del IES Sierra de Guara la colaboración del centro con instituciones de otros sectores u organizaciones, la realización de actividades donde se facilita al alumnado el consumo de alimentos saludables, la información y educación con las familias en relación a la alimentación saludable, la promoción en el currículo de educación física y en el programa de extraescolares de actividades físicas saludables, el uso de espacios deportivos y recreativos fuera del horario lectivo y el continuo mantenimiento de las pistas, la coordinación con recursos de la zona (polideportivos, recursos municipales y comarcales...) para facilitar la práctica de la actividad física y deportiva, cuidándose también la apariencia limpia y los aspectos estéticos del entorno del centro.

Asimismo se trabaja un programa específico sobre habilidades para la vida, se llevan a cabo actuaciones orientadas a cuidar las relaciones interpersonales del profesorado, del alumnado y se facilita la resolución pacífica y dialogada de conflictos, se desarrolla un programa específico sobre educación sexual con aportación de cuestiones de igualdad de género y actividades de participación de toda la comunidad educativa que favorecen la convivencia y la interculturalidad (exposiciones, estrategias de acogida...)

El IES Sierra de Guara participa en los programas Cine y Salud, Órdago, Educación en el uso de internet y desarrolla otros propios como Higiene de los dientes, Centros libres de alcohol, tabaco y otras sustancias, Formación de estilos de vida activos (en colaboración con la Universidad de Zaragoza), invierte en medidas de accesibilidad para personas discapacitadas y controla el cumplimiento de la legislación en materia de consumo de tabaco.

Pero a parte de estas dos iniciativas anteriores, también vemos que desde el Plan de Acción Tutorial se trabajan diferentes actividades para fomentar las buenas prácticas relacionadas con la promoción de hábitos saludables y la convivencia.

También he podido identificar buenas prácticas en lo referente al seguimiento del trabajo diario de los alumnos tanto por parte del profesor como por parte de los padres. Para ello destacamos las dos herramientas que describimos a continuación.

Agenda escolar

El alumnado de Educación secundaria obligatoria dispone de una agenda personal. En los cursos de 2º, 3º y 4º utilizan la agenda que proporciona la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón dentro de su programa Agenda Escolar en el que participa nuestro centro anualmente. Para los grupos de 1º de ESO, hemos diseñado una agenda propia en el IES Sierra de Guara que contiene, a diferencia de la anterior, información concreta del centro destinada al alumnado de nueva incorporación. Las agendas son un elemento esencial en la comunicación con las familias y, además, favorecen la organización del estudio. También permiten un seguimiento por parte del profesorado y de las familias de las tareas que deben realizar.

El IES Sierra de Guara pone a disposición de las familias el Portal de padres y madres mediante un enlace en su página web. Este portal permite acceder a información relativa al alumnado (calificaciones, faltas de asistencia, incidencias, anotaciones de profesorado y tutores) por parte de las familias mediante una clave individual.

Cuaderno del profesorado y cuaderno del tutor

El IES Sierra de Guara ha diseñado y edita el cuaderno del profesorado, con los apartados correspondientes para facilitar el seguimiento de la evolución académica y la anotación de los resultados de los procedimientos de evaluación. Lo mismo ocurre con el cuaderno del tutor, del que existe un modelo para la ESO y Bachillerato y otro diferente para la Formación Profesional; ambos facilitan la tarea de los tutores en el seguimiento del alumnado y en el control de las actuaciones de tutoría (entrevistas con padres y madres, acuerdos del equipo docente).

Con respecto a las buenas prácticas que tienen que ver con la coordinación destacamos dos actuaciones clave, que son:

Asesoramiento de Jefatura de Estudios y Departamento Orientación en Juntas de Evaluación

Todos los cursos se produce una renovación considerable en la plantilla de profesorado que afecta, entre otras cosas, al conocimiento directo de la trayectoria previa de los alumnos. Esta circunstancia, unida a la importancia que tiene el trabajo coordinado de las juntas de evaluación, ha hecho que Jefatura de Estudios y el Departamento de Orientación estén presentes en las juntas de evaluación con la finalidad de cooperar en el proceso de evaluación del alumnado.

ANEXO 3:

MEMORIA PRACTICUM II.

**Máster Universitario en Profesorado de E.S.O., Bachillerato,
F.P. y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas.**



Tutor: Eduardo Generelo

Alumno: Borja Fernández Palacio

Curso: 2013/2014

INDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	<i>Páginas 80 –82</i>
1.1. EL PRACTICUM II COMO PARTE DEL CONTINUM DE LA FORMACIÓN PRÁCTICA DEL MASTER.	
1.2. FINALIDAD Y CARACTERÍSTICAS DEL PRACTICUM II ASÍ COMO SU INCLUSIÓN EN EL CENTRO.	
1.3. ANTECEDENTES Y DETERMINANTES DE LA LÍNEA DE TRABAJO.	
2. ACTIVIDADES ACONTECIDAS DENTRO DEL PRACTICUM II.....	<i>Páginas 82-86</i>
2.1. TEMPORALIZACIÓN GENERAL	
2.2. ACTIVIDADES ESPECÍFICAS	
2.3. REFERENCIAS PREVIAS A LA UNIDAD DIDÁCTICA	
3. ASPECTOS PRINCIPALES Y CARACTERÍSTICAS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	<i>Páginas 86-105</i>
3.1. TÍTULO.....	<i>Página 86</i>
3.2. INTRODUCCIÓN.....	<i>Páginas 86-88</i>
3.2.1. JUSTIFICACIÓN	
3.2.2. CONTEXTUALIZACIÓN	
3.3. OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE.....	<i>Página 88</i>
3.4. COMPETENCIAS BÁSICAS Y ESPECÍFICAS.....	<i>Página 89-91</i>
3.5. CONTENIDOS.....	<i>Páginas 91-93</i>
3.5.1. PRINCIPIOS OPERACIONALES.....	<i>Página 92</i>
3.5.2. REGLAS DE ACCIÓN.....	<i>Página 93</i>
3.6. ACTIVIDADES/TEMPORALIZACIÓN.....	<i>Página 94</i>
3.7. METODOLOGÍA.....	<i>Página 95-96</i>

3.8. EVALUACIÓN.....	<i>Páginas 97- 100</i>
3.8.1. CALIFICACIONES.....	<i>Página 97</i>
3.8.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	<i>Páginas 97-100</i>
3.9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	<i>Páginas 101-103</i>
3.10. RECURSOS.....	<i>Página 103-105</i>
3.10.1. DIDÁCTICOS.....	<i>Página 103</i>
3.10.2. MATERIALES: INFRAESTRUCTURAS, EQUIPAMIENTOS Y OTROS.....	<i>Páginas 103-105</i>
4. REFLEXIONES SOBRE LA INTERVENCIÓN DOCENTE.....	<i>Páginas 106-110</i>
4.1. CONSIDERACIONES PREVIAS.....	<i>Página 106</i>
4.2. APORTACIONES DE LA MENTORA.....	<i>Páginas 106- 117</i>
• TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN	
• ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DEL GRUPO	
• GESTIÓN DEL ESPACIO Y LOS RECURSOS	
• CAPACIDAD PARA MANTENER LA MOTIVACIÓN DEL ALUMNADO	
• CAPACIDAD DE PROPORCIONAR RETROALIMENTACIÓN SOBRE LAS CONDUCTAS MOTRICES	
• EVALUACIÓN DEL ALUMNADO	
4.3. APORTACIONES DE LOS ALUMNOS (RESULTADOS ENCUESTAS).....	<i>Páginas 118-120</i>
5. REFLEXIONES FINALES.....	<i>Páginas 120-121</i>
6. BIBLIOGRAFÍA.....	<i>Página 122</i>
7. ANEXOS.....	<i>Páginas 123- 160</i>
7.1. SESIONES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	<i>Páginas 123-138</i>
7.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	<i>Páginas 139-146</i>
7.3. MATERIALES Y RECURSOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	<i>Páginas 147-159</i>
7.4. SITUACIÓN SOCIAL DE REFERENCIA.....	<i>Página160</i>

1. INTRODUCCIÓN

1.1. EL PRACTICUM II COMO PARTE DEL CONTINUM DE LA FORMACIÓN PRÁCTICA DEL MASTER.

Dentro de esta formación de máster existen tres bloques de carácter práctico denominados practicum I, practicum II y practicum III respectivamente. Dichos bloques forman un continuum a lo largo de nuestra formación práctica, que aunque se distribuyen en momentos diferenciados a lo largo de este curso académico y tienen objetivos diferentes, están relacionados y entrelazados entre sí por un nexo común que es el entorno y el centro educativo de prácticas.

Tal y como comenté en el apartado de reflexiones de la memoria del practicum I (que puede consultarse en el apartado de anexos), el objetivo fundamental de dicho bloque práctico fue relacionar los conocimientos teóricos adquiridos a lo largo del primer cuatrimestre con la organización y el funcionamiento diario de un instituto. Esta experiencia de dos semanas me ayudó a comprender cómo se organiza un instituto por dentro, conociendo y sabiendo manejar y analizar los documentos de organización y funcionamiento del mismo, así como su vinculación con los documentos legales de carácter estatal y autonómico: Reglamento Orgánico de Centro, Proyecto Educativo, Proyecto Curricular, Plan de Atención a la Diversidad, Plan de Acción Tutorial, Programación General Anual, etc.

En este segundo bloque práctico, practicum II, los objetivos están más vinculados a la intervención docente que a aspectos organizativos y de funcionamiento del centro. Supone por tanto un paso adelante en lo referente a nuestra formación docente partiendo de la base ya adquirida en el practicum I. En el siguiente apartado se exponen con más detalle las aportaciones y características de este Prácticum II. El Prácticum III se abordará en otro documento, siendo el objetivo del mismo plantear un proyecto de innovación docente como colofón a esta formación práctica.

1.2. FINALIDAD Y CARACTERÍSTICAS DEL PRACTICUM II ASÍ COMO SU INCLUSIÓN EN EL CENTRO.

La finalidad de este practicum II es realizar un segundo periodo de contacto con la realidad docente, tanto en sus aspectos de interacción, convivencia y, en general, en la dinámica habitual de un Centro de Educación Secundaria, como en el desarrollo específico de actividades de enseñanza-aprendizaje aplicando una unidad didáctica, bajo la tutela del mentor del Centro y del tutor de la Universidad.

Lo esencial en este período práctico es por tanto la observación de la realidad docente, además de la puesta en acción e intervención en los diferentes programas y experiencias educativas que se trabajan en un Centro de Educación Secundaria, cobrando especial relevancia el diseño e impartición de una unidad didáctica dentro

de la materia de Educación Física. Dicha unidad didáctica está ubicada dentro de la Programación Anual del departamento de Educación Física para el curso de 1º de la ESO. Se trata de la unidad didáctica de Atletismo, que consta de 11 sesiones y termina con una situación social de referencia como es el encuentro Intercentros, evento en el que participan en una jornada de competiciones de atletismo los diferentes institutos de la ciudad de Huesca.

1.3. ANTECEDENTES Y DETERMINANTES DE LA LÍNEA DE TRABAJO.

En cursos académicos anteriores otros alumnos de este máster y del grado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte realizaron sus respectivos practicums en el IES Sierra de Guara y diseñaron e impartieron entre otras la unidad didáctica de atletismo. Tuve la suerte de poder disponer de estas unidades didácticas para ver de qué forma habían abordado el planteamiento de la misma. Además durante el practicum I pude definir con mi mentora el planteamiento general de mi propia unidad didáctica de atletismo. Por lo que pude comprobar en los documentos facilitados por mis compañeros y tras las entrevistas realizadas con mi mentora me decanté por seguir la línea de trabajo que había precedido el trabajo e intervención docente de anteriores compañeros así como de mi mentora.

Se trata de una línea de intervención docente en la que se pretende que el alumno tome protagonismo en el proceso de enseñanza- aprendizaje, y para ello se plantean las actividades de forma que mediante la práctica motriz el alumno vaya descubriendo los contenidos que el profesor le presenta. Otra de las características de esta forma de impartir las sesiones es que se aspira a generar el mayor soporte de autonomía posible en los alumnos. Para ello se han elaborado una serie de fichas de trabajo autónomo en las que se guía al alumno en la sesión, siendo él mismo el que mediante su práctica consiga rellenar dichas fichas de trabajo en las que al final encontrará una serie de preguntas que guiarán sus ideas hacia la estructura y conceptos clave que a posteriori reforzará el profesor en la reflexión del final de la sesión. Para hacer este trabajo autónomo más enriquecedor y contrarrestar el carácter individual del atletismo, se propone que este trabajo autónomo se lleve a cabo en pequeños grupos, fomentando así la responsabilidad de grupo, la aparición e implicación en diferentes tipos de roles (corredor, saltador, juez, cronometrador, coevaluador...), las relaciones sociales, la resolución de problemas mediante la cooperación y el compañerismo, etc.

Las ventajas que encuentro a esta forma de intervención docente es que genera alumnos autónomos con capacidad de autocontrol y organización independiente, lo cual es muy enriquecedor para su formación como personas. Pero es que además genera un clima de trabajo positivo en el aula y proporciona la inquietud y las herramientas necesarias al alumno para que realice actividad física fuera del horario escolar. También de esta forma se fomenta el diálogo, la cooperación y el trabajo en equipo para cumplir con la tarea encomendada por el profesor. Por otra parte

permite al profesor distanciarse del papel controlador para centrar más su intervención en propiciar reflexiones o dar retroalimentación a sus alumnos.

Por el contrario el inconveniente de esta forma de trabajo es que generalmente reduce el tiempo de actividad física real realizada por sesión debido a las explicaciones que requieren las actividades y los roles físicamente menos activos que surgen a raíz del empleo de esta metodología. No obstante creo que este inconveniente no es tan importante como para obviar los grandes beneficios que proporciona y que han sido comentados en el párrafo anterior.

2. ACTIVIDADES ACONTECIDAS DENTRO DEL PRACTICUM II.

2.1. TEMPORALIZACIÓN GENERAL

En este apartado se pretende reflejar de forma visual y resumida la temporalización del trabajo y las actividades principales realizadas durante las seis semanas que han dado cuerpo a este practicum II, que comenzó el 3 de Marzo y finalizó el 11 de Abril.

Nº Sesión/ Fecha	Contenido de la sesión o actividad realizada	Fechas																																																	
1	Introducción a la Unidad Didáctica: Power point.	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="7">MARZO</th> </tr> <tr> <th>L</th> <th>M</th> <th>X</th> <th>J</th> <th>V</th> <th>S</th> <th>D</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> </tr> <tr> <td>24</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>31</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	MARZO							L	M	X	J	V	S	D	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
MARZO																																																			
L	M		X	J	V	S	D																																												
3	4		5	6	7	8	9																																												
10	11		12	13	14	15	16																																												
17	18		19	20	21	22	23																																												
24	25		26	27	28	29	30																																												
31																																																			
2	Velocidad: Salida estática y lanzada.																																																		
10 Marzo	Jornada 2014 de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud.																																																		
11-12 Marzo	Evaluaciones de 1º de la ESO																																																		
3	Velocidad: Salida dos y cuatro apoyos.																																																		
4	Relevos 1																																																		
5	Relevos 2																																																		
6	Generalidades de los saltos.																																																		
24,26 y 28 Marzo	Charla sobre el futbol espectáculo con los grupos de 3º de la ESO.																																																		
27 Marzo	Guardia con 4º de la ESO																																																		
7	Salto de Altura y Vórtex.	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="7">ABRIL</th> </tr> <tr> <th>L</th> <th>M</th> <th>X</th> <th>J</th> <th>V</th> <th>S</th> <th>D</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> </tr> <tr> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ABRIL							L	M	X	J	V	S	D		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
ABRIL																																																			
L	M		X	J	V	S	D																																												
	1		2	3	4	5	6																																												
7	8		9	10	11	12	13																																												
14	15		16	17	18	19	20																																												
21	22		23	24	25	26	27																																												
28	29		30																																																
8	Salto de Altura y Vórtex.																																																		
2 Abril	Arbitraje en el campeonato de futbol sala de 3º de la ESO en el recreo																																																		
9	Ficha teórico-práctica del calentamiento.																																																		
10	Salto de longitud y triple salto.																																																		
11	Pentatlón de atletismo																																																		
12	Encuentro Intercentros (11 de Abril).																																																		
24-25 Abril	Comunicado de las notas y realización de encuestas sobre mi intervención docente																																																		

Además de todas las actividades principales expuestas en el cuadro anterior se realizaron otras muchas de carácter más secundario que se comentarán en el siguiente apartado y que no se han representado en la temporalización porque daría lugar a confusión complicando la interpretación del cuadro-resumen.

2.2. ACTIVIDADES ESPECÍFICAS.

En este apartado se comentan de forma más detallada las diferentes actividades que se han llevado a cabo en el practicum II, para ello se van a ir comentando por orden cronológico, dejando al margen todo aquello relacionado con la impartición de la unidad didáctica, ya que esto se comentará de forma más sistematizada en el apartado 3 y 4 de esta memoria.

- **Jornada 2014 de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud.**
El día 10 de Marzo acudí junto con mi mentora, el director del instituto y el tutor de la universidad a la Jornada 2014 de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud. En dicha jornada se reunieron todos los centros tanto de primaria como de secundaria de Aragón que constan como Escuelas Promotoras de Salud y se expusieron muchos de los proyectos que están llevando a cabo con respecto a esta temática. Esta es una buena forma de ver cómo trabajan en otros centros y de plantearse nuevas líneas de trabajo o reconducir las existentes o continuar con lo que se esté llevando a cabo.
- **Evaluaciones de 1º de la ESO.**
Gracias a mi mentora tuve la oportunidad de asistir a la junta de evaluación de los 5 grupos de 1º de la ESO, lo cual fue muy útil para mí porque fue una forma de conocer mejor a los alumnos a los que iba a impartir mi unidad didáctica. Además resultó interesante conocer este tipo de juntas, los aspectos que se tratan en las mismas, los problemas y soluciones que se plantean, etc.
- **Charla sobre el fútbol espectáculo con los grupos de 3º de la ESO.**
Uno de los profesores de educación física del instituto nos propuso dar una charla a los alumnos de 3º de la ESO sobre el fútbol espectáculo, ya que estaban trabajando la unidad didáctica de fútbol sala y consideró interesante nuestra aportación en la misma. Lo que hicimos fue preparar una sesión en la que inicialmente se dio una breve charla diferenciando los tres ámbitos dentro del fútbol como son: fútbol escolar, fútbol amateur y fútbol profesional. De aquí se explicó cómo surge el fútbol espectáculo y los valores positivos y negativos que transmite el mismo. Finalmente se planteó un debate estableciendo dos posturas diferenciadas como son aquellas personas que estaban a favor de mantener el fútbol espectáculo como tal y los que estaban en contra del mismo.

- **Guardias de aula.**
Llevé a cabo dos guardias durante este periodo de prácticas, una con 1ºE, alumnos que ya conocía bien puesto que les impartía clases y otra con uno de los grupos de 4º, a los que no conocía.
- **Clases de inglés al grupo de alumnos que forman parte del programa de pedagogía terapéutica.**
Hubo dos sesiones en las que ayudé al profesor con las clases de inglés que se impartían al grupo de alumnos de 1º de la ESO que están dentro del programa de pedagogía terapéutica.
- **Arbitraje en el campeonato de fútbol sala de 3º de la ESO en el recreo.**
La unidad didáctica de fútbol sala de 3º de la ESO se refuerza con una situación social de referencia como es un campeonato entre los diferentes grupos de 3º de la ESO en los recreos. En este campeonato participaron todos los alumnos y ellos mismos eran los que arbitraban, lo que siempre era importante que hubiese una figura adulta que controlase las posibles irregularidades o alborotos que pudieran surgir durante el partido. Yo me ofrecí para supervisar la actividad el miércoles 2 de Abril.
- **Salto de altura en el recreo.**
Como los alumnos de 1º de la ESO estaban muy motivados con el salto de altura, decidimos realizar esta actividad durante 3 recreos a lo largo de la unidad didáctica de atletismo. De esta forma muchos alumnos cogieron gusto por esta prueba y otros que a priori le tenían respeto se fueron soltando y familiarizando más con la misma.
- **Guardias en los recreos.**
La mayoría de los recreos salía al patio a observar a los alumnos y a controlar determinados aspectos como que los alumnos no se metieran al baño del edificio C, que no se generase ningún conflicto, etc. Era una buena oportunidad para conocer más de cerca las relaciones que se dan entre los diferentes alumnos y de este modo entender muchas de las cosas que luego suceden en el aula.
- **Preparación del listado de inscripción en Intercentros**
Durante muchos de los recreos aprovechaba para hablar con los alumnos sobre qué pruebas querían realizar en el encuentro Intercentros, de esta forma iba elaborando el listado de los participantes de cara a realizar las inscripciones y reforzaba al mismo tiempo el interés en los alumnos por este día y para que acudiesen a las tardes a entrenar a las pistas de atletismo.

- **Encuentro Intercentros.**

El día 11 de Abril los alumnos de 1º de la ESO participaron en el encuentro Intercentros. Fue una jornada en la que los diferentes centros de la ciudad de Huesca participaron en una serie de pruebas de atletismo. Nuestros alumnos ya sabían de antemano en qué pruebas iban a participar y muchos de ellos ya habían entrenado varios días por la tarde en las pistas de atletismo. Fue una experiencia muy positiva tanto para los alumnos como para mi mentora y yo. Todos habíamos realizado un importante trabajo previo para llegar con ilusión a este día. Por suerte hizo un día radiante y pudimos disfrutar de esta jornada al máximo.

- **Comunicado de las notas y realización de encuestas sobre mi intervención docente.**

A la vuelta de las vacaciones de Semana Santa los días 24 y 25 de Abril volví al instituto para comunicar las notas de la unidad didáctica de atletismo a aquellos alumnos interesados en conocerlas. Además aproveché para pasar unas encuestas anónimas en las que los alumnos calificaban mi acción docente a lo largo de dicha unidad, de esta forma he conocido una valiosa información para mejorar ciertos aspectos sobre mi acción docente que se comentarán en detalle en el apartado 4.3. de esta memoria.

2.3. REFERENCIAS PREVIAS A LA UNIDAD DIDÁCTICA

Como ya se ha comentado anteriormente la unidad didáctica de atletismo se encuentra reflejada dentro de la Programación Anual de Educación Física para el curso de 1º de la ESO. Es una unidad didáctica que se lleva impartiendo durante varios años en este curso haciendo siempre coincidir su final con el encuentro Intercentros, lo cual es una buena situación social de referencia para mantener motivados a los alumnos durante toda la unidad y hacer que los aprendizajes adquiridos durante las misma tengan más sentido y utilidad, en definitiva, conseguir un aprendizaje significativo. En el encuentro Intercentros pueden participar alumnos de todos los cursos de la ESO y Bachillerato, estableciéndose 3 categorías: infantil (1º y 2º de la ESO), cadete (3º y 4º de la ESO) y juvenil (1º y 2º de Bachillerato). Se trata de una jornada en la que se juntan los diferentes institutos de la ciudad de Huesca para participar en diferentes pruebas de atletismo. En años anteriores el IES Sierra de Guara había participado llevando a alumnos de diferentes cursos, sin embargo actualmente se ha optado por únicamente presentar a los alumnos de 1º de la ESO para dar más importancia y significado a esta situación social de referencia como colofón a la unidad didáctica de atletismo, ya que esta unidad únicamente se imparte con los grupos de 1º de la ESO. Esto permite al profesorado centrar sus esfuerzos en este grupo de alumnos, pudiendo organizar adecuadamente sesiones de entrenamiento a las tardes durante la duración de la unidad didáctica para así promocionar éste deporte y enganchar a posibles atletas a

los clubes de atletismo de la ciudad o hacia estilos de vida más activos y saludables. Como vemos el encuentro Intercentros supone una gran oportunidad tanto para el profesor como para los alumnos y es una baza que da mucho juego para mantener la motivación durante toda la duración de la unidad didáctica, además de servir de nexo entre los alumnos de diferentes centros y cursos que han vivenciado dicha experiencia y en parte supone un vínculo y nexo de unión común a muchas personas.

3. ASPECTOS PRINCIPALES Y CARACTERÍSTICAS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.

3.1. TÍTULO

En primer lugar comentar la importancia de dotar a la Unidad didáctica de un título atractivo y sugerente que provoque la intriga del alumno por descubrir qué es lo que se va a hacer durante esta Unidad didáctica. Para ello me ha parecido muy interesante llamar a esta unidad “Tu propia Olimpiada”, ya que sugiere en parte ser una gran oportunidad de experimentar una experiencia deportiva única y que además guarda mucha referencia con la situación de referencia que acontecerá al final de esta Unidad didáctica como es el encuentro Intercentros.

3.2. INTRODUCCIÓN

3.2.1. JUSTIFICACIÓN

El Atletismo es un deporte muy completo que posee una serie de características que implican el trabajo y puesta en acción de muchas de las habilidades motoras y cualidades físicas a las que hace mención el currículo de Educación Física.

A mi modo de entenderlo el atletismo es un deporte base fundamental para el resto de deportes, no sólo por ser el deporte más antiguo de la humanidad, sino porque con él podemos desarrollar pilares motrices básicos que el alumno va a poder aplicar en el resto de deportes. Por otra parte es muy interesante su carácter universal, ya que la mayoría de las personas pueden practicarlo a su nivel y en función de sus características. Además el atletismo permite conocerse a uno mismo, establecer y superar límites personales, adquirir valores de compromiso, autosuperación, fuerza de voluntad, esfuerzo, respeto, responsabilidad, etc. que tienen un alto valor formativo en las personas.

El fundamento esta Unidad didáctica, es acercar a los alumnos a las diferentes modalidades atléticas, especialmente a aquellas que son fácilmente transferibles al ámbito educativo, siempre desde un enfoque general y de forma que promovamos el trabajo autónomo del alumno. Por todo ello, se irán presentando diferentes modalidades atléticas, tanto de desarrollo individual como grupal (relevos), pretendiendo con ello, tanto la familiarización con el deporte en sí, como con la vivencia de la competición, siempre desde un punto de vista educativo.

Además es interesante contemplar también la adecuación de la puesta en práctica de esta Unidad didáctica desde el punto de vista de las fases sensibles, ya que en 1º de la E.S.O. los alumnos tienen una edad en la que todavía se encuentran en plena fase sensible para el desarrollo de muchas cualidades físicas. Por lo tanto mediante el atletismo vamos a poder proporcionar al alumno una gran cantidad de estímulos variables que posibilitarán un mayor desarrollo de sus cualidades. Esta idea cobra especial relevancia si tenemos en cuenta que la juventud es cada vez más sedentaria y por tanto recibe menos estímulos para desarrollar sus cualidades físicas.

3.2.2. CONTEXTUALIZACIÓN.

La Unidad didáctica de atletismo que aquí se plantea va a ser la protagonista dentro de mi Prácticum II del master de Profesorado en E.F. para la E.S.O., Bachillerato y Formación Profesional. Esta Unidad didáctica se ha diseñado y planteado para el primer curso de la Educación Secundaria Obligatoria del instituto Sierra de Guara situado en la ciudad de Huesca.

El desarrollo de esta Unidad Didáctica está previsto para las fechas comprendidas entre el 3 de Marzo y el 11 de Abril. Será impartida en este período de tiempo debido a que se pretende finalizar la misma con una situación de referencia para el alumnado, tal y como es el encuentro Intercentros. En dicho evento participan todos los institutos de Huesca, que se reúnen para disfrutar de una jornada deportiva en la que se realizan diversas pruebas de atletismo con el fin de promocionar la actividad física y el deporte además de la socialización entre los participantes. En este encuentro aparecen como principales protagonistas los alumnos de 1º de la E.S.O. de los diferentes institutos aunque también pueden participar alumnos de otros cursos. Los alumnos con los que se pondrá en práctica esta U.D. deberán participar en al menos una prueba para la que previamente se habrán estado preparando a lo largo de esta unidad didáctica. Además todos los participantes deberán colaborar en la organización de este evento, implicándoles así en propiciar un buen ambiente a lo largo de toda la mañana del 11 de Abril.

El hecho de terminar la U.D. con una situación de referencia nos ayudará a mantener motivados a los alumnos a lo largo de la misma y a conseguir un aprendizaje más significativo.

La Unidad didáctica se compone de 12 sesiones en las que se intentará abarcar diferentes modalidades de atletismo tales como velocidad, relevos, salto de altura, salto de longitud, triple salto y lanzamiento de vórtex. De esta manera el alumnado podrá descubrir y conocer con cierto detalle estas modalidades e incluso tendrá la oportunidad de participar en dichas pruebas en el encuentro Intercentros. Además existe la opción de poder incluir algunas clases de carácter voluntario en horario extraescolar para poder hacer uso de las pistas de atletismo y profundizar así en determinadas pruebas y practicarlas en estas instalaciones específicas.

Esta Unidad didáctica se realizará con cada uno de los 4 grupos del 1º de la E.S.O. a los que imparte clases mi mentora. Cada uno de estos grupos tiene entre 25 y 30 alumnos, que poseen características diferentes, tanto físicas, como sociales, afectivas, psicológicas, etc. Por lo que se ha de tener en cuenta en todo momento que se está tratando con personas con características y necesidades diferentes y que por tanto se debe individualizar y adaptar la enseñanza en la medida de lo posible a cada persona.

Las instalaciones con las que contamos son las propias del centro: un gimnasio y pistas exteriores de baloncesto y balonmano. Pero además en el horario de tardes algunos días dispondremos de las instalaciones de las Pistas de Atletismo Municipales en las que se realizarán clases voluntarias para los alumnos que lo deseen.

3.3. OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

A continuación se muestran los objetivos didácticos planteados para esta Unidad Didáctica. La presencia de estos objetivos no ha sido al azar, sino que guardan relación y consonancia con los objetivos generales de Educación Física de la ESO, los criterios de evaluación y los contenidos que vienen marcados para 1º de la ESO en la Orden de 9 de mayo de 2007, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo aragonés de la Educación secundaria obligatoria.

1. Fomentar el cuidado y la higiene corporal en las clases de Educación Física.
2. Aprender a trabajar en equipo, planteando el trabajo en pequeños grupos durante las diferentes sesiones.
3. Apoyar el trabajo autónomo del alumno, ayudándole a autogestionar sus intervenciones en las actividades de cada sesión mediante la cumplimentación de fichas de trabajo.
4. Conocer los aspectos teóricos generales que caracterizan las diferentes modalidades del atletismo, así como el componente histórico de este deporte.
5. Vivenciar y conocer los aspectos técnicos básicos implicados en las carreras de velocidad, la carrera de relevos, el salto de longitud, el salto de altura, el triple salto y el lanzamiento de vórtex.
6. Implicar al alumno en la responsabilidad de asumir los diferentes tipos de roles que podemos encontrar en el atletismo: atleta, juez, cronometrador, observador, etc.
7. Fomentar la coeducación en los alumnos.

3.4. COMPETENCIAS BÁSICAS Y ESPECÍFICAS

Competencias Básicas:

1. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

Esta Unidad didáctica va a permitir conocer al alumno un entorno deportivo diferente al que está acostumbrado. Me refiero a la pista de atletismo, la cual consta de diferentes zonas específicas para cada prueba. De normal los alumnos realizan Educación Física en las instalaciones del centro o en los alrededores, pero nunca antes han conocido de la mano de la asignatura las instalaciones de la pista de atletismo municipal. Tanto en la sesión 11 como en la 12 los alumnos podrán disfrutar de una sesión y una jornada deportiva en dichas instalaciones. Se trata de un nuevo entorno donde el cuerpo humano constituye una pieza clave en la interrelación de la persona con el mismo.

Por otra parte, se colabora en un uso responsable de las instalaciones y los recursos de los que se dispone tanto en el centro como en la ciudad para la práctica de este deporte.

2. Competencia social y ciudadana.

Las actividades que se contemplan en esta Unidad didáctica son un medio adecuado para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que se promueve el trabajo en equipo, la vivenciación de diferentes roles, la implicación en asumir nuevas responsabilidades, etc.

El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las diferentes pruebas del atletismo colabora en la aceptación de los códigos de conducta propios de nuestra sociedad.

4. Competencia en el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal.

Esta es una de las competencias que más se pretende fomentar en el alumnado a lo largo de esta Unidad didáctica. Para ello en todas las sesiones se va a facilitar al alumnado una serie de fichas de trabajo en las que se le guiará y orientará para que en pequeños grupos de trabajo puedan trabajar de forma autónoma, regulando ellos sus intervenciones y descubriendo cómo conseguir los objetivos planteados para cada una de las sesiones.

Este planteamiento ofrece al alumnado situaciones en las que debe manifestar tanto un compromiso personal como motriz, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad técnica o en la mejora del propio nivel técnico, y también se busca fomentar su responsabilidad en la aplicación de las reglas o normas de juego mediante la vivenciación de diferentes roles.

5. Aprender a aprender.

Esta Unidad didáctica ofrece oportunidades para que el alumno pueda planificar y autogestionar su práctica durante las diferentes sesiones. Ello contribuye a dotar al alumno de experiencias y conocimientos necesarios como para que sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de actividad física en su tiempo libre de forma organizada y estructurada. Asimismo, al plantear formas de trabajo más autónomo con fichas de trabajo y trabajo en pequeños grupos estamos desarrollamos habilidades para el trabajo en equipo y la implicación en diferentes roles.

Como ya comentaba en la justificación de la Unidad didáctica, considero que el atletismo es una buena herramienta para que una persona aprenda a conocer cuáles son sus capacidades y limitaciones, sus puntos fuertes y débiles, y a partir de aquí pueda plantearse objetivos reales que logre alcanzar con su propio esfuerzo y perseverancia.

Además es interesante destacar que determinados aprendizajes técnicos del atletismo se pueden transferir al aprendizaje de distintas actividades deportivas.

6. Competencia lingüística.

A esta competencia se contribuye desde la Unidad didáctica ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos orales en la exposición de la primera sesión así como durante la presentación de los diferentes contenidos teóricos. Además se proponen una serie de fichas de trabajo en las que el alumno debe explicar con sus palabras por escrito hechos que han sucedido o conclusiones a las que ha llegado a lo largo de las sesiones. Además el alumnado deberá conocer e integrar en su riqueza lingüística el nuevo vocabulario específico de las diferentes modalidades atléticas que trabajemos.

7. Tratamiento de la información y competencia digital.

Esta competencia se pretende trabajar mediante la búsqueda, selección, recogida y procesamiento de información relacionada con el atletismo para la realización de los trabajos solicitados por el profesorado. Para ello va a ver por ejemplo una sesión en la que los alumnos deberán buscar vídeos en “youtube” donde puedan observar una demostración de cómo se hace el salto de altura con la técnica de Fosbury. Además dentro del blog de educación física colgaremos toda la información y apuntes de la Unidad Didáctica para que los alumnos se descarguen desde el mismo el temario correspondiente.

8.- Competencia matemática.

Desde la Unidad didáctica se participará en el desarrollo de esta competencia con aspectos como las magnitudes y medidas que se utilizan en el atletismo, tales como

el tiempo que deberán cronometrar en las diferentes pruebas, el cálculo de la velocidad media de desplazamiento, o la distancia alcanzada en un salto o lanzamiento. Para ello se proponen diferentes hojas y fichas de trabajo autónomo del alumno, donde deberán medir y calcular este tipo de magnitudes con respecto a las pruebas que realiza.

De similar manera se contribuye interpretando y construyendo tablas y gráficos con los datos sobre sus ejecuciones o resultados, concluyendo tras el análisis de los datos cuáles son las técnicas con las que se consiguen mayores resultados.

Competencias Específicas:

Considero fundamental enunciar una competencia específica que contemple nuestra área, y qué mejor forma que denominarla *Competencia Motriz*. Desde la Unidad didáctica vamos a contribuir al desarrollo de esta competencia en cuanto a que el Atletismo es un deporte muy completo que posee una serie de características que implican el trabajo y puesta en acción de muchas habilidades motoras y cualidades físicas. Muchos de los aprendizajes que se pretenden adquirir en esta Unidad didáctica servirán de pilar para construir nuevos aprendizajes motrices en un futuro.

3.5. CONTENIDOS

Los contenidos a desarrollar vienen determinados de forma general en el currículum aragonés establecido en la Orden de 9 de mayo de 2007. Para el Bloque 2 de contenidos referente a Juegos y Deportes dicha orden contempla los siguientes contenidos:

Bloque 2. Juegos y deportes

2.0. El deporte individual y colectivo como fenómeno social y cultural.

2.1. *Conocimiento y realización de juegos convencionales, recreativos y tradicionales (práctica de juegos tradicionales aragoneses).*

2.2. El movimiento coordinado: equilibrio y agilidad.

2.3. *Habilidades gimnásticas globales: saltos, equilibrios, giros, etc.*

2.4. Ejecución de habilidades motrices vinculadas a acciones deportivas.

2.5. Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de un deporte individual.

2.6. *Las fases del juego en los deportes colectivos: concepto y objetivos.*

2.7. *Realización de juegos y actividades en los que prevalezcan aspectos comunes de los deportes colectivos.*

- 2.8. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a su mejora.
- 2.9. Valoración de las actividades deportivas como una forma de mejorar la salud.
- 2.10. Respeto y aceptación de las reglas de las actividades, juegos y deportes practicados.

Como podemos observar en color gris he diferenciado los contenidos que no hacen alusión a nuestra Unidad Didáctica, siendo todos los demás los que deberemos desarrollar dentro de la misma. Con el fin de concretar un poco más este apartado se plantea a continuación una matización y ordenación de los contenidos 2.4. y 2.5. esclareciendo los principios operacionales y las reglas de acción implicados dentro de los mismos.

3.5.1. PRINCIPIOS OPERACIONALES.

En este apartado se han establecido tres principios de acción generales que son comunes a varias modalidades del atletismo. Es por ello por lo que un mismo principio de acción puede ser perfectamente válido para dos o más pruebas atléticas diferentes. A continuación se exponen dichos principios:

- Mantener la máxima velocidad durante el trascurso de la prueba → Este principio de acción define todas las pruebas de carrera y marcha. Es común tanto para las pruebas de velocidad como para las de medio fondo y fondo. Pero también nos sirve para las carreras de vallas, las pruebas de obstáculos o incluso las de relevos.
- Lograr la máxima aceleración controlada en el momento final → Con este principio abarcamos tanto las pruebas de salto (longitud, tripe, altura y pértiga), como las pruebas de lanzamiento (peso, disco, jabalina y martillo).
- Coordinar y ajustar los movimientos adecuadamente en el tiempo y el espacio para obtener la mayor eficiencia motriz. → Con este principio englobamos absolutamente a todas las pruebas del atletismo, ya que cada prueba se rige por una secuencia de movimientos que suceden en el tiempo y en un espacio determinado y que requieren de una coordinación y ajuste eficiente para buscar el mayor rendimiento motriz.

3.5.2. REGLAS DE ACCIÓN.

Teniendo en cuenta los principios de acción descritos anteriormente se proponen una serie de reglas de acción para cada una de las modalidades del atletismo que se van a trabajar en esta Unidad Didáctica que en este documento planteo.

Modalidad	Principios de acción	Reglas de acción
<i>Velocidad</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener la máxima velocidad durante el transcurso de la prueba. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conseguir la máxima velocidad de reacción en el momento de la salida. • Conseguir la máxima velocidad de desplazamiento durante la prueba. • Inclinar hacia adelante el tronco en la meta para cruzar la meta lo antes posible.
<i>Relevos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinar y ajustar los movimientos adecuadamente en el tiempo y el espacio para obtener la mayor eficiencia motriz. 	<p>Además de las anteriores, referentes a velocidad, las específicas de la prueba, que son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasar el testigo con la mínima variación de la velocidad posible y dentro de la zona establecida. • Conseguir una carrera homogénea a pesar de tener que intercambiar el testigo y correr con él en la mano.
<i>Salto de Altura</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Lograr la máxima aceleración controlada en el momento final. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conseguir alcanzar la máxima altura posible y pasar el listón sin tirarlo. • Descubrir las características que tendrá la fase de carrera y batida para conseguir los mejores resultados. • Control del cuerpo y la posición de las extremidades en la fase de vuelo para no tocar el listón.
<i>Salto de longitud</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinar y ajustar los movimientos adecuadamente en el tiempo y el espacio para obtener la mayor eficiencia motriz. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conseguir el mayor alcance posible en el salto sin pisar la plastilina. • Descubrir las características que tendrá la fase de carrera y batida para conseguir los mejores resultados.
<i>Triple salto</i>		<ul style="list-style-type: none"> • Control del cuerpo y la posición de las extremidades en la fase de vuelo y caída para conseguir el máximo alcance.
<i>Vórtex</i>		<ul style="list-style-type: none"> • Conseguir el mayor alcance posible en el lanzamiento cumpliendo con el reglamento. • Conocer e interiorizar la angulación más eficaz de proyección del móvil.

3.6. ACTIVIDADES/TEMPORALIZACIÓN

La Unidad didáctica de Atletismo tendrá lugar durante los meses de Marzo y parte del mes de Abril del curso 2013-2014. Así pues la temporalización de las unidades didácticas que se van a llevar a cabo a lo largo de este curso es la siguiente:

- Calidad de vida (carrera de larga duración): septiembre - noviembre
- Bate y carrera (Baseball): Noviembre - Enero
- Acrosport + combas: Enero - Febrero
- **Atletismo: 3 de Marzo – 11 de Abril**
- Danzas tradicionales: Abril - Mayo
- Baloncesto: Mayo - Junio
- Rastreo, orientación, pistas: Junio

La Unidad didáctica de atletismo está situada en las fechas anteriormente comentadas debido a la situación de referencia con la que finalizará la misma, el encuentro Intercentros que tendrá lugar el 11 de Abril de 2014.

En lo referente a la temporalización de la Unidad didáctica de Atletismo en cuestión la organización temporal es la siguiente:

Nº Sesión	Contenido de la sesión	Fechas																																																																																																		
1	Introducción a la Unidad Didáctica: Power point.	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="7">MARZO</th> </tr> <tr> <th>L</th> <th>M</th> <th>X</th> <th>J</th> <th>V</th> <th>S</th> <th>D</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> </tr> <tr> <td>24</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>31</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th colspan="7">ABRIL</th> </tr> <tr> <th>L</th> <th>M</th> <th>X</th> <th>J</th> <th>V</th> <th>S</th> <th>D</th> </tr> <tr> <td></td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> <td>25</td> <td>26</td> <td>27</td> </tr> <tr> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	MARZO							L	M	X	J	V	S	D	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							ABRIL							L	M	X	J	V	S	D		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
MARZO																																																																																																				
L	M		X	J	V	S	D																																																																																													
3	4		5	6	7	8	9																																																																																													
10	11		12	13	14	15	16																																																																																													
17	18		19	20	21	22	23																																																																																													
24	25		26	27	28	29	30																																																																																													
31																																																																																																				
ABRIL																																																																																																				
L	M		X	J	V	S	D																																																																																													
	1		2	3	4	5	6																																																																																													
7	8		9	10	11	12	13																																																																																													
14	15	16	17	18	19	20																																																																																														
21	22	23	24	25	26	27																																																																																														
28	29	30																																																																																																		
2	Velocidad: Salida estática y lanzada.																																																																																																			
3	Velocidad: Salida dos y cuatro apoyos.																																																																																																			
4	Relevos I																																																																																																			
5	Relevos II																																																																																																			
6	Generalidades de los saltos.																																																																																																			
7	Salto de Altura y Vórtex.																																																																																																			
8	Salto de Altura y Vórtex.																																																																																																			
9	Ficha calentamiento y estiramientos.																																																																																																			
10	Salto de longitud y triple salto.																																																																																																			
11	Pentatlón de atletismo.																																																																																																			
12	Encuentro Intercentros (11 de Abril).																																																																																																			

El conjunto de actividades a desarrollar en las 12 sesiones temporalizadas anteriormente en el calendario se encuentran perfectamente descritas en el desarrollo de las sesiones que encontramos en el apartado de anexos.

3.7. METODOLOGÍA

La metodología planteada en esta Unidad didáctica intenta romper con el modelo metodológico tradicional del atletismo basado en la reproducción de gestos técnicos que surgen de un modelo técnico a seguir. Por ello tratamos de alejarnos al máximo de los parámetros del rendimiento, apostando por un enfoque más educativo y formativo.

Para ello lo primero que debemos tener presente es que debemos ser flexibles, ajustándonos a las capacidades y posibilidades reales de los alumnos. Al mismo tiempo se pretende que el alumno tome protagonismo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y para ello planteamos actividades en las que mediante la práctica motriz el alumno vaya descubriendo los contenidos que el profesor le presenta. Además se potencia la cooperación y el compañerismo mediante el trabajo en pequeños grupos generalmente de 3 o 4 personas o incluso en parejas. Todo ello se llevará a cabo sin descuidar la implementación de estrategias para motivar al alumno, consiguiendo así que éste se implique de manera más activa en su aprendizaje.

En esta Unidad didáctica he apostado también por tener muy presente el paradigma cognitivo, tratando siempre de estructurar las sesiones en dos partes muy marcadas, en primer lugar una parte de práctica motriz basada en el descubrimiento y vivenciación de diferentes experiencias, seguida por una fase de reconducción de la actividad o de reflexión, relacionando las experiencias acontecidas en la práctica con los objetivos y contenidos que se esconden tras la misma. Por tanto prima la secuencia acción-reflexión dentro del desarrollo de las diferentes sesiones. Considero interesante plantear este tipo de metodología basada en la experimentación, comprensión y reflexión porque de esta forma se construye un aprendizaje significativo y funcional.

Además trataré de relacionar siempre que sea posible los contenidos impartidos con su utilidad en la sociedad actual o en la vida diaria, para así generar aprendizaje contextualizado. También considero muy interesante el poder llevar a cabo las dos últimas sesiones fuera del centro (pistas de atletismo), ya que de esta manera los alumnos conocerán nuevas instalaciones deportivas y nuevas oportunidades de ocio relacionadas con el deporte.

Otro de los pilares básicos de la metodología a emplear en esta Unidad didáctica va a ser el generar el mayor grado de autonomía posible en los alumnos. Para ello se han elaborado una serie de fichas de trabajo autónomo en las que se guía al alumno en la sesión, siendo él mismo el que mediante su práctica consiga rellenar dichas fichas de trabajo en las que al final encontrará una serie de preguntas que guiarán sus ideas hacia la estructura y conceptos clave que a posteriori reforzará el profesor en la reflexión del final de la sesión. Con esto pretendemos además fomentar una participación más activa tanto motriz como cognitiva durante la sesión. Para hacer este trabajo autónomo más rico y contrarrestar el carácter individual del atletismo, se propone que este trabajo autónomo se lleve a cabo en pequeños grupos,

fomentando así la responsabilidad de grupo, la aparición e implicación en diferentes tipos de roles (corredor, saltador, juez, cronometrador, coevaluador...), las relaciones sociales, la resolución de problemas mediante la cooperación y el compañerismo, etc.

Otro aspecto muy positivo de este tipo de metodología va a ser que el profesor va a adquirir un papel más de guía y de orientador, lo cual le va a permitir ir pasando por los grupos para dar un feedback más concreto e individualizado a cada persona.

Además otro pilar básico de la metodología a emplear en esta Unidad didáctica va a consistir en intentar generar en el aula un clima tarea, valorando el grado de implicación del alumno y la mejora/progreso personal, dando mayor valor al proceso y no al resultado. Con todo ello pretendo que todo el mundo se perciba competente en este ámbito, evitando las comparaciones de resultados y la competitividad tan arraigada en este tipo de deportes en los que el éxito se atribuye a la consecución de un resultado en forma de marca, ya sea de tiempo, distancia o altura. Para ser consecuente con este planteamiento no se va a atribuir ningún valor ni a tiempos ni a marcas, sino que únicamente los resultados van a estar al servicio del proceso de aprendizaje del alumno, comprobando por sí mismo qué variables son las que le reportan sus mejores resultados.

3.8. EVALUACIÓN

3.8.1. CALIFICACIONES

Para facilitar la evaluación del alumnado planteamos una distribución porcentual en relación a la importancia que cobran los diferentes criterios de calificación dentro de la evaluación. Considero que deben primar los aspectos de práctica motriz y actitudinales sobre los contenidos teóricos debido al carácter práctico que a mi juicio debe tener esta materia. Esta es mi propuesta para esta Unidad didáctica de Atletismo.

Partes	Importancia de cada parte	Objetos evaluables en cada una de las partes
Teoría	20%	Fichas teóricas (20%)
Práctica	60%	<ul style="list-style-type: none">• Rúbrica de competencia motriz. (15%)• Fichas coevaluación velocidad 1 y 2, relevos 2, iniciación a los saltos, vortex, ficha calentamiento y estiramientos, pentatlón (15%)• Fichas de trabajo autónomo del alumno de las sesiones de velocidad 1 y 2, vortex, iniciación a los saltos, calentamiento y estiramientos (30%).
Actitud	20%	<ul style="list-style-type: none">• Indumentaria adecuada, camiseta de recambio y desodorante (10%).• Hoja registro actitudinal del profesor (10%).

3.8.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

En este apartado partimos de la base establecida por el currículum aragonés en la Orden del 7 de Mayo de 2007 teniendo en cuenta los criterios de evaluación que se establecen para el primer curso de la E.S.O. Del total de los 8 criterios de evaluación estipulados para dicho curso, los que tienen aplicación directa en esta Unidad didáctica son los criterios 1, 2, 4 y 8, tal y como hemos podido observar y comprobar en uno de los cuadros sinópticos que he realizado en el anexo 1, en el cual relacionaba los objetivos didácticos con los criterios de evaluación del curso. A su vez en este apartado para facilitar la aplicación de estos 4 criterios que he seleccionado, he considerado necesario concretarlos con una breve descripción de cada uno respecto a la Unidad didáctica y con la elaboración de sus respectivos indicadores. También de cada criterio de evaluación se han especificado los mínimos exigibles.

1. Recopilar y poner en práctica actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.

Se valorará que el alumno sepa llevar a cabo y estructurar un calentamiento entendiendo su importancia para la actividad física, pudiendo elaborar de forma autónoma juegos y ejercicios acordes a esta fase.

Indicadores:

- Recopila los juegos realizados durante las sesiones.
- Elabora juegos o actividades de invención propia acorde a las modalidades deportivas desarrolladas.

Mínimos:

- Un juego de los realizados en clase por cada modalidad deportiva.
- Un juego de invención propia de cada modalidad deportiva.

2. Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.

Se valorará acudir a las sesiones de Educación Física con ropa deportiva (chándal deportivo, pantalones cortos de deporte, camiseta de deporte de manga corta) y calzado deportivo que asegure la prevención de lesiones para los alumnos (protecciones o refuerzos textiles, suela adecuada, cordones....). Deberán cambiarse de camiseta y asearse lo mínimo indispensable al término de la clase.

Indicadores:

- Aplica los hábitos de higiene (cambio de camiseta y aseo mínimo).
- Acude a las sesiones con la vestimenta adecuada para realizar educación física.
- Cuida su higiene postural cuando está sentado o levanta peso durante la actividad.

Mínimos:

- Acudir al 75% de las sesiones de la unidad con la indumentaria adecuada, la camiseta de recambio y el desodorante para después de la sesión. (9 de las 12 sesiones).

4. Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado.

Se evaluará la progresión de las capacidades coordinativas en las habilidades específicas de cada modalidad desarrollada con respecto a su nivel inicial. Se tendrá en cuenta la interiorización del aprendizaje individual demostrado a través de la evaluación práctica que se llevará a cabo.

Indicadores:

- Supera los ítems marcados en las fichas de evaluación.
- Define y aplica los conceptos correctamente en el cuaderno de tareas.

Mínimos:

- Obtener al menos 4 de los 10 puntos en la ficha práctica de velocidad y relevos.
- Entregar completadas la mitad de las fichas realizadas en la práctica y tener una nota media de 4 en las mismas para poder mediar con el resto de apartados de la evaluación.
- Obtener un mínimo de 0,6 puntos sobre un total de 1,5 en la rúbrica de competencia motriz.

8. Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas, respetando las reglas y normas establecidas y responsabilizándose de una adecuada utilización de los materiales e instalaciones.

Práctica del atletismo como fenómeno social y cultural como medio para incentivar valores y actitudes de respeto.

Indicadores:

- Participa de manera activa en las clases completando las fichas de trabajo autónomo con los resultados que se derivan de su práctica motriz.
- Asume los diferentes roles que se plantean en las actividades.
- Respeto las normas y convivencia en el aula.
- Respeto y cuida el material.
- Entrega las tareas en el tiempo establecido con nombre y corrige de forma adecuada los errores.

Mínimos:

- Participar activamente en el 75 % de las sesiones (9 de 12) completando las fichas de trabajo autónomo con los resultados que se derivan de su práctica motriz, respetando y cuidando el material.
- Entregar las tareas corregidas que el profesor mande repetir.

En la siguiente página se expone un cuadro resumen de la evaluación en el que se esclarece y relaciona toda la información explicada en los dos últimos apartados 3.8.1. y 3.8.2.

CRITERIOS EVALUACIÓN		CCBB (con respecto a la orden 9 de mayo 2007)	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN	% INSTRUMENTOS EVALUACIÓN	INDICADORES EVALUACIÓN	MÍNIMOS EXIGIBLES	CRITERIOS CALIFICACIÓN
C1	Recopilar y poner en práctica actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.	CCBB 1= 75% CCBB 6 y CCBB7= 25%	Fichas teóricas (20%)	20%	-Recopila los juegos, estiramientos o ejercicios que se piden en las fichas teóricas. -Elabora juegos o actividades de invención propia acorde a las modalidades deportivas desarrolladas.	-Entregar completadas 2 de las 3 fichas teóricas propuestas obteniendo una media de 4 en este apartado.	PÁGINAS 98-100
C2	Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida.	CCBB 1= 50% CCBB 2= 50%	Ficha Registro Profesor	10%	- Aplica los hábitos de higiene. - Acude a las sesiones con la vestimenta adecuada para realizar educación física.	Acudir al 75% de las sesiones de la unidad con la indumentaria adecuada y camiseta de repuesto (9 de las 12 sesiones).	Por día que no se trae la camiseta o la vestimenta adecuada se resta -0,33.
C4	Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado.	CCBB 4 = 50% CCBB 5 = 25% CCEE: Competencia motriz = 25%	Rúbrica de competencia motriz. (15%) Fichas coevaluación velocidad 1 y 2, relevos 2, iniciación a los saltos, vortex, ficha calentamiento y estiramientos, pentatlón (15%)	30%	-Alcanza o supera los ítems básicos de la rúbrica de competencia motriz. - Define y aplica los conceptos correctamente en el cuaderno de tareas.	- Obtener al menos 0,6 puntos de un total de 1,5 en la rúbrica, pudiendo encontrarse en tres de las categorías en el nivel II pero no por debajo de este nivel. -Entregar completadas al menos la mitad de las fichas realizadas en la práctica y tener una nota media de 4 en las mismas para poder mediar con el resto de apartados de la evaluación.	PÁGINAS 103-104 PÁGINAS 106-118
C8	Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas, respetando las reglas y normas establecidas y responsabilizándose de una adecuada utilización de los materiales e instalaciones.	CCBB 2= 100%	Hoja de registro profesor (10%). Fichas de trabajo autónomo del alumno de las sesiones de velocidad 1 y 2, vortex, iniciación a los saltos, calentamiento y estiramientos (30%).	40%	-Participa de manera activa en las clases. - Asume los diferentes roles que se plantean en las actividades. -Respeta las normas y convivencia en el aula. -Respeta y cuida el material. -Entrega las tareas en el tiempo establecido con nombre y corrige de forma adecuada los errores.	- Participar activamente en el 75 % de las sesiones (9 de 12) completando las fichas de trabajo autónomo. - Entregar completadas al menos la mitad de las fichas realizadas en la práctica y tener una nota media de 4 en las mismas para poder mediar con el resto de apartados de la evaluación. - Entregar las tareas corregidas que el profesor mande a repetir.	Por día que no se implica en los roles o se falta a las normas de convivencia o no respeta el material se resta -0,33. PÁGINA 101 Y 102 PÁGINAS 106, 107, 111-115.

Los instrumentos de evaluación pueden encontrarse en el apartado de anexos.

3.9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

A mi forma de entenderla, la atención a la diversidad creo que tiene una doble función. Por un lado, favorece una educación más individualizada y, por otro, la aceptación por parte de todo el alumnado de que todo el mundo no es igual y que hace falta aceptar y respetar esas diferencias.

La realidad educativa dentro de los diferentes grupos de 1º de la E.S.O. del I.E.S. Sierra de Guara ofrece una heterogeneidad bastante amplia dentro del alumnado. Esta heterogeneidad viene determinada principalmente por las siguientes variables:

- Las diversas culturas que conviven dentro del mismo aula.
- Las diferentes capacidades cognitivas de los alumnos: Algunos cursan el modelo bilingüe y otros no, e incluso en algunos grupos en la clase de educación física se juntan alumnos que provienen del Programa de aprendizaje básico o del de Pedagogía Terapéutica.
- Las dispares niveles de madurez tanto física y sexual como intelectual que podemos encontrar dentro de una misma clase debido a la edad de adolescencia y cambio en la que se hayan estos alumnos.

No obstante, a pesar de estas diferencias, se debe destacar que no encontramos ningún alumno con discapacidad física o intelectual que requiera o determine la necesidad de realizar una adaptación muy concreta y específica de la Unidad Didáctica que aquí se plantea. Por el contrario debo recalcar que estas diferencias se han tenido muy en cuenta a la hora de diseñar las actividades de enseñanza-aprendizaje, de forma que se han propuesto tareas abiertas en las que se apuesta por el trabajo autónomo del alumno, y se plantean situaciones de trabajo en pequeños grupos, proponiendo tareas en las que para alcanzar los objetivos o retos propuestos por el profesor sea necesario mostrar y poner en práctica la colaboración, la cooperación y el compañerismo. Este planteamiento sin duda hace que las sesiones tengan un carácter muy integrador, en el que los propios alumnos participan activamente también en esta adaptación a la diversidad ayudándose entre sí y descubriendo conjuntamente por sí mismo muchos de los contenidos que presenta el profesor en las sesiones de manera abierta para no limitar este descubrimiento.

Por tanto con este planteamiento metodológico creo que se responde bastante bien al grado de heterogeneidad comentado anteriormente, respondiendo así a la atención a la diversidad, ya que las tareas planteadas en esta Unidad didáctica implican una dificultad acorde a las capacidades de todos los alumnos sobre la que el propio alumno puede ir complicándola en mayor o menor grado según su implicación e involucración dentro de las mismas.

Si aún con todo lo comentado anteriormente o por algún casual surgiese la necesidad de plantear adaptaciones para la atención a la diversidad en esta Unidad didáctica que aquí planteamos el proceder sería el que propone el autor (Arráez, 1998), apoyándose en las aportaciones de (De Potter, 1990) fundamentada en el planteamiento de unos criterios de adaptabilidad para orientar al profesor, en la planificación y desarrollo de sus clases. Para concretar esta propuesta he puesto *ejemplos concretos de mi Unidad didáctica de atletismo* para cada uno de estos apartados:

a) Adaptaciones / modificaciones en el medio de aprendizaje:

- Variar y multiplicar el material que facilite la percepción. Por ejemplo emplear vortex en vez de jabalina, o un balón medicinal pequeño en vez del peso.
- Reducir alturas o distancias (cada persona elige a qué altura situar el listón en el salto de altura y no se le elimina si lo tira, o elige cuanta carrera realiza antes de saltar).
- En vez de realizar una prueba de relevos con testigos, que valga con tocar la mano del compañero en vez de tener que pasarle el testigo.
- Modificar el espacio normalizado (ej: disminuir la distancia disponible para la carrera antes del salto o marcar con aros las zonas donde se tienen que realizar los apoyos en triple salto o la batida en el salto de altura).
- Modificar la ubicación y las características de los elementos: En el salto de altura en vez de utilizar un listón ponemos una goma elástica.

b) Adaptaciones / modificaciones en la metodología:

- Utilizar apoyos verbales: palabras justas, explicaciones concretas y breves, palabras de ánimo que refuercen el éxito. Por ejemplo destacar las palabras clave a tener en cuenta en el salto de longitud justo antes de realizar la puesta en práctica la actividad: “Recordad chicos, debemos hacer carrera, batida, vuelo y caída”.
- Recurrir a apoyos visuales: demostraciones, fotos, láminas. Por ejemplo: Poner un vídeo de la técnica del salto a tijera y colgar en la pared unas láminas con la secuencia de movimientos que se llevan a cabo en la misma, destacando las diferentes fases y las características de las mismas.
- Prestar apoyos físicos: conducirlo de la mano, situarlo en la posición ideal de partida. Por ejemplo lanzar el vórtex junto con el alumno, manipulando sus movimientos a cámara lenta mostrándole cómo debe realizarse.

c) Adaptaciones / modificaciones en la tarea.

- En relación con las reglas. Por ejemplo: dejar que haga la carrera de vallas con vallas pequeñas de iniciación en vez de con vallas a la altura reglamentaria. O que lo realice con vallas a menos altura de la reglamentaria.
- Permitir ayudas externas.

- d) Proponer una tarea alternativa: Este recurso se aplicará en última instancia tras intentar las adaptaciones expuestas en los sub-apartados a, b y c, si estas no surtieran efecto.

Éste es el proceso adecuado y ordenado por el cual considero que la adaptación tendrá más éxito.

Pero la atención a la diversidad también engloba a aquellos alumnos que sobresalen por encima de la media. Por lo que en caso de encontrarnos con alumnos especialmente dotados (por sus características o experiencia previa) para un contenido en concreto, adoptaremos variantes metodológicas a través de las cuales dichos alumnos se impliquen en el proceso de enseñanza-aprendizaje de sus compañeros, participando incluso en un momento determinado en la labor docente.

3.10. RECURSOS

En esta Unidad didáctica los recursos tanto didácticos como materiales van a ser bastante diversos, por este motivo considero necesario estructurarlos y comentarlos de forma ordenada en los siguientes sub-apartados.

3.10.1. DIDÁCTICOS.

En primer lugar distinguimos los recursos didácticos, dentro de los cuales diferenciaremos entre aquellos que hacen referencia al profesor y los que sirven al alumno.

- Los recursos didácticos del profesor en esta Unidad didáctica son:
- Libros específicos de atletismo donde el profesor se apoya para seleccionar y organizar los contenidos teóricos y prácticos que considera necesario impartir en esta Unidad didáctica. También se encuentra dentro de los mismos una gran variedad de ejercicios que pueden servir de idea inicial para plantear algunas de las sesiones, haciendo las adaptaciones pertinentes con respecto a las características del grupo y el tipo de metodología que queremos utilizar. Pero además estos libros me han servido como apoyo y base a partir de la cual poder diseñar y elaborar las fichas de trabajo autónomo del alumno. Los libros que se han utilizado pueden verse referenciados en el apartado de bibliografía.
 - El profesor también cuenta con tres cuadros sinópticos que le sirven para comprobar la coherencia interna que guarda su unidad didáctica en referencia a los objetivos didácticos, los contenidos y los criterios de evaluación.
 - Además el profesor ha elaborado una serie de instrumentos de evaluación con los que poder realizar de forma más sencilla y efectiva esta labor

docente. Hablamos principalmente de fichas de registro y de rúbricas que podemos ver en el apartado de anexos.

- En lo referente a los recursos didácticos del alumno debemos comentar en primer lugar que los alumnos en este instituto no llevan libro de texto para la materia de Educación Física, sustituyéndolo por fichas de trabajo y tareas escritas que plantea el profesor. Además deben disponer de un cuaderno en el que toman apuntes y adjuntan las diferentes fotocopias y tareas escritas que van realizando, al cual denominamos cuaderno del alumno y que tiene una repercusión importante sobre la nota final en esta Unidad didáctica tal y como se puede comprobar en el apartado de evaluación. Comentadas estas generalidades paso a explicar más en profundidad los diferentes recursos didácticos del alumno.
 - Fichas de trabajo diario/fichas de trabajo autónomo: Se trata de fichas que diseña el profesor y que se plantean en la parte principal de todas las sesiones para guiar al alumno en su aprendizaje, en su intervención motriz y en la adquisición de unos conocimientos basados en sus experiencias de la práctica que surgen en las diferentes sesiones. Estas fichas generalmente se completan con los datos de la práctica y a partir de la interpretación de los mismos junto con unas preguntas para la reflexión el alumno llega por sí mismo a sacar sus propias conclusiones. Este tipo de fichas nos sirven además para generar diferentes tipos de roles dentro de una misma actividad (cronometrador, corredor, saltador, juez, coevaluador, etc). Con todo ello pretendemos implicar activamente al alumno en su aprendizaje y generar autonomía. Este tipo de fichas las podemos encontrar en el anexo 3.
 - Apuntes para el alumno. Se trata de unos breves apuntes que he preparado para esta unidad didáctica de atletismo.
 - Propuestas de trabajos globales: Consiste en elaborar un breve trabajo acerca del atletismo a partir de unas cuestiones que he preparado sobre este deporte. Para contestar a estas preguntas los alumnos deberán consultar diferentes fuentes de información, bien sean sus apuntes, internet, enciclopedias, etc. También se han elaborado una serie de cuestionarios más concretos de cada una de las pruebas que hemos tratado en clase.
 - Diario de clase. Hay veces que se pide al alumno que registre las actividades realizadas en clase, por ejemplo las del calentamiento. De esta forma se va haciendo con un fichero de actividades para cuando tenga que elaborar y dirigir un calentamiento.

- Cuaderno de apuntes con las tareas escritas. Este cuaderno está compuesto por la recopilación en orden de las diferentes fichas de trabajo diario que se van realizando en las distintas sesiones. Muchas veces estas fichas implican el tener que realizar un pequeño trabajo de búsqueda o reflexión individual después de la sesión. El resultado de todo esto queda plasmado en el cuaderno de apuntes, que será muy tenido en cuenta de cara a la evaluación de la Unidad didáctica.

3.10.2. MATERIALES: INFRAESTRUCTURAS, EQUIPAMIENTOS Y OTROS.

Un aspecto clave de nuestra asignatura que enriquece de manera notable la formación de nuestro alumnado es la diversidad de materiales e instalaciones que precisamos para desarrollar el proceso enseñanza-aprendizaje. En esta unidad didáctica vamos a precisar de materiales tales como:

- Cronómetros para controlar el tiempo en las pruebas de velocidad e identificar las diferencias existentes entre la salida lanzada y la salida estática o la salida en dos apoyos espontánea y la salida en dos apoyos técnica.
- Testigos para realizar las actividades planteadas en las sesiones de relevos.
- Conos chinos y aros para delimitar zonas como la “prezona” de relevos, o la zona de batida o de carrera en los saltos, etc.
- También necesitaremos pañuelos y cordel para la sesión de introducción a los saltos.
- Serán también fundamentales las colchonetas para el trabajo de la técnica de salto a tijera y fosbury en el salto de altura, además de para trabajar la fase de vuelo y caída del salto de longitud.
- Muy importante el disponer de postes y un elásticos para la actividad de salto de altura.
- Además necesitaremos disponer de material específico tal y como son los vortex, que por suerte el centro cuenta con ellos en su almacén.
- Por último comentar que esporádicamente se utilizará el proyector y el ordenador para poner algún video sobre atletismo o presentar algún contenido con PowerPoint.

Con respecto a las Instalaciones e infraestructuras en esta Unidad didáctica vamos a tener la suerte de disponer de diversos espacios para la práctica. Para la primera sesión dispondremos de un aula con cañón para realizar la presentación de la Unidad didáctica a los alumnos. En las siguientes sesiones haremos uso de las instalaciones deportivas del centro tales como el gimnasio o las pistas multideportivas exteriores. Para las sesiones de relevos nos desplazaremos a la cercana plaza de Torre Mendoza, ya que cuenta con unas rectas muy largas para el trabajo que queremos realizar. Y por último contaremos en las dos últimas sesiones con el privilegio de poder utilizar las instalaciones de las pistas de atletismo de la ciudad.

4. ANÁLISIS SOBRE LA INTERVENCIÓN DOCENTE:

4.1. CONSIDERACIONES PREVIAS

Aunque previamente había impartido diversas enseñanzas de carácter no reglado, esta era la primera vez que me enfrentaba a una situación de enseñanza reglada en un instituto. La verdad es que considero que todas las experiencias previas de enseñanza no reglada me han ido aportando muchas herramientas que son fácilmente transferibles al ámbito reglado que se diferencia principalmente por estar sujeto a una legislación educativa que marca el currículo y unas normas de organización y convivencia marcadas por el reglamento de régimen interno y el plan de convivencia del instituto.

Hasta el momento mi experiencia docente estaba relacionada con el esquí alpino y el piragüismo, ya que he trabajado varios años como monitor de esquí alpino y dos veranos como instructor de kayak en campamentos y escuelas de verano. Estas experiencias previas me han ido aportando tablas de cara a dirigir y organizar grupos, diseñar y poner en práctica actividades, así como enseñar los fundamentos técnicos de estos deportes para desenvolverse con soltura en el medio natural. Sin embargo en ninguno de estos casos he tenido que programar y desarrollar los contenidos en base a lo que estipula una ley, ni tampoco he tenido que realizar ningún tipo de evaluación como tal. Además el ambiente del instituto es mucho más formal y estricto puesto que no debemos olvidar que nos encontramos en el ámbito educativo y no recreativo, lo cual hace que la perspectiva y la actitud docente a la hora de abordar los contenidos sea diferente. En cualquier caso un aspecto común en lo que se refiere al ámbito educativo y recreativo es que el profesor o monitor es el responsable de lo que pueda suceder al grupo en general o a un alumno/a en concreto, y por tanto esta responsabilidad sigue estando ahí y es el propio profesor o monitor el que debe gestionar y valorar los peligros, riesgos y control del grupo en cada situación para evitar accidentes. No por estar en el ámbito escolar se puede bajar la guardia en este sentido, puesto que en un gimnasio, en la calle o en el parque si no se establecen unas normas de funcionamiento ni se controla el grupo adecuadamente con grupos de casi 30 alumnos es muy posible que suceda algún tipo de accidente o imprevisto.

4.2. APORTACIONES DE LA MENTORA.

En este apartado se va a realizar una revisión y reflexión sistematizada de los aspectos más relevantes a destacar sobre mi intervención docente a lo largo de las sesiones de la unidad didáctica de atletismo que he impartido. Para ello se van a comentar principalmente aquellos aspectos que mi mentora me destacaba tras las clases que yo impartía pero también aquellos de los que yo me daba cuenta por mí mismo. Cobra especial relevancia toda la información que me aportaba mi mentora tras la sesión puesto que ella me dejaba que fuese yo quien diese la clase y aunque hubiese fallos o errores no era hasta una vez terminada la clase cuando me comentaba sus opiniones y sugerencias, de esta forma yo tenía una buena referencia

para mejorar mi intervención docente de cara a la siguiente clase con otro grupo y la oportunidad de mejorar en las siguientes intervenciones. Evidentemente también me hacía saber los aspectos positivos de mis intervenciones para que se volvieran a repetir en clases posteriores.

A continuación pasamos a abordar el análisis de mis intervenciones sistematizando la información en las siguientes categorías:

- **TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.**

En la **primera sesión** opté por utilizar un apoyo visual como es la presentación de power-point para reforzar la comunicación. Como ocupé la sesión entera con este contenido hice una exposición muy interactiva en la que realicé muchas preguntas a todos los alumnos para hacerlos partícipes, irnos conociendo y amenizar la exposición. Además esta interacción me sirvió para sondear los conocimientos previos de los alumnos a modo de evaluación diagnóstica informal.

Al tener que explicar en la mayoría de las sesiones la ficha de trabajo que los alumnos debían completar con los resultados obtenidos con su práctica motriz esto hacía que al comienzo de la sesión los primeros minutos se destinasen a tal fin. En las primeras sesiones estas explicaciones no sirvieron de mucho, puesto que los alumnos decían tener claros los aspectos de la sesión y la ficha y una vez comenzaba la actividad en la pista multideportiva entonces muchos de los grupos me preguntaban que había que hacer. Este fue el caso de la **sesión 2 y 3**, para lo cual decidí optar por dibujar la ficha en la pizarra y entregar una ficha a todo el mundo para que la pudiese verla bien durante la explicación. Aun y todo siempre hubo algún despistado que me preguntaba que había que hacer una vez ya estábamos en la pista multideportiva. Siempre se terminaron las sesiones 5 minutos antes para poder reflexionar en grupo sobre los aspectos de la práctica y las preguntas de las fichas que los alumnos debían completar en casa.

Con respecto a las **sesiones 4 y 5** en las que se trabajaron los relevos en la plaza de Torre Mendoza, decidí hacer un gran cartel sobre un soporte de madera con un claro dibujo sobre la actividad, la ubicación de los corredores, los jueces y el cronometrador. Fue un soporte visual que facilitó mucho la explicación, ya que pude llevarlo conmigo hasta la misma plaza para explicar allí la actividad y si algún alumno tenía dudas durante la sesión podía consultar el cartel con las diferentes posiciones. En estas dos sesiones el tratamiento de la información fue fundamental durante las reflexiones que se hacían a mitad de sesión para ir mejorando y reforzando determinados aspectos. Para ello se lanzaban preguntas evidentes a los alumnos que podían responder fácilmente si habían trabajado durante los minutos previos en la actividad. Siempre trataba de poner ejemplos de situaciones que había visto

en los diferentes grupos de trabajo en los minutos anteriores o sus propios comentarios para ir guiando el aprendizaje sobre una base en la que ellos habían sido los protagonistas. Para evitar interrupciones o conversaciones no deseadas entre alumnos durante las reflexiones lo que hice es ir preguntando a aquellos alumnos que hablaban qué solución me daban al problema que se planteaba. De esta forma la mayoría de ellos estaban atentos y centrados en la reflexión para mejorar las siguientes carreras de relevos. En estas reflexiones siempre traté de relacionar lo que estábamos trabajando con el trabajo y los contenidos de las sesiones anteriores.

A nivel general siempre en las explicaciones trataba de poner ejemplos, hacer una simulación de la actividad con alumnos voluntarios o moverme por el espacio de forma que captase la atención de los alumnos.

La **sesión nº6** de iniciación a los saltos fue un tanto especial, ya que se desarrolló en el gimnasio y se montaba mucho alboroto con casi 30 alumnos en un espacio tan reducido. Se explicó claramente la ficha de trabajo al inicio de la sesión dando una copia a cada alumno y haciendo un dibujo explicativo de la ficha en la pizarra, siguiendo con la dinámica de explicación llevada a cabo en la sesión 2 y 3. Aun y todo la ficha resultó ser un poco compleja y decidí simplificarla con los otros tres grupos para que se entendiese mejor y así perder menos tiempo en la explicación. Más o menos hacia mitad de la sesión se realizó un parón en la actividad para hacer alguna observación general y alguna reflexión sobre cómo se podría llegar a tocar pañuelos más altos. A partir de aquí se retomó la actividad y fue al final de la sesión cuando unos minutos antes de que terminara la clase pasamos a completar las preguntas de la ficha en base a las reflexiones que surgieron de la práctica, ya que si estas preguntas quedaban pendientes de realizarse en casa muchos alumnos no entregaban la hoja contestada en la siguiente sesión o la perdían.

Con respecto a la **sesión 7 y 8** la dinámica de funcionamiento fue un poco peculiar. En una primera sesión una mitad de la clase hacía salto de altura y la otra mitad lanzamiento de vortex. En una segunda sesión los que habían hecho salto de altura en la sesión anterior hacían lanzamiento de vortex y viceversa. Como todos iban a hacer los dos contenidos a lo largo de dos sesiones la explicación de las actividades se realizó conjuntamente independientemente de que unos hiciesen salto de altura y otros lanzamiento de vortex. Para mantener la atención en la explicación no se dijo quién iba a hacer qué y de esta forma todos debían enterarse muy bien de cómo iban a funcionar las dos actividades. La explicación en la segunda sesión era la misma, solo que los alumnos ya sabían que contenido les tocaba realizar. En estas explicaciones iniciales se explicó la ficha de lanzamiento de vórtex y los roles de lanzador, y jueces. La actividad de salto de altura se explicó de forma general para todos con la pizarra y haciendo dos demostraciones y una vez el

grupo de vortex estaba fuera del gimnasio trabajando se complementó más la explicación del salto de altura a la mitad que le tocaba este contenido. Una mitad de la clase trabajó en el césped exterior con los vortex y la otra mitad en el gimnasio con el salto de altura, el problema es que por cuestiones de seguridad me quedé más pendiente del grupo de altura que del de vortex, por tanto con el grupo de altura la información y las reflexiones se pudieron realizar más escalonadas sobre la marcha según salían dudas o aspectos a comentar y en el caso del lanzamiento de vortex se daba la información más concentrada a mitad de la práctica y al final, durante la explicación de las preguntas de reflexión que debían completar los lanzadores de vortex antes de finalizar la sesión para entregar la ficha de trabajo.

La **sesión 9**: Esta sesión fue diferente al resto, puesto que en ella se realizó un trabajo escrito con el objetivo de conocer las diferentes partes de un calentamiento de atletismo y saber llevar a la práctica un calentamiento previo a la participación en unas jornadas de atletismo. En primer lugar se explicaron las partes que componen un calentamiento de atletismo y la importancia del mismo antes de participar en una competición. A partir de aquí con la ayuda de unas copias ilustrativas de estiramientos se planteó la tarea, haciendo también ejemplificaciones de los ejercicios de técnica de carrera vistos hasta el momento. El profesor lanzó la actividad y los alumnos trabajaron con su material de forma individual o en pequeños grupos. A partir de aquí mi labor docente se centró en resolver dudas y ayudar a aquellos que necesitaban algún tipo de ayuda.

La **sesiones 10 y 11** tuvieron una dinámica comunicativa muy similar entre sí, ya que la actividad se organizó en postas o zonas de trabajos. Al comienzo de estas sesiones se explicó la actividad que debía realizarse en cada una de las postas, de esta forma cuando los alumnos pasasen por éstas sabrían que debían hacer. Además para reforzar la explicación se puso en cada posta una hoja explicativa de la actividad y su correspondiente dibujo. Una vez se había explicado todo se decían los grupos de trabajo, de esta forma los alumnos estaban expectantes durante la explicación. Con los grupos trabajando en cada posta el profesor podía ir pasando un rato por cada posta para ir dando retroalimentación o ayudar donde surgiesen dificultades.

- **ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DEL GRUPO, LOS ESPACIOS Y LOS RECURSOS.**
La organización y gestión del grupo a lo largo de esta unidad didáctica ha sido muy variada en función del contenido a desarrollar.

En la primera sesión la organización fue muy sencilla y tradicional, puesto que al realizar una introducción de la unidad didáctica con el cañón y el power-point los alumnos estuvieron sentados en sus pupitres en el aula. Creo que fue una forma acertada de comenzar la unidad, ya que los alumnos

estuvieron atentos y participativos y fue una distribución apropiada para la interacción profesor-alumnos.

En las **sesiones 2 y 3** los alumnos trabajaron en grupos de 3 personas que ellos mismos elegían, estando el conjunto de la clase distribuida en la pista multideportiva del patio. Al trabajar en grupos de 3 personas se asignaron tres roles: juez de salida, cronometrador y corredor, que irían alternando cada 2 carreras. Al estar todos los grupos trabajando en un mismo sitio el profesor pudo controlar la actividad e ir pasándose grupo por grupo para dar retroalimentación o dar alguna consigna. El hecho de dar libertad a los alumnos para elegir a sus compañeros de grupo tuvo sus ventajas y desventajas. Como ventajas encontramos que la mayoría de grupos estaba muy motivado aunque por el contrario algunos otros grupos se tomaron menos en serio la actividad y trabajaron de forma más pasiva por el hecho de estar con gente de confianza en el mismo grupo. Pero el mayor inconveniente vino marcado por aquellos alumnos que estaban menos integrados en la clase y que no tenían grupo de trabajo, lo cual hizo que los integrase en determinados grupos y definitivamente decidiese posteriormente hacer yo los grupos en según qué clases y actividades para que nadie se sintiese excluido y cortar a la vez la posibilidad de que se hiciesen grupos en los que la implicación en la actividad fuese muy baja. Las explicaciones iniciales y reflexiones se realizaron reuniendo al conjunto de la clase.

En las sesiones 4 y 5 los alumnos trabajaron en grupos de 6 personas, que en el caso de las clases de 1ºA y 1ºD elegían los propios alumnos y en 1ºC y 1ºE era el profesor quien configuraba estos grupos a su juicio y criterio para intentar aumentar la implicación del conjunto del alumnado en la actividad. En cualquier caso para hacer las reflexiones de la actividad a mitad y final de la sesión se reunía a la clase entera. Al tratarse de una actividad que se desarrolló en la plaza de Torre Mendoza se tuvo que dejar muy claras las normas de funcionamiento y desplazamiento fuera del centro para evitar despistes o accidentes. Las explicaciones iniciales y reflexiones se realizaron reuniendo al conjunto de la clase. Con respecto al material se aprovecharon las claves de música para usarlas a modo de testigo, de esta forma pudo realizarse la actividad sin contar con el material específico para ello.

Con respecto a la **sesión nº6** la clase entera trabajó en el gimnasio organizando a los alumnos en parejas. Aproximadamente la mitad de las parejas trabajó en una mitad del gimnasio y la otra mitad de las parejas en la otra mitad del gimnasio. Dentro de cada pareja había dos roles, el de saltador y el de juez-observador, que debía verificar si el saltador había tocado o no el pañuelo y además debía anotar en la ficha qué conjunto de variables había combinado en el salto. Cada tres saltos se invertían los roles. Esta organización permitió al profesor controlar sin problemas el grupo aunque al

trabajar tantos alumnos en un espacio reducido había bastante ruido, por lo tanto las explicaciones iniciales y las reflexiones a mitad de sesión se realizaron a nivel de toda la clase en su conjunto para conseguir silencio y atención. No obstante el profesor fue pasando por cada pareja de trabajo para verificar cómo iban trabajando y dar alguna breve consigna o retroalimentación.

En lo que respecta a las **sesiones 7 y 8** el conjunto de la clase estuvo junta durante la explicación inicial de la actividad y al final de la sesión. Durante el resto de la sesión una mitad de la clase trabajó en el césped exterior y la otra mitad en el gimnasio. Ambos espacios están separados entre sí y no se puede controlar los dos a la vez desde un mismo sitio, lo cual dificultó el control del grupo, ya que en el gimnasio el salto de altura era susceptible de mayor posibilidad de que aparecieran alborotadores o se hiciese un mal uso de las colchonetas. Y por otra parte dejar desatendida la actividad del vórtex en el patio también daba pie a que dichos alumnos no trabajasen en ausencia del profesor o hicieran otras cosas distintas a las planteadas. Esto llevo a que el profesor tuviera que ir de un lado a otro todo el rato sin poder atender realmente bien a ninguno de los dos grupos, por lo que me di cuenta de que podía haber organizado por ejemplo una sesión en la que la mitad de la clase lanzase vortex y la otra mitad lanzase peso y así podríamos haber compartido un mismo espacio y haber podido supervisar ambas actividades a la vez. Opciones ahora se me ocurren muchas, pero lo que queda claro es que con el planteamiento inicial la actividad no salió como esperaba por no poder controlar ambas dos actividades al mismo tiempo. En un principio opté por esta organización puesto que únicamente disponíamos de 7 vórtex, los cuales no era suficientes como para trabajar todos el mismo contenido ni tampoco contaba con colchonetas suficientes como para montar dos zonas de trabajo de salto de altura, y juntar a toda la clase para el salto de altura habría hecho que los tiempos de espera fueran muy largos y el tiempo de práctica física real muy reducido.

La **sesión 9** se desarrolló en el gimnasio. Al tratarse de una sesión en la que había que realizar un trabajo escrito individual se realizaron las explicaciones iniciales sentando a los alumnos en bancos suecos enfrente de la pizarra. Una vez tenían clara la tarea el profesor fue distribuyendo por el gimnasio a los alumnos que más fácilmente se distraen para que hicieran su trabajo y permitió a aquellos que estaban trabajando de forma responsable estar en pequeños grupos en los bancos suecos siempre y cuando cada uno entregase su propia ficha correctamente completa. De esta forma el profesor se iba pasando por los pequeños grupos periódicamente para resolver dudas y también atendía de forma individual a aquellos alumnos que estaban trabajando solos para evitar distracciones.

En las **sesiones 10 y 11** pasó un poco parecido al caso de las sesiones 7 y 8. Se realizaron las explicaciones al principio de la sesión de forma conjunta y luego durante la sesión se dividió la clase en cuatro grupos de unas 6 personas cada uno. En el caso de la sesión nº 10 dos postas se montaron en el interior del gimnasio y otras dos en el porche contiguo al gimnasio, con la intención de poder controlar las 4 postas al mismo tiempo y enmendar el error de las sesiones 7 y 8. Sin embargo la proximidad de las postas no era suficiente como para poder controlar las 4 zonas de trabajo al mismo tiempo, y la dificultad de alguna de las postas requería la presencia casi continua del profesor, lo que provocaba dejar desatendidas el resto de postas durante bastante tiempo, cosa que no era adecuada puesto que en el gimnasio se estaba trabajando con colchonetas y podían darse situaciones peligrosas de no estar el profesor controlando la situación. Cada 6-7 minutos se cambiaba de posta, pasando así cada grupo a lo largo de la sesión por todas las zonas de trabajo. En la sesión 11 se mantuvo el planteamiento inicial puesto que se contaba con dos profesores para dicha sesión, dos postas estarían en el gimnasio y otras dos en el exterior, habiendo un profesor en cada espacio, y sincronizando los cambios de posta cada 6 minutos. De no haber contado con dos profesores para esta sesión el planteamiento habría sido diferente viendo lo que sucedió en las sesiones 7, 8, e incluso en la 11 en la que se hicieron modificaciones para intentar controlar las 4 zonas de trabajo al mismo tiempo. Como ya se ha comentado anteriormente es difícil cuadrar las zonas de trabajo o las actividades a desarrollar teniendo en cuenta que muchas veces el profesor no cuenta con todos aquellos espacios o recursos materiales que le gustaría tener y eso que en este sentido no me he visto apenas limitado puesto que considero que el centro está bien dotado de espacios diversos y recursos materiales variados y numerosos. Supongo que la experiencia docente hace que el profesor sepa gestionar todo esto de forma más eficiente.

- **CAPACIDAD DE PROPORCIONAR RETROALIMENTACIÓN SOBRE LAS CONDUCTAS MOTRICES**

Este aspecto estuvo muy determinado por la forma de organización y gestión del grupo, los espacios y los recursos tal y como se ha ido comentando en el apartado anterior.

En las **sesiones 2 y 3** al estar todos los grupos trabajando en un mismo sitio el profesor pudo fijarse en cómo trabajaba cada grupo y como estaban trabajando de forma autónoma tuvo tiempo de ir pasándose grupo por grupo para dar retroalimentación. Dicha retroalimentación generalmente iba relacionada con el hecho de optimizar la organización dentro del grupo teniendo en cuenta los diferentes roles o aportar estrategias para mejorar los tiempos personales, como por ejemplo correr hasta el cono e inclinar el tronco hacia adelante en la llegada y una vez pasado este frenar, ya que la mayoría de corredores se dejaban ir en los últimos metros y llegaban al cono de meta

casi parados, incrementando así sus marcas. Pero también aprovechaba para ir planteando cuestiones o reflexiones sobre las que los alumnos deberían trabajar luego en la ficha de trabajo y era importante que empezasen a vivenciarlas y planteárselas durante la práctica si aún no lo habían hecho. En la sesión nº3 el juez-observador contaba con una ficha de observación de la salida de dos apoyos mediante la cual podía dar también retroalimentación a su compañero corredor para que se acercase más al modelo técnico descrito en la ficha.

En las sesiones 4 y 5 la retroalimentación se daba en las zonas en las que estaba el profesor, por ejemplo en la primera zona de cambio o en la segunda. El profesor trataba además de reunir a cada grupo de trabajo siempre que fuese posible al final de cada carrera para destacar los aspectos a mejorar de cara a la siguiente carrera, destacando también los aspectos positivos. Sin embargo al encontrarnos en un espacio tan amplio como es la plaza de Torre Mendoza la mayoría de la retroalimentación fue a nivel general reuniendo a toda la clase y reflexionando sobre cómo podía mejorarse la coordinación entre los corredores y la transferencia de los testigos, intentando relacionar siempre las explicaciones partiendo de hechos que el profesor había observado anteriormente en los grupos de trabajo, haciendo así que la retroalimentación fuese más significativa. También se insistió mucho en la organización y la comunicación entre los miembros del grupo y su implicación en los diferentes roles propuestos.

Con respecto a la **sesión nº6** la clase entera trabajó en el gimnasio organizándose los alumnos en parejas. El profesor fue pasando por cada pareja de trabajo para verificar cómo iban trabajando y dar alguna breve consigna o retroalimentación, pero sobre todo esto le permitía observar los diferentes saltos y detectar donde estaban las dificultades en la mayoría de los alumnos. A partir de aquí el profesor planteaba una breve pausa en la actividad para realizar una breve reflexión y dar una retroalimentación al conjunto de la clase en función de las conductas y saltos que había podido ir observando a lo largo de los minutos anteriores. Esta retroalimentación a menudo se acompañaba con ejemplos que el profesor ponía y con saltos modelados en los que pedía a los alumnos que prestasen atención a determinados aspectos que luego deberían modificar en sus saltos.

En lo que respecta a las **sesiones 7 y 8** la retroalimentación se vio limitada debido al tipo de organización del grupo en dos espacios separados. Esto provocó que el profesor estuviese más tiempo en el salto de altura, donde la retroalimentación fue muy variada, dirigida tanto al grupo en general como personalizada en determinadas ocasiones a las ejecuciones de alumnos en concreto. La mayoría de veces la retroalimentación iba dirigida a la forma de batir, a la carrera antes del salto o a levantar los pies y los brazos. Para esto

último se colocó una segunda de lado a lado de los postes situada con pañuelos a bastante altura, de esta forma se estimulaba a los alumnos para que levantasen los brazos intentando tocar los pañuelos.

La retroalimentación que se dio a los lanzadores de vortex fue más concentrada y limitada, debido a que el profesor salía cuando podía a supervisar que la actividad estuviese funcionando. Dicha retroalimentación se centró en la ficha de observación que debía manejar el juez-observador, siendo éste mismo el que podría proporcionar retroalimentación a su compañero lanzador en base a la comparación y observación del lanzamiento de su compañero con los ítems descritos en la ficha que definían los aspectos técnicos a conseguir.

En la **sesión 9** el profesor se iba pasando por los pequeños grupos de trabajo periódicamente para resolver dudas y también atendía de forma individual a aquellos alumnos que estaban trabajando solos para evitar distracciones. Esto le permitía echar un vistazo rápido al trabajo de cada alumno y dar retroalimentación referente a cómo estaba haciendo los ejercicios, los aspectos que podía mejorar o que debía corregir, o qué línea de trabajo debía seguir.

En las **sesiones 10 y 11** pasó un poco parecido al caso de las sesiones 7 y 8. En la sesión 10 se dio mucha retroalimentación en la posta de trabajo de la secuencia del triple salto, ya que es donde mayores dificultades tenían los alumnos. Muchos de ellos tenían problemas para coordinar e interiorizar la secuencia de saltos y encadenar uno tras otro hasta la batida final. Por eso la retroalimentación se centraba sobre todo en cómo conseguir poco a poco enlazar el conjunto de la secuencia de triple salto de forma fluida y continua en el tiempo. En las postas interiores del gimnasio la retroalimentación fue más general y dirigida a ambas postas, sobre todo se comentó que se debían ajustar y calcular los pasos de carrera de forma que se diesen zancadas de la misma amplitud y se batiese en la zona de batida. Y una vez en el aire se centrasen en estirar hacia adelante brazos y piernas para conseguir el mayor alcance posible. La posta en la que menos retroalimentación se dio fue en la de salto a pies juntos puesto que era una tarea sencilla, aunque se destacó el que se diesen también impulso con los brazos y cogiesen impulso desde parado flexionando y extendiendo las piernas en el sitio antes de saltar.

En la sesión 11 al contar con dos profesores la retroalimentación fue más rica, frecuente e individual que en las sesiones 7, 8 y 10. Un profesor se centraba en los alumnos que estaban trabajando en el exterior y el otro en los que trabajaban en el gimnasio. La retroalimentación fue dirigida principalmente a aspectos de organización de grupo, ya que se trataba de un pentatlón en el que se disponía de 6 minutos para realizar cada prueba y era fundamental organizarse bien en cada prueba para conseguir sumar la mayor cantidad de puntos posible por participante.

- **CAPACIDAD PARA MANTENER LA MOTIVACIÓN DEL ALUMNADO**

Con el fin de mantener la motivación del alumnado a lo largo de la unidad didáctica se han puesto en práctica diferentes estrategias. En primer lugar contamos con una situación social de referencia al final de esta unidad didáctica. Esta es una baza muy importante de cara a mantener la motivación continua del alumno en cada sesión, ya que sabe que todos los aprendizajes que va adquiriendo los va a necesitar y poder aplicar el día del encuentro Intercentros. El alumno sabe de primera mano que este evento es algo importante en la ciudad de Huesca, ya que se ha ido celebrando a lo largo de muchos años y han sido muchas personas las que han vivido también esa experiencia. Además se sabe que en dicho evento participan diferentes institutos, por lo que para los alumnos es importante hacerlo bien y sentirse competentes este día. Además se dio la opción de ampliar los conocimientos y la práctica de las diferentes pruebas de atletismo durante algunos recreos en los que se organizó salto de altura en el gimnasio y por las tardes en las pistas de atletismo de la ciudad de 16.00 a 17.30 los lunes, miércoles y jueves durante 4 semanas de las 6 que duró la unidad didáctica. Esta opción voluntaria de poder asistir a entrenar por la tarde a las pistas de atletismo enganchó y motivó a muchos alumnos reforzando así también la importancia y el significado de la situación social de referencia. Además en muchos recreos el profesor iba preguntando a los alumnos a ver en qué pruebas les gustaría inscribirse para el día de Intercentros, lo que hacía que estuviese muy presente en el día a día la proximidad de la situación social de referencia.

Por otra parte el planteamiento metodológico de la unidad didáctica hace que se propicie un clima tarea en el aula, valorando el grado de implicación del alumno y la mejora/progreso personal, dando mayor valor al proceso y no al resultado. Con todo ello pretendo que todo el mundo se perciba competente en este ámbito, evitando las comparaciones de resultados y la competitividad tan arraigada en este tipo de deportes en los que el éxito se atribuye a la consecución de un resultado en forma de marca, ya sea de tiempo, distancia o altura. Si los alumnos se perciben competentes con lo que hacen entonces aumentará su motivación intrínseca por la actividad. Para ser consecuente con este planteamiento no he atribuido ningún valor ni a tiempos ni a marcas, sino que únicamente los resultados se han empleado para que cada alumno de forma individual pueda observar sus progresos y llegar a una conclusión de qué variables son las que le reportan mejores resultados en las diferentes pruebas vistas en clase. Se destacó durante muchas sesiones que los tiempos que se tomaban no eran para saber quién era el más rápido o el más lento sino que se medían para poder contestar con sentido a las preguntas de la reflexión y poder observar si cada uno había mejorado a nivel individual poniendo en práctica las diferentes estrategias propuestas para cada prueba trabajada.

- **EVALUACIÓN DEL ALUMNADO**

Este apartado es uno de los que mayores modificaciones ha sufrido a lo largo de la unidad didáctica con respecto al planteamiento inicial. En un principio por cada sesión se iba a calificar una ficha de trabajo de sesión con unas preguntas de reflexión al final de la misma, sin embargo al final de la segunda semana me di cuenta que era inviable corregir tantas fichas. Físicamente era imposible sacar tanto tiempo para corregir todo ese trabajo. Por este motivo decidí reducir el número de fichas y simplificar algunas de las mismas. Aun y todo he tenido que corregir un total de unas 1000 fichas, sacrificando muchas horas de mi tiempo libre. Evidentemente este planteamiento es inviable incluso impartiendo clase a únicamente 4 grupos, por tanto qué decir cuando impartes a 10 grupos. Es por ello por lo que mi mentora me propuso estrategias para poder seguir trabajando en esta línea de trabajo pero sin sacrificar tanto tiempo en corregir las fichas. Una opción es que sean los propios alumnos los que corrijan las fichas en base a una reflexión conjunta que se haga de cada una de ellas al final de la clase. Otra forma sería simplificar las fichas y calificar las que tengan especial relevancia en la unidad didáctica y anotar el resto como realizadas.

Pero ahora bien, otra de las dificultades que surgieron de este planteamiento es que muchos de los alumnos de 1º ESO aún están aprendiendo a organizarse las tareas para realizar en casa o a apuntar las cosas en la agenda y esto provocaba que si mandaba la reflexión de las fichas para hacerla en casa y así aprovechar al máximo la sesión para la práctica física entonces muchos alumnos se olvidaban de hacer o de entregar las fichas en la sesión siguiente. Por lo tanto decidí sacrificar 5 minutos al final de cada sesión que tuviese una ficha con preguntas de reflexión al final para que se contestasen en este rato y así al final de la clase el profesor pudiese recoger todas las fichas. Sin embargo muchos alumnos andaban muy perdidos a la hora de reflexionar y contestar las preguntas, por lo que decidí sacrificar otros 5 minutos al final de las siguientes sesiones con ficha para hacer una reflexión conjunta de clase sobre las preguntas y así en los últimos 5 minutos todos supiesen qué se les estaba preguntando exactamente. De esta forma se suponía que la mayoría de alumnos contestaría bien las preguntas, agilizando así además el proceso de corrección y facilitando un correcto aprendizaje.

El problema entonces era que conforme llegábamos al final de la evaluación todavía había muchos alumnos que aún no me habían entregado aquellas primeras fichas que debían hacer en casa antes de que decidiese adoptar las medidas comentadas anteriormente para erradicar este problema. Para ello comenté en clase quién me debía aún fichas y cuáles eran las que me debía cada uno pero ni con esas la gente se ponía al día. La penúltima semana decidía dar nuevamente a cada alumno las fichas que me debía para

recordárselo y asegurarme de que las tenían, dando un plazo de una semana para entregarlas. Aun y todo muchos de ellos no las entregaron pero como lo venía venir decidí que en la sesión nº9 cada uno hiciese la ficha teórica nº3 para así asegurarme de que todo el mundo la entendía y la hacía bien, contando con mis explicaciones y mi ayuda durante una hora. De esta forma mucha gente tuvo la oportunidad de llegar a los mínimos para poder mediar con las otras partes de la evaluación, aunque evidentemente su nota se veía menguada porque les faltaban varias fichas. Esta fue mi manera de enmendar el error de mandar fichas para hacer en casa cuando muchos alumnos no tenían la responsabilidad suficiente como para hacerlas y entregarlas pero que a mi juicio sí que merecían aprobar la unidad porque en el resto de apartados de evaluación estaban obteniendo buenos resultados. Nuevamente habría sido inviable estar tan detrás de los alumnos para que entregasen las fichas, por tanto poco a poco fui resolviendo este problema a lo largo de la unidad didáctica adoptando las medidas que he ido comentando anteriormente. Sin embargo pagué caro el error de las dos primeras semanas hasta el último día de la evaluación, minimizando por suerte la repercusión sobre la nota final de los alumnos gracias a las medidas adoptadas en las últimas 4 semanas. Para otra vez ya sé cómo tengo que actuar desde un principio en lo que a esta forma de trabajo se refiere. A pesar de todo el esfuerzo y dificultades creo que esta forma de trabajo con fichas y asignación de roles es muy enriquecedora en el aprendizaje del alumno y lo que hay que hacer es simplificar al máximo los aspectos de corrección con las estrategias que he ido comentando para hacer viable el trabajar de esta manera. También soy consciente de que en la siguiente ocasión no daré tantas facilidades y oportunidades para entregar las fichas, ya que las personas que tienen interés las entregan en el plazo o como mucho a la primera llamada de atención, y aquellos con los que tienes que andar encima y pendiente para que te entreguen los trabajos muchas veces no los entregan o los hacen a todo correr y mal, lo cual hace que te enfades y te frustres porque todo tu esfuerzo y oportunidades concedidas han sido en vano. Creo que a los alumnos hay que enseñarles a cumplir los plazos de entrega puesto que es una realidad que se cumple en nuestra sociedad y es una responsabilidad que deben aprender como parte de su enseñanza.

4.3. APORTACIONES DE LOS ALUMNOS

Con el fin de conocer la opinión del alumnado con respecto a la unidad didáctica, la acción docente del profesor durante la misma y la situación social de referencia (encuentro Intercentros) se diseñó y elaboró una encuesta de carácter anónimo que se pasó a los 4 grupos de 1º de la ESO, obteniendo un total de 90 encuestas rellenas. A partir de los resultados obtenidos en la misma se comentan en este apartado las aportaciones de los alumnos. Con el fin de obtener respuestas concretas se establecieron dos palabras prohibidas como respuesta, como eran “todo” y “nada”.

Preguntas referentes a la unidad de atletismo:

- ¿Qué es lo que más te ha gustado de la unidad de atletismo?

Con respecto a esta pregunta las respuestas más numerosas y predominantes destacan que lo que más ha gustado a los alumnos de la unidad de atletismo han sido el salto de altura y el salto de longitud, el encuentro Intercentros y los entrenamientos en las pistas de atletismo por las tardes.

- ¿Qué es lo que menos te ha gustado de la unidad de atletismo?

En general lo que menos ha gustado de todo ha sido el lanzamiento de vortex aunque también hay que decir que a algunos otros alumnos era lo que más les había gustado. Tampoco parece que haya gustado mucho el hecho de tener que hacer las fichas teóricas.

- ¿Cambiarías algo de esta unidad de atletismo? ¿El qué?

La grandísima mayoría contesta que no cambiarían nada. Algunos pocos comentan que cambiarían las fichas por más práctica, el lanzamiento de vortex o hacer más saltos y otros que les gustaría hacer más sesiones al aire libre en vez de en el gimnasio.

Preguntas referentes a la labor del profesor (Borja) durante la unidad de atletismo:

- ¿Del 0 al 10 qué nota le darías al profesor durante la unidad de atletismo?

La gran mayoría del alumnado califica al profesor con una nota de entre un 9 y un 10. También aparece alguna calificación de 8 con cierta frecuencia y sólo un alumno le califica con un 5 y otro con un 6.

- ¿Qué te ha gustado de la forma de dar clase del profesor?

Con respecto a lo que más les ha gustado de la forma de dar clase del profesor destacan en casi el 100% de las respuestas que las explicaciones eran claras y se entendían bien y los refuerzos de las explicaciones que se

realizaban con compañeros simulando la actividad. También han destacado que el profesor animaba y apoyaba a los alumnos, que no gritaba, que transmitía entusiasmo por la actividad y que daba confianza y seguridad.

- ¿Qué no te ha gustado de la forma de dar clase del profesor?

En la gran mayoría de respuestas los alumnos afirman que no ha habido ningún aspecto que no les haya gustado, sin embargo algunos alumnos responden que no les ha gustado que el profesor mandase fichas de trabajo o que parase la clase para que los alumnos que hablaban se callasen, puesto que así se perdía tiempo. A una minoría de alumnos no les gustaba el hecho de que el profesor hiciese los grupos de trabajo en determinadas actividades.

- ¿Qué crees que debería mejorar?

En la gran mayoría de respuestas los alumnos comentan que no consideran que el profesor tenga que mejorar en ningún aspecto. Sin embargo algún algunos alumnos sí que comentan que el profesor debería intentar ir más tranquilo y hacer menos cosas en un día, otros que las explicaciones fueran más breves y hubiese así más tiempo de práctica. Por último tres personas le aconsejan que debería ser más estricto con determinados alumnos para mejorar el control y el aprovechamiento de la clase.

Preguntas referentes al encuentro Intercentros y las tardes en las pistas de atletismo:

- ¿Te lo pasaste bien en el encuentro Intercentros?¿Por qué?

Todos los alumnos salvo tres de ellos responden que sí se lo pasaron bien en el encuentro Intercentros. La gran mayoría de ellos argumenta su respuesta diciendo que fue divertido y que había gente de otros institutos, pudieron estar con amigos y animar a los compañeros. Las tres personas que no contestaron sí, contestaron a la pregunta de forma ambigua destacando que en general lo pasaron bien aunque a ratos se aburrieron. Casualmente estas tres personas eran alumnos que desempeñaron roles de jueces y que el día del Intercentros vivieron la experiencia desde un plano más secundario o estático. Estas respuestas sugieren la necesidad de plantear nuevos roles como coordinador de animadores, nombrar más fotógrafos, etc, ya que en esta edición no dejaron a los alumnos que hiciesen de jueces porque ya había adultos suficientes.

- ¿Te ha gustado el hecho de poder ir algunas tardes a entrenar a las pistas de atletismo?

Con respecto a esta pregunta la gran mayoría de alumnos contestó que “sí” y los pocos que no contestaron que sí contestaron “no sabe, no contesta”.

- ¿Te gustaría que durante cada unidad se pudiese practicar algunas tardes o recreos el contenido que se ve en clase de educación física?

En referencia a esta pregunta la gran mayoría de alumnos contestó que “sí” y sólo unos pocos contestaron “no” o “no sabe, no contesta”. Dentro del grupo de los que contestaron que “sí” algunos añadieron al lado de la respuesta que sí a las tardes pero no en los recreos.

- ¿Te gustaría que cada unidad de las que se trabajan en Educación Física terminasen con una situación social de referencia que tenga relación con el contenido trabajado durante la misma? Por ejemplo la carrera solidaria al final de la unidad de Carrera de Larga Duración o el Encuentro Intercentros al final de la Unidad de Atletismo.

En esta pregunta la gran mayoría de alumnos contestó que “sí” y los pocos que no contestaron que sí contestaron “no sabe, no contesta” o “no” y añadieron al lado de su respuesta que dependía del contenido de la unidad.

5. REFLEXIONES GENERALES FINALES

Haciendo un balance general de este periodo de prácticas puedo decir que ha sido en primer lugar una experiencia muy positiva y enriquecedora tanto a nivel docente como a nivel personal. He de agradecer el apoyo, el esfuerzo y el compromiso que ha mantenido de forma constante e incondicional mi mentora para que pudiese aportar lo mejor de mí mismo y aprovechar estas prácticas al máximo y de esta forma aprender todo lo posible durante este periodo de 6 semanas. He terminado muy orgulloso y satisfecho con el trabajo realizado y con respecto a los resultados de aprendizaje que he podido observar en el alumnado.

Durante todo este tiempo me he exigido mucho a mí mismo puesto que quería que todo saliese lo mejor posible. Durante este proceso he sido muy consciente de la responsabilidad que implica el ser profesor, ya que estamos trabajando con personas en edades de formación donde somos un modelo de comportamiento para el alumnado y además dependiendo de cómo realicemos nuestra labor docente estaremos condicionando la calidad de sus aprendizajes. Esta responsabilidad al principio me suponía un estrés añadido pero al final ha sido lo que más sentido y motivación ha dado a mis prácticas.

Hacia mucho tiempo que no tenía una sensación de satisfacción y orgullo personal semejante a la que pude disfrutar el día del Encuentro Intercentros. Fue para mí una sensación increíblemente el ver lo bien que se lo pasaron los alumnos aquel día, la participación tan buena que conseguimos, el buen ambiente de compañerismo que se generó y el grado de autonomía que demostraron tener todos ellos.

Pasando a continuación a aspectos más concretos referentes a la unidad didáctica estoy muy satisfecho de haber conseguido enseñar varias pruebas de atletismo durante estas 12 sesiones, ya que los alumnos han descubierto y vivenciado diferentes pruebas que de otra forma muchos de ellos no habrían podido conocer nunca. Tuve que implicarme mucho para poder trabajar en clase el salto de altura y de longitud puesto es un contenido que suele ser más propenso a la aparición de conductas inapropiadas e implica un esfuerzo extra al profesor para mantener el control del grupo, sin embargo sabía que iba a ser una de las actividades favoritas de la unidad didáctica tal y como se ha reflejado en las encuestas de evaluación. También fue una responsabilidad considerable el plantear las dos sesiones de relevos fuera del centro, en la plaza de Torre Mendoza, sin embargo fue muy enriquecedor tanto para los alumnos como para el profesor tener esta experiencia.

He de destacar también como algo muy positivo la total libertad y autonomía de la que he dispuesto durante toda la unidad didáctica, ya que mi mentora me permitía que fuese yo mismo quien plantease las cosas como yo considerase oportuno pudiendo así aprender de mis propias intervenciones, errores y experiencias. Esto ha supuesto también una responsabilidad muy grande que había que saber gestionar y que aunque a veces podía ser un factor de estrés considerable en realidad es una de las cosas que más valoro de estas prácticas puesto que ha hecho que fueran lo más reales posibles con respecto a la situación de trabajo diario de un profesor.

Con respecto a posteriores intervenciones docentes tendré muy en cuenta el plantear la evaluación de forma que todo el trabajo de fichas sea más ágil de corregir con las estrategias que se comentaron en apartados anteriores, ya que si no es inviable, en lo que a tiempo se refiere, esta forma de trabajar que sin duda alguna me parece muy interesante y que tiene repercusiones muy positivas sobre el aprendizaje del alumnado.

En último lugar me gustaría agradecer en estas últimas líneas la implicación tan positiva, la ayuda y las disposición que me han proporcionado el conjunto de profesores que integran el departamento de Educación Física del centro, el equipo directivo del centro y varios profesores de otras materias. Gracias a todos por las oportunidades que me han dado, por la experiencia tan positiva y por la confianza que se ha depositado en mí como persona y como docente. Y cómo no, agradecer a los alumnos todo lo que han hecho por mí en todo este tiempo, ya que sin ellos esta unidad didáctica no se podría haber puesto en práctica ni podría haber aprendido nada.

6. BIBLIOGRAFÍA *Págs*

García, J., Durán, J.P., Gil, F., Lizaur, P. & Sainz, A. (2004). Jugando al atletismo (3ª edición). Real Federación Española de Atletismo.

Gil, F., Arroyaga, M. & De la reina, L. (1997). La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos: Atletismo. Consejo Superior de Deportes. Madrid.

Murer, K. & Bucher, W. (1987). 1000 exercices et jeux d`athlétisme. Collection Sport + Enseignement. VIGOT. Paris.

Ballesteros, J.M. & Álvarez, J. (1980). Manual didáctico de atletismo. Editorial KAPELUSZ. Buenos Aires.

7. ANEXOS.

7.1. SESIONES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

DESARROLLO DE LAS SESIONES

U.D. Atletismo	Sesión nº 1: Presentación de la Unidad didáctica
Contenidos: <ul style="list-style-type: none">• Aproximación teórica al atletismo y sus diferentes modalidades deportivas.• Características de las instalaciones de competición.	
Objetivos de sesión: <ul style="list-style-type: none">• Conocer las características generales del atletismo y sus diferentes modalidades.• Conocer las características de las instalaciones de competición específicas del atletismo.• Conocer los objetivos de la U.D. y la evaluación de la misma.	
DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)	
ACTIVIDADES PREVISTAS	
<ol style="list-style-type: none">1. Presentación de la Unidad Didáctica "Tu propia Olimpiada" mediante PowerPoint.<ul style="list-style-type: none">- Introducción al atletismo- Encuentro Intercentros- Organización de las sesiones2. Explicación de la evaluación.<ul style="list-style-type: none">- Cuaderno de tareas (incluir rutina de calentamiento y actividades que se exijan diariamente)- Observación profesor- Coevaluación alumnos- Indumentaria adecuada (cambio de camisetas obligatorio)3. Presentación de la primera ficha teórica de la Unidad Didáctica.4. Aprovecharé para hacer un breve sondeo a nivel general sobre los conceptos o experiencias previas que tienen a cerca del atletismo. Puede ser que alguien haya trabajado este contenido en primaria o no, o que unos sí y otros no, puede que alguien practique atletismo en algún club a modo de extraescolar, etc. Por lo que será importante hacer este tipo de evaluación inicial informal para realizar los ajustes pertinentes.	

U.D. Atletismo	Sesión nº 2: Velocidad: “Arrancando motores”.
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Las carreras de velocidad. • Características de la salida estática y la salida lanzada. • Los dos tipos de velocidad: velocidad reacción y velocidad de desplazamiento. 	
Objetivos de sesión: <ul style="list-style-type: none"> • Conocer y vivenciar la salida estática y la salida lanzada, distinguiendo las características de cada una de ellas y las diferencias existentes entre las mismas. • Conocer y saber identificar en qué fases de la prueba de velocidad interviene la velocidad de reacción y la velocidad de desplazamiento. 	
Metodología: <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Aprendizaje por descubrimiento 	
Material: Cronómetros, conos, bolígrafos y tabla de registro 1 en anexo.	
Información inicial: (10 minutos) Previamente en clase se realizará una breve explicación teórica sobre las carreras de velocidad. A partir de aquí se explicarán los tipos de salidas que se van a trabajar en la sesión (estática y lanzada) atendiendo a criterios de si hay o no velocidad inicial en el momento de la salida. Se pondrán ejemplos sobre en qué pruebas se realizan este tipo de salidas. Además se explicarán los tipos de velocidad que son importantes en estas sesiones y en las pruebas de velocidad de atletismo: Velocidad de desplazamiento y velocidad de reacción. También aprovecharemos para explicar la actividad planteada para la parte principal para que el alumnado pueda trabajar de forma autónoma tras el calentamiento.	
DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)	
CALENTAMIENTO (15´)	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Carrera continua, movilidad articular (estática y dinámica) y estiramientos. ➤ Juegos: <ul style="list-style-type: none"> “Tierra, fuego, agua, aire”: Dispondremos 4 conos en el espacio formando un rectángulo de unos 15 metros de lado. Cada uno de los conos representará uno de los cuatro elementos (tierra, fuego, agua, aire). Los alumnos deberán moverse por el espacio (caminando, trotando, o corriendo) y cuando el profesor diga uno de los elementos deberán correr al cono que se corresponde con dicho elemento. De esta manera trabajamos dos de los <u>objetivos de la sesión como son la salida lanzada y la velocidad de reacción.</u> “Perros y gatos”: Los alumnos se sitúan por parejas en mitad del campo con las espaldas enfrentadas de forma que a un lado estarán los alumnos que pertenecen al grupo de los perros y al otro lado los alumnos que perteneces al grupo de los gatos. Cuando el profesor diga “perros” éstos deberán escapar y los “gatos” deberán perseguirlos. Cuando el profesor diga gatos sucederá lo contrario. De esta forma como tendrán que salir a la máxima velocidad desde parado estaremos trabajando dos <u>objetivos de la sesión como son la salida estática y la velocidad de reacción.</u> <p>Breve reflexión tras los juegos sobre el tipo de salida que se ha puesto en práctica en los mismos y la importancia de la velocidad de reacción y de desplazamiento dentro de éstos.</p>	

PARTE PRINCIPAL (25´)

➤ TAREA PRINCIPAL:

Trabajar con cronómetros la salida estática y la salida lanzada. Para ello se coloca a los alumnos en grupos de tres de manera aleatoria o intencionada (a juicio del profesor) indicándoles que deben asumir tres roles de manera rotatoria: velocista, juez de salida y juez de llegada. Se les proporcionará una hoja a cada grupo con las tablas de registro de la actividad.

Se colocan conos en el espacio delimitando una recta de unos 20-30 metros, “el velocista” se sitúa por detrás de la línea de salida, el “juez de salida” justo al inicio del primer cono, en el lado izquierdo (simulando la disposición real de salida) y el juez de llegada con el crono en la parte izquierda de la línea de llegada.

El juez de salida deberá indicarle la salida al velocista a la voz de “ya” (estímulo auditivo), al mismo tiempo que el de llegada pondrá en marcha el crono y anotará el tiempo a su llegada. Se irán rotando los roles de forma que cada alumno deberá registrar un total de 4 tiempos en la tabla que se les entregará, dos con respecto a la salida estática y dos con respecto a la lanzada, (observar la diferencia).

➤ TAREA AUXILIAR:

Si la sesión va a acabar antes de lo previsto dividiremos a la clase en dos grupos y probaremos a realizar una mitad de la clase la salida estática y la otra mitad la salida lanzada, todos al mismo tiempo para observar el resultado de forma más visual. El profesor coordinará a los alumnos para que la salida de los dos grupos se produzca a la vez y partiendo de la misma salida, coordinando la salida lanzada o dinámica de una mitad con la salida estática de la otra mitad. A continuación se invierten los roles, los que hacían la salida estática ahora harán la salida lanzada o dinámica y viceversa.

➤ TAREA PARA EL CUADERNO:

Anotar bajo la tabla de registro las diferencias entre los dos tipos de salida y guardarlo cada uno en su cuaderno de tareas.

VUELTA A LA CALMA (5´)

Mientras realizamos estiramientos aprovechamos para destacar los aspectos más relevantes de la sesión de forma reflexiva.

OBSERVACIONES

Se ha de tener muy en cuenta el trabajo autónomo por parte de los alumnos, ya que ha de ser un trabajo activo y deben de participar todos los del mismo grupo en los diferentes roles propuestos. Los alumnos han de tener en cuenta las características que tiene cada salida y lo que se les ha dicho previamente. Se ha de controlar a todos y cada uno de los grupos cómo trabajan las salidas y si se fijan o no en los compañeros.

Hemos de tener en cuenta que la sesión ha de acabar un poco antes de la hora para que a los alumnos les dé tiempo de cambiarse de camiseta y asearse correctamente.

U.D. Atletismo	Sesión nº 3: Velocidad: “Arrancando motores 2”.
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Características de la salida dos y cuatro apoyos. • Los tipos de velocidad: reacción y desplazamiento. 	
Objetivos de sesión: <ul style="list-style-type: none"> • Conocer en profundidad la salida de dos apoyos y vivenciar la de cuatro apoyos, distinguiendo las características y diferencias principales existentes entre las mismas. • Determinar con qué tipo de salida se obtienen mejores marcas: con salida en dos apoyos espontánea o salida de dos apoyos técnica. 	
Metodología: <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Aprendizaje por descubrimiento 	
Material: Cronómetros, conos, bolígrafos y fichas para el trabajo autónomo del alumno (ver anexos).	
Información inicial: (10 minutos) <p>Previamente en clase se realizará una explicación teórica de las salidas en las carreras de velocidad añadiendo, sobre la información de la sesión anterior (salida estática y lanzada), los conceptos de salida de dos y cuatro apoyos. Se explicarán las características de estos dos tipos de salida y se pondrán ejemplos sobre en qué pruebas se utiliza cada una.</p> <p>Además se explicarán los tipos de velocidad que son importantes en estas sesiones y en las pruebas de velocidad de atletismo: Velocidad de desplazamiento y velocidad de reacción.</p> <p>Aprovecharemos para explicar la tarea a desarrollar en la parte principal y así no hacer pausas después del calentamiento para que los alumnos se puedan poner a trabajar de forma autónoma seguidamente con las fichas diseñadas a tal efecto.</p>	
DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)	
CALENTAMIENTO (10´)	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Carrera continua, movilidad articular (estática y dinámica) y estiramientos. ➤ Presentación de los ejercicios de técnica de carrera que nos sirven también para calentar. 	
PARTE PRINCIPAL (25´)	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ TAREA PRINCIPAL: <p>En grupos de 3 personas repartiremos una ficha de trabajo a los alumnos en las que deberán observar los aspectos clave de la salida técnica de dos apoyos. Una persona será la que ejecute la salida, otro miembro del grupo cronometrará el tiempo y lo anotará en la ficha de registro, y un tercero hará de observador y dará feedback al alumno para que mejore los aspectos que no haya realizado conforme a la planilla de observación. Cada uno debe realizar 3 salidas de dos apoyos de forma espontánea y seguidamente 3 salidas de dos apoyos de forma técnica. El objetivo es intentar cumplir con el modelo técnico de dos apoyos propuesto en la ficha de trabajo autónomo y comprobar que la salida técnica es más efectiva que la espontánea. Además se intentará mejorar el tiempo en los tres intentos.</p> <p>Para delimitar el espacio de carrera se pondrán dos conos, uno será la salida y otro la meta, y estarán separados por una distancia de 20 metros.</p>	

➤ TAREA COMPLEMENTARIA:

Sería interesante que los alumnos probasen la salida de 4 apoyos de forma espontánea, el objetivo no es dominar su técnica ni mucho menos puesto que ello nos llevaría varias sesiones. Por lo tanto esta salida no se va a cronometrar, sino que se pretende que experimenten y vivencien la misma sin mayores pretensiones técnicas.

➤ TAREA PARA EL CUADERNO:

Completar la tabla de registro y responder a las preguntas planteadas bajo la misma.

VUELTA A LA CALMA (10')

Mientras realizamos estiramientos aprovechamos para destacar los aspectos más relevantes de la sesión de forma reflexiva.

OBSERVACIONES

Debemos preparar el material para cada grupo antes de la sesión para que así no se pierda tiempo en repartir y recoger las fichas y material y de esta forma acostumbrar desde un principio al alumno a trabajar de forma autónoma sin perder tiempo.

El docente ha de observar que la sesión va bien, que los alumnos han prestado la atención necesaria y debe pasarse por todos y cada uno de los grupos para comprobar que han entendido la actividad correctamente y realizan las correcciones pertinentes a los corredores.

U.D. Atletismo	Sesión nº 4 y 5: "Pasa el relevo que salgo pitando".
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Características generales de las carreras de relevos. • Explicación de lo que es la pre-zona y la zona. • Explicación de las dos formas de entrega del testigo. 	
<p>Objetivos de sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vivenciar la carrera de relevos en línea recta con intercambio de testigo. • Elaborar estrategias para perder el menor tiempo posible en los cambios de corredor y conseguir un ritmo de carrera global lo más homogéneo posible. • Gestionar las actividades de forma autónoma. • Fomentar el trabajo por grupos con implicación en diferentes tipos de roles. 	
<p>Metodología:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Aprendizaje por descubrimiento guiado. 	
<p>Material: Conos chinos, cronómetros y fichas de trabajo para los alumnos (ver anexos).</p>	
<p>Información inicial: (10 minutos)</p> <p>Explicación de la zona y la pre-zona:</p> <p>En el 4x100 existe una zona en la que el atleta que va a recibir el testigo puede comenzar a correr y coger velocidad (salida lanzada). A esta zona la llamamos "pre-zona" y mide 10 metros. Además existe otra zona en la que el atleta recibe el testigo, que mide 20 metros y que denominamos "zona". Fuera de esta zona ya no se puede recibir el testigo porque quedas eliminado.</p> <p>Explicación de las dos formas de entrega del testigo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De arriba - abajo: tiene la desventaja que no es natural, pero sin embargo tiene varias ventajas tales como: los corredores ven dónde tienen la mano, se avanza más dado que se entrega de más lejos y el testigo no se acaba ya que se coge por la punta. Se deja de arriba abajo en la mano del compañero, la mano debe de estar abierta hacia arriba. • De abajo - arriba: la mano estará en la misma posición que en la carrera, el testigo se entrega por abajo, hay que darle el testigo justo en su mano desde mi mano. Tiene la ventaja de ser más natural para ambos corredores, pero sin embargo tiene la desventaja de que el testigo se puede acabar y de que no se ve la mano. <p>Explicación de la ficha de trabajo autónomo, del trabajo a desarrollar en la sesión y del entorno donde va a realizarse la actividad (Plaza de Torre Mendoza).</p>	
<p>DESARROLLO DE LA SESIÓN (55')</p>	
<p>CALENTAMIENTO (10')</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Carrera continua, movilidad articular y estiramientos. ➤ Ejercicios de técnica de carrera que nos sirven para calentar. 	

PARTE PRINCIPAL (25´)

➤ TAREA PRINCIPAL:

Se realizan grupos de 6 personas, a los cuales se les facilitará una ficha de trabajo autónomo. Dentro de este grupo va a ver varios roles: tres corredores de relevos y un cronometrador y dos jueces de zona. El juez de la zona 1 verificará que los corredores 1 y 2 transfieren el testigo en la zona 1, además dará la salida indicándola con el brazo para que el cronometrador se entere de cuando empieza a contar el tiempo y también dirá al juez de la zona dos si han transferido en zona o no el testigo. El juez de zona 2 verificará que los corredores 2 y 3 transfieren el testigo en la zona 2 y además transmitirá el mensaje al cronometrador de si se ha transferido en zona el testigo tanto en la zona 1 como en la 2. El cronometrador cronometrará el tiempo de la prueba, anotando el tiempo y si se ha transferido o no en las zonas según lo que le diga el juez de la zona 2. Cada dos carreras de relevos completas los corredores pasarán a ser jueces de zona y cronometrados y viceversa.

Las carreras de relevos propiamente dichas consisten en ser capaces de coordinar entre los tres corredores la arrancada en la pre-zona y el cambio de testigo en la zona de la forma más eficiente posible en un espacio de unos 100 metros. Para ello el profesor delimitará estas zonas con conos de diferentes colores, pero los alumnos serán los que valorarán cómo obtienen los mejores resultados dentro de las mismas. A lo largo de la sesión el profesor hará ciertas pausas para hacer reflexionar a los alumnos sobre cuándo y dónde debe empezar a correr la persona que recibirá el relevo y cómo se puede conseguir una carrera homogénea a pesar de tener transferir el relevo al compañero. Para que todos los corredores pasen por los diferentes puestos de carrera (corredor inicial o final y corredor central) se ha diseñado una secuencia de cambio de posiciones de carrera que consiste en avanzar todos un puesto hacia adelante con respecto a la carrera inicial.

Ahora bien, puede darse el caso de que no haya alumnos suficientes o haya de más como para agruparlos a todos en grupos de seis. Si es así lo que se hará es doblar roles (ej: una misma persona hace de cronometrador y juez de la zona dos) o generar un nuevo rol como por ejemplo juez de línea de salida.

➤ TAREA PARA EL CUADERNO:

Completar la tabla de registro.

VUELTA A LA CALMA (10´)

Mientras realizamos estiramientos aprovechamos para destacar los aspectos más relevantes de la sesión de forma reflexiva.

OBSERVACIONES

Para que los alumnos puedan funcionar de forma autónoma durante la sesión deben explicarse muy bien en la pizarra del gimnasio los cambios de posiciones de los corredores y los roles. Tenemos que dejar muy claro que después de una carrera cada corredor debe avanzar una posición en el sentido de la carrera y que cada 2 carreras se cambia de roles.

U.D. Atletismo	Sesión nº 6: “Generalidades de los saltos”.
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Principios generales de los saltos: batida, pierna dominante. • Lograr la máxima aceleración controlada en la batida para alcanzar la mayor altura posible. 	
Objetivos de sesión: <ul style="list-style-type: none"> • Descubrir la pierna dominante (con la que conseguimos mejores resultados) en los saltos. • Descubrir las diferentes variables implicadas que determinan el rendimiento en los saltos. • Identificar con qué combinación de variables conseguimos los mejores saltos y relacionar los resultados de la práctica con el modelo técnico general. 	
Metodología: <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Aprendizaje por descubrimiento 	
Material: Dos cordeles de 20 metros de longitud, 18 pañuelos (6 de un color, 6 de otro color y otros 6 de un tercer color), fichas de trabajo para los alumnos (ver anexo3), bolígrafos.	
Información inicial: (10 minutos) Explicaremos las generalidades comunes que tienen las pruebas de saltos entre sí: <ul style="list-style-type: none"> - El objetivo común a todos ellos es lograr conseguir la máxima aceleración controlada del cuerpo en el momento de la batida, bien para alcanzar la máxima altura o el máximo alcance. - Las diferentes variables implicadas en los saltos que determinan el resultado final: Nos centraremos en esta primera sesión en la carrera previa (trayectoria, longitud) y la batida (pierna dominante). - Relacionaremos al final de la clase las variables implicadas en la sesión con las características de las fases de carrera y batida implicadas en las diferentes pruebas de salto a nivel general. - Aprovecharemos para explicar la ficha de trabajo autónomo y la dinámica de la sesión. 	
DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)	
CALENTAMIENTO (10´)	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Carrera continua, movilidad articular (estática y dinámica) y estiramientos. ➤ Juego: Los alumnos se mueven caminando por el espacio delimitado entre cuatro conos que se encuentran situados formando un rectángulo. Cuando el profesor diga “patapalo derecha” los alumnos deberán desplazarse saltando a la pata coja con la pierna derecha hasta alcanzar el cono del vértice 1. Cuando el profesor diga “patapalo izquierda” los alumnos deberán desplazarse saltando a la pata coja con la pierna izquierda hasta alcanzar el cono del vértice 2. Si el profesor dice “Canguros” los alumnos deberán desplazarse dando saltos a pies juntos acompañando el movimiento con los brazos hasta llegar al cono del vértice 3. Si por el contrario el profesor dice “Muellecín” los alumnos deberán desplazarse dando saltos a pies juntos con los brazos estirados y pegados al cuerpo hasta llegar al cono del vértice 4. 	

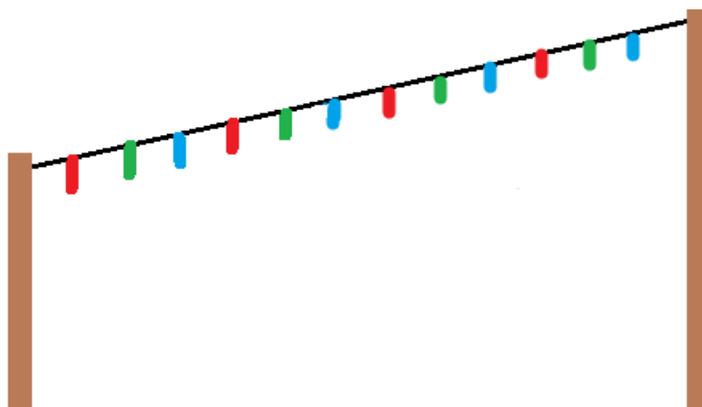
PARTE PRINCIPAL (25´)

➤ TAREA PRINCIPAL:

Organizamos a los alumnos por parejas, de forma que uno será el saltador y el otro el observador. Cada tres intentos se invertirán los roles para evitar la sobrecarga y la fatiga temprana.

El profesor habrá preparado previamente un total de 12 pañuelos dispuestos en series de tres pañuelos de tres colores diferentes atados a lo largo de una cuerda que irá de un extremo al otro del gimnasio. Los extremos de dicha cuerda estarán atados a puntos de diferente altura, de forma que la altura de los pañuelos irá aumentando de forma progresiva. Para reducir los tiempos de espera el docente montará dos líneas de pañuelos como la descrita anteriormente.

- El saltador deberá experimentar con qué combinación de variables consigue tocar los pañuelos más altos. Dichas variables quedan reflejadas en la ficha de trabajo de esta sesión y son las siguientes: trayectoria de la carrera, longitud de la carrera y tipo de batida.
- El observador deberá ver si el saltador consigue tocar el pañuelo o no y anotar con qué combinación de variables lo ha logrado. Además irá informando al saltador de sus resultados y las variables que ha utilizado para lograrlos. También dará información de cómo puede mejorar sus resultados, por ejemplo batiendo antes, o más tarde, etc.



➤ TAREA PARA EL CUADERNO:

Completar la tabla de registro y responder a las preguntas planteadas bajo la misma.

VUELTA A LA CALMA (10´)

Mientras realizamos estiramientos aprovechamos para destacar los aspectos más relevantes de la sesión de forma reflexiva.

OBSERVACIONES

Para que la sesión tenga sentido y cumplamos los objetivos debe quedar muy claro qué rol tiene cada alumno y qué variables deben combinar en qué momentos para así ir descubriendo ellos mismos cual es la combinación más acertada. Será fundamental saber relacionar al final de la sesión los resultados de la práctica con los principios técnicos generales que queremos que aprendan sobre las pruebas de saltos, para ello nos centraremos en la relación existente con carrera y la batida.

U.D. Atletismo	Sesión nº 7 – 8: “Salto de altura y vortex”.
<p>Contenidos:</p> <p>Para la parte de salto de altura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lograr la máxima aceleración controlada en el momento de la batida. • Control del cuerpo y la posición de las extremidades en las diferentes fases del salto. <p>Para la parte de lanzamiento de vortex:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lograr la máxima aceleración controlada en el momento final del lanzamiento. • Coordinar y ajustar los movimientos adecuadamente en el tiempo y el espacio para obtener la mayor eficiencia motriz. 	
<p>Objetivos de sesión:</p> <p>Para la parte de salto de altura:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vivenciar e identificar las 4 fases en las que se estructura un salto de altura independientemente de la técnica empleada y las características generales propias de las mismas. <p>Para la parte de lanzamiento de vortex:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descubrir e identificar las diferentes variables que van a condicionar nuestro resultado en un lanzamiento. • Conocer e interiorizar la angulación más eficaz de proyección del móvil. • Encadenar las secuencia de movimientos adecuadamente en el tiempo y el espacio para obtener los mejores resultados posibles. 	
<p>Metodología:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Aprendizaje por descubrimiento 	
<p>Material: Fichas de trabajo autónomo del alumno, 5 vortex, dos quitamiedos, 4 postes con base, dos cintas elásticas, fichas de refuerzo visual de la técnica de salto a tijera y fosbury.</p>	
<p>Información inicial: (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicaremos las fichas de refuerzo visual de la técnica de salto a tijera y fosbury. - Aprovecharemos para explicar la ficha de trabajo autónomo y la dinámica de la sesión, que en este caso va a ser un tanto especial al trabajar en grupos separados haciendo actividades diferentes. - No se dará mucha información inicial puesto que se pretende que sean ellos mismos los que la descubran con su práctica autónoma, por ello cobrará más relevancia la reflexión final de la sesión para enlazar los descubrimientos con los contenidos teóricos que queremos que aprendan de forma significativa: <ul style="list-style-type: none"> • Las 4 fases en las que se estructura un salto de altura (carrera, batida, vuelo y caída) y las características generales propias de cada una de ellas. • Las diferentes variables que van a condicionar nuestro resultado en un lanzamiento: Carrera previa, cadena cinética implicada en el lanzamiento, el ángulo de lanzamiento. 	

DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)
CALENTAMIENTO (10´)
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Para todos: Carrera continua, movilidad articular (estática y dinámica) y estiramientos. ➤ Para los lanzadores: Juego de pase de pelota de goma espuma por parejas aumentando la distancia cada vez que se consigue coger la pelota al aire. ➤ Para los saltadores Gestos de técnica de carrera.
PARTE PRINCIPAL (25´)
<p>Una mitad de la clase realizará salto de altura en el gimnasio donde se habrán habilitado dos colchonetas con sus respectivos postes y un elástico.</p> <p>La otra mitad de la clase realizará lanzamiento de vortex en el césped contiguo a las pistas polideportivas del centro.</p> <p>En la sesión número 9 los alumnos que habían realizado salto de altura pasarán a realizar lanzamiento de vórtex y viceversa.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ TAREA PRINCIPAL DE SALTO DE ALTURA: Los alumnos se organizarán por parejas de trabajo. La mitad de las parejas se pondrán a trabajar en una de las colchonetas y la otra mitad en la otra colchoneta. Mientras un miembro de la pareja ejecuta los saltos su compañero irá anotando las variables que está empleando en los diferentes intentos y le irá dando feedback. Una vez rellenada la ficha se invierten los roles. ➤ TAREA PRINCIPAL DE LANZAMIENTO DE VORTEX: Los alumnos se organizan por tríos proporcionándole a cada uno una ficha de trabajo autónomo que deberán completar con su práctica motriz. Un miembro del grupo lanzará el vortex poniendo en práctica las diferentes variables que determinan un mayor alcance del implemento. Mientras, su compañero le observará e irá rellenando la ficha en base a lo que observe. Además le podrá dar feedback para que mejore en sus intervenciones siguientes. El tercer miembro irá viendo si el lanzador va consiguiendo un mayor alcance o no con respecto a los intentos anteriores. Una vez se hayan rellenado todos los datos de la ficha se cambiarán los roles. ➤ TAREA PARA EL CUADERNO: Completar la tabla de registro y responder a las preguntas planteadas bajo la misma.
VUELTA A LA CALMA (10´)
<p>Se proponen dos fichas de estiramientos, una para los alumnos que han hecho salto de altura y otra para los lanzadores. Un alumno será el que dirigirá cada una.</p>
OBSERVACIONES
<p>En esta sesión el profesor apuesta al máximo por el trabajo autónomo y responsable de sus alumnos, ya que al trabajar en dos grupos separados y haciendo actividades diferentes el profesor no podrá estar en los dos sitios al mismo tiempo. He apostado por esta forma de trabajo en estas sesiones en las que ya el alumno debería haberse familiarizado con la metodología empleada en la unidad didáctica y en la que espero demuestren tener responsabilidad y madurez necesaria para ser ellos mismo los que se autogestionen la práctica del lanzamiento de vortex. Por tanto yo me centraré en esta sesión más en el grupo que se quede haciendo salto de altura en el gimnasio por la dificultad técnica del contenido. No obstante pasaré periódicamente por las pistas exteriores para supervisar la actividad de lanzamiento de vortex, resolver dudas y mantener la motivación de los alumnos.</p>

U.D. Atletismo	Sesión nº 9: “Ficha teórico-práctica sobre el calentamiento, los ejercicios de técnica de carrera y los estiramientos en atletismo”.
Contenidos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de técnica de carrera. • Estiramientos diversos adecuados para las diferentes pruebas de atletismo. 	
Objetivos de sesión:	
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las diferentes partes de un buen calentamiento de atletismo. • Identificar los aspectos relevantes y las funciones del calentamiento y los estiramientos. • Saber realizar un calentamiento completo y una fase de vuelta a la calma de forma autónoma para participar en una jornada de competiciones de atletismo. 	
Metodología:	
<ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas. 	
Material: Ficha de preguntas y fichas con estiramientos (ver anexos). Bancos suecos, bolígrafo.	
Información inicial: (10 minutos)	
Explicamos las diferentes partes que debe tener un calentamiento completo de atletismo: carrera continua suave, movilidad articular, ejercicios de técnica de carrera y breves estiramientos.	
Explicamos porqué es importante estirar la musculatura.	
Explicamos las funciones de los ejercicios de técnica de carrera y recordamos los ejercicios vistos en sesiones anteriores.	
Explicamos la ficha que deben completar con los ejercicios de técnica de carrera y estiramientos que han decidido elegir para llevarlos a cabo durante el calentamiento del día de Intercentros.	
DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)	
Completar la ficha propuesta	
Los alumnos irán completando la ficha propuesta con la ayuda del profesor, los alumnos que lo deseen podrán trabajar en grupo, siempre y cuando cada uno rellene su ficha individual y no se molesten unos a otros.	
OBSERVACIONES	
Para que los alumnos aprovechen al máximo el tiempo el profesor deberá ubicarlos en el gimnasio separando a los alumnos revoltosos para que trabajen de forma individual sin molestar al resto de compañeros ni a sí mismos.	
El profesor irá resolviendo las dudas que vayan surgiendo a los alumnos.	

U.D. Atletismo	Sesión nº 10: Salto de longitud y triple salto.
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conseguir el mayor alcance posible en el salto horizontal sin pisar línea de salto. • Descubrir las características que tendrán las fases de carrera, batida, vuelo y caída para conseguir los mejores resultados posibles. 	
<p>Objetivos de sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar las 4 fases del salto de longitud de manera independiente en un circuito. • Familiarizarse con el encadenamiento de las distintas fases del salto de longitud. • Vivenciar la secuencia del triple salto. 	
<p>Metodología:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas • Aprendizaje por descubrimiento 	
<p>Material: Tres quitamiedos, colchonetas varias, un trampolín, 4 ladrillos y 4 picas, folios explicativos de las postas, aros planos medianos, dos obstáculos de cartón, conos chinos, dos postes y un elástico, tiza.</p>	
<p>Información inicial: (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicaremos brevemente las 4 fases en las que se estructura un salto de longitud (carrera, batida, vuelo y caída) y las características generales propias de cada una de ellas. Además comentaremos las diferentes variables que van a condicionar nuestro resultado en un salto. • Se explicará brevemente la normativa de estas pruebas de salto. • Aprovecharé para explicar la dinámica de la sesión, en la que los alumnos trabajarán en diferentes postas rotando cada 5 minutos aproximadamente. 	
<p>DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)</p>	
<p>CALENTAMIENTO (10´)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Carrera continua, movilidad articular (estática y dinámica) y estiramientos. ➤ Ejercicios de técnica de carrera. 	
<p>PARTE PRINCIPAL (25´)</p>	
<p>Los alumnos trabajarán en diferentes postas rotando cada 6 minutos aproximadamente. Se hacen grupos de 4-6 personas. En cada grupo se establecerán parejas de trabajo, un miembro de la pareja será el saltador y el otro su juez. Cada tres saltos se invertirán los papeles. Las postas estarán numeradas para que no haya problemas en las rotaciones. Las postas 1 y 2 estarán situadas en el porche nada más salir del gimnasio. Las postas 4 y 5 estarán situadas en el gimnasio. En cada posta habrá una hoja explicativa de la actividad para evitar malentendidos. La actividad de cada posta consistirá en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • POSTA 1: Salto a pies juntos. Situado detrás de la línea de salto, desde aquí debes saltar sin coger carrerilla a pies juntos lo más lejos que puedas y caer de cuclillas con los brazos estirados hacia delante. Tu compañero hará de juez y tendrá que marcar con una tiza donde hayas caído con la marca que tu elijas, así sabrás si superas dicha marca en los siguientes intentos. Cada tres saltos cambiáis de roles saltador-juez. 	

<ul style="list-style-type: none"> POSTA 2: Secuencia triple salto. Situado en el cono que está detrás de la línea de salto, desde aquí debes coger un pelín de carrerilla y saltar a la pata coja el primer obstáculo. Seguidamente saltas el segundo obstáculo cambiando el apoyo de una pierna a la otra y según caigas con ese pie empuja el suelo hacia atrás e intenta llegar lo más lejos posible cayendo a pies juntos y con los brazos estirados hacia adelante. Tu compañero hará de juez y tendrá que marcar con una tiza donde hayas caído con la marca que tu elijas, así sabrás si superas dicha marca en los siguientes intentos. Cada tres saltos cambiáis de roles saltador-juez. POSTA 3: Batida en trampolín: Trabajo de la fase de carrera y batida en el salto de longitud. Situado detrás del cono haciendo una fila, desde aquí debes coger un pelín de carrerilla calculando la distancia para dar zancadas de la misma amplitud y llegar a batir justo en el trampolín. En el momento de la batida deberás batir enérgicamente como si quisieras arrastrar el trampolín hacia atrás. Una vez estés en el aire intenta que tus brazos y piernas vayan estirados hacia adelante. Una vez caigas en la colchoneta sal de ésta rápidamente para que pueda saltar el siguiente compañero y así darle fluidez a la actividad. POSTA 4: Trabajo de la fase de vuelo y caída del salto de longitud. Situado detrás del cono haciendo una fila, desde aquí debes coger carrerilla y batir antes de la línea de salto, una vez estés en el aire intenta que tus brazos y piernas vayan estiradas hacia adelante. Una vez caigas en la colchoneta sal de ésta rápidamente para que pueda saltar el siguiente compañero y así darle fluidez a la actividad.
VUELTA A LA CALMA (10')
Se finaliza con una breve reflexión sobre el transcurso de la sesión y los aspectos más relevantes a destacar. Se propone una ficha de estiramientos específicos para la modalidad del salto de longitud.
OBSERVACIONES
En esta sesión el profesor apuesta al máximo por el trabajo autónomo y responsable de sus alumnos, ya que al trabajar en grupos separados y haciendo actividades diferentes el profesor no podrá estar en las dos zonas de trabajo al mismo tiempo. El profesor controlará principalmente las postas 3 y 4 del gimnasio, ya que es donde mayor riesgo puede haber en principio, aunque también tratará de ir pasando periódicamente por las postas exteriores.

U.D. Atletismo	Sesión nº 11: "Pentatlón de atletismo".
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • 5 pruebas atléticas en una sesión por equipos. 	
Objetivos de sesión: <ul style="list-style-type: none"> • Vivenciar de primera mano un pentatlón. • Participar y disfrutar de un pentatlón trabajando en equipo. • Transferir todo lo aprendido en las sesiones anteriores a las pruebas de este pentatlón. 	
Metodología: <ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas. 	
Material: Fichas de registro de puntuación (ver anexo), 3 vórtex, 1 testigo, 5 ladrillos, 5 picas, 5 hojas explicando las 5 postas, un elástico, dos postes, 3 quitamiedos y colchonetas varias, cronómetros, conos chinos.	
Información inicial: (10 minutos) Explicación de la dinámica de la sesión, del entorno de la práctica y la ficha de registro.	
DESARROLLO DE LA SESIÓN (55´)	
CALENTAMIENTO (10´)	
➤ Carrera continua, movilidad articular y breves estiramientos.	
PARTE PRINCIPAL (25´)	
Se agrupa a los alumnos en grupos de 4 a 6 personas y se les reparte una ficha con las pruebas a realizar (ver anexos). Cada alumno deberá realizar dos intentos en cada prueba sumando puntos si logra superar su marca del primer intento. Como el tiempo es únicamente de 6 minutos por prueba la organización dentro del grupo debe ser muy buena para que les dé tiempo a terminar el mayor número de pruebas posible y así sumar puntos. Cuantas más pruebas realice con éxito cada participante del grupo más puntos logrará conseguir el equipo. Por lo tanto los grupos no competirán entre sí directamente. Las pruebas disponibles son: salto de longitud, 60 metros lisos, lanzamiento de vórtex, salto de altura y relevos 4x60. Por cada prueba en la que un miembro del grupo logre batir su marca personal anterior se sumará la siguiente puntuación: Para el salto de longitud, de altura y el lanzamiento de vórtex se consiguen 10 puntos por participante y prueba. Para los 60 metros lisos se otorgan 20 puntos por participante. Y en el 4x60 relevos se reparten un total de 150 puntos al grupo por carrera completa que consiga cumpliendo el reglamento.	
VUELTA A LA CALMA (10´)	
Estiramientos al finalizar las pruebas.	
OBSERVACIONES	
<p>Es muy importante que el profesor presente la actividad de forma atractiva para conseguir la motivación de los alumnos desde un principio y que así su implicación sea mayor.</p> <p>Se pretende que los alumnos disfruten de la experiencia, vivencien y apliquen aquello que han aprendido en la unidad didáctica. Por eso se ha desechado el enfoque competitivo de enfrentar directamente a los diferentes grupos sino que se plantea un trabajo por postas en donde se reta a realizar diferentes pruebas para ir sumando puntuaciones cada equipo por separado. De este modo el reto es grupal e individual, ya que para sumar puntos cada alumno debe superarse así mismo</p>	

U.D. Atletismo	Sesión nº 12: “Nuestra Olimpiada en Huesca”
<p>Participación en el encuentro Intercentros → Situación de referencia de la Unidad Didáctica.</p> <p>En este evento participan todos los institutos de la ciudad de Huesca. Todos los años se celebra este encuentro de Intercentros, es un momento dedicado a la diversión, la sociabilidad y al fomento de la actividad física entre otros. En este encuentro aparecen como principales protagonistas los alumnos de 1º de la E.S.O. de los diferentes institutos aunque también pueden participar alumnos de otros cursos. Todos nuestros estudiantes deberán participar en un mínimo de una prueba sobre la que previamente han ido adquiriendo una serie de conocimientos y preparación a lo largo de esta unidad didáctica. Además se habrán realizado clases voluntarias en horario extraescolar de tardes en las que se ampliarán los conocimientos de las diferentes pruebas y se podrán practicar en las instalaciones específicas de las pistas de atletismo.</p> <p>Además todos los participantes deberán colaborar en la organización de este evento y tratar de propiciar un buen ambiente a lo largo de toda la mañana.</p>	

7.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

➤ Fichas teóricas.

FICHA TEÓRICA 1 : INTRODUCCIÓN AL ATLETISMO
<ol style="list-style-type: none">1. ¿A cuándo se remonta el origen del atletismo? Explícalo en 2-3 líneas.2. ¿Dónde, cuándo y cómo surgió el atletismo como deporte moderno? Explícalo en 2-3 líneas.3. Elabora un esquema de las diferentes pruebas/concursos que abarca el atletismo. Para ello debes partir de la diferenciación entre carreras, saltos y lanzamientos.4. En cuanto a las características de la pista de atletismo...<ul style="list-style-type: none">• ¿Qué forma tiene?• ¿Cuántas calles o pasillos tiene? ¿Qué es una calle?• ¿Qué es la cuerda de una pista de atletismo? ¿Cuánto mide?

CALIFICACIÓN DE LAS PREGUNTAS:

1ª PREGUNTA= 2 PUNTOS

2ª PREGUNTA= 2 PUNTOS

3ª PREGUNTA = 4 PUNTOS (2=CORRECTA CLASIFICACIÓN DE LAS PRUEBAS DE CARRERA, 1=CORRECTA CLASIFICACIÓN DE LAS PRUEBAS DE SALTO, 1=CORRECTA CLASIFICACIÓN DE LAS PRUEBAS DE LANZAMIENTOS).

4ª PREGUNTA = 2 PUNTOS (0,25=SABE LA FORMA, 0,25 = SABE EL Nº DE CALLES, 0,5= SABE QUÉ ES UNA CALLE, 0,75= SABE QUÉ ES LA CUERDA, 0,25= SABE CUÁNTO MIDE.

FICHA TEÓRICA 2 : VELOCIDAD

1. Define con tus palabras el término Velocidad de Reacción (¿qué es?). Complementa tu definición poniendo un ejemplo donde la salida sea dada con un estímulo visual y otro con un estímulo auditivo.
2. Explica la diferencia principal entre una salida de dos apoyos (o salida alta) y una de 4 apoyos (o salida baja/salida de tacos).
3. ¿Para qué sirven los ejercicios de técnica de carrera? (El profesor los ha planteado en el calentamiento, pero esta no es ni su función específica ni la única, su nombre te puede aportar muchas pistas). Apunta y describe brevemente los ejercicios de técnica de carrera llevados a cabo en el calentamiento durante la segunda sesión de velocidad.
4. Crea un ejercicio o juego enfocado a la velocidad donde trabajemos las salidas.
Orientaciones: Quizás te ayude el recordar los juegos que realizó el profesor en la primera sesión de velocidad. Otras orientaciones podrían ser si el sujeto parte de estático, parte con movimiento, el estímulo de salida es visual, auditivo, ejercicio individual, en grupos, con material o no....

CALIFICACIÓN DE LAS PREGUNTAS:

1ª PREGUNTA= 2 PUNTOS (1 = DEFINICIÓN, 0.5= POR EJEMPLO)

2ª PREGUNTA= 2 PUNTOS (1= DEFINICIONES, 1= DIFERENCIA)

3ª PREGUNTA = 3 PUNTOS (1=IDENTIFICACIÓN DE LA FUNCIÓN, 0,5= CADA EJERCICIO)

4ª PREGUNTA = 3 PUNTOS (1= QUE TRABAJE VELOCIDAD, 2= SI TRABAJA LOS DOS TIPOS DE SALIDAS ESTÁTICA Y LANZADA o 1= SI SÓLO TRABAJA UN TIPO DE SALIDA).

FICHA TEÓRICA 3: EL CALENTAMIENTO Y LA FASE DE VUELTA A LA CALMA EN ATLETISMO

1. Apunta y describe brevemente cuatro ejercicios de técnica de carrera de los que hemos realizado en el calentamiento de las diferentes sesiones. Completa tu explicación con un **DIBUJO** de cada ejercicio.
2. ¿Por qué es importante estirar la musculatura antes y después de hacer actividad física?
3. Propón y describe seis estiramientos que consideres que deberían realizarse antes de participar en unas jornadas de atletismo. Completa tu explicación con un **DIBUJO** bien hecho de cada estiramiento.

CALIFICACIÓN DE LAS PREGUNTAS:

1ª PREGUNTA= 4 PUNTOS (0.5= POR DESCRIPCIÓN PRECISA Y CORRECTA, 0.5= POR DIBUJO BIEN HECHO).

2ª PREGUNTA = 1.2 PUNTOS (0.6=UNA JUSTIFICACIÓN LÓGICA, 0.6=UN BUEN RAZONAMIENTO).

3ª PREGUNTA = 4.8 PUNTOS (0.4= POR DESCRIPCIÓN PRECISA Y CORRECTA, 0.4= POR DIBUJO BIEN HECHO).

➤ Fichas de registro del profesor.

FICHA REGISTRO PROFESOR: Marcar en la casilla correspondiente a cada sesión y categoría con una "x" si es que "no".																							
Nombres y apellidos alumnos	Acude a la sesión con ropa y calzado adecuado para la Educación Física												Trae camiseta de recambio y desodorante										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10.																							
11.																							
12.																							
13.																							
14.																							
15.																							
16.																							
17.																							
18.																							
19.																							
20.																							
21.																							
22.																							
23.																							
24.																							
25.																							
26.																							
27.																							

➤ **Rúbrica de competencia motriz. (15%).**

DOMINIO DE EJECUCIÓN INDIVIDUAL	NIVEL I	NIVEL II	NIVEL III	NIVEL IV	NIVEL V
<p>Mantener la máxima velocidad durante el transcurso de la prueba</p>	<p>El alumno no reacciona ante el estímulo de salida. El alumno se desplaza al 50% de su velocidad máxima. El alumno no es capaz de recibir ni entregar el testigo.</p>	<p>El alumno no reacciona de forma rápida ante el estímulo. El alumno se desplaza entre el 50-75% de su velocidad máxima. Rara vez consigue con éxito entregar/recibir el testigo en zona.</p>	<p>El alumno reacciona adecuadamente al estímulo de salida. El alumno se desplaza por encima del 75% de su velocidad máxima. Algunas veces consigue con éxito entregar/recibir el testigo en zona.</p>	<p>El alumno reacciona de forma bastante rápida al estímulo de salida. Se desplaza próximo a su velocidad máxima. Habitualmente consigue con éxito entregar/recibir el testigo en zona.</p>	<p>El alumno reacciona rápidamente ante el estímulo de salida y se pone en marcha en el menor tiempo posible. Se desplaza a su velocidad máxima. Consigue con éxito entregar/recibir el testigo en zona y perdiendo el menor tiempo posible. Cruza la línea de meta inclinándose hacia adelante.</p>
<p>Coordinar y ajustar los movimientos adecuadamente en el tiempo y el espacio para obtener la mayor eficiencia motriz</p>	<p>El alumno no tiene idea de qué tiene que hacer en la habilidad o acción motriz implicada en la prueba y por tanto no coordina ni ajusta los movimientos.</p>	<p>El alumno tiene idea de qué tiene que hacer en la habilidad o acción motriz implicada en la prueba pero no coordina los diferentes movimientos que forman parte de las distintas fases de la prueba.</p>	<p>El alumno tiene idea de qué tiene que hacer en la habilidad o acción motriz implicada en la prueba y coordina los diferentes movimientos que forman parte de las distintas fases de la prueba aunque con poca fluidez y con mucho esfuerzo.</p>	<p>El alumno tiene idea de qué tiene que hacer en la habilidad o acción motriz implicada en la prueba y coordina con soltura y fluidez los diferentes movimientos que forman parte de las distintas fases de la prueba.</p>	<p>El alumno coordina perfectamente los diferentes movimientos que forman parte de la secuencia motriz de la prueba, adoptando una actitud reflexiva para intentar obtener un mayor rendimiento motriz y con ello mejorar sus resultados.</p>
<p>Lograr la máxima aceleración controlada en el momento final.</p>	<p>El alumno no saca partido de ninguna de las fases o variables de la prueba para tratar de conseguir la máxima aceleración controlada en el momento final.</p>	<p>El alumno saca partido de al menos una de las fases o variables de la prueba para tratar de conseguir la máxima aceleración controlada en el momento final.</p>	<p>El alumno saca partido de la mitad fases o variables de la prueba para tratar de conseguir la máxima aceleración controlada en el momento final.</p>	<p>El alumno aprovecha la mayoría de las fases de la prueba para tratar de conseguir la máxima aceleración controlada en el momento final.</p>	<p>El alumno aprovecha adecuadamente todas las fases o variables de la prueba para tratar de conseguir la máxima aceleración controlada en el momento final.</p>

Sistema de Puntuación de la rúbrica y Calificación de los resultados de la misma:

Las categorías se puntuarán de la siguiente manera en función del nivel en el que se sitúe cada alumno:

- Cada vez que el alumno se sitúe en el nivel I para una categoría determinada obtendrá 1 punto.
- Cada vez que el alumno se sitúe en el nivel II para una categoría determinada obtendrá 2 puntos.
- Cada vez que el alumno se sitúe en el nivel III para una categoría determinada obtendrá 3 puntos.
- Cada vez que el alumno se sitúe en el nivel IV para una categoría determinada obtendrá 4 puntos.
- Cada vez que el alumno se sitúe en el nivel V para una categoría determinada obtendrá 5 puntos.

El mínimo para mediar con las otras partes de la evaluación será la obtención de al menos 6 puntos en la rúbrica, pudiendo encontrarse en las tres categorías en el nivel II siempre y cuando en ninguna de ellas se encuentre en el nivel I.

Mínimo: 6 puntos para mediar con el resto de partes de la evaluación.

Insuficiente: Menos de 9 puntos.

Suficiente: 9 puntos.

Bien: Entre 10-11 puntos.

Notable: Entre 12-13 puntos.

Sobresaliente: Entre 14-15 puntos.

➤ **Fichas coevaluación (cuentan el 15% de la evaluación):**

- Velocidad 1
- Velocidad 2
- Relevos 2
- Iniciación a los saltos
- Lanzamiento de vortex
- Ficha teórica nº3 sobre el calentamiento y la vuelta a la calma en el atletismo.
- Ficha pentatlón

Estas fichas son las mismas que las fichas de trabajo autónomo del alumno propuestas en las sesiones nº 2, nº3, nº5, nº6, nº7-8, nº9 y nº11 respectivamente.

Se pueden observar en el apartado de anexos 7.4.

➤ **Fichas de trabajo autónomo del alumno: Son las preguntas que se encuentran en las respectivas fichas de coevaluación de esa misma sesión (cuentan el 30% de la evaluación). *Se pueden observar en el apartado de anexos 7.4.***

- Velocidad 1
- Velocidad 2
- Iniciación a los saltos
- Lanzamiento de vortex
- Ficha teórica nº3 sobre el calentamiento y la vuelta a la calma en el atletismo.

7.3. MATERIALES Y RECURSOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.

FICHA DE COEVALUACIÓN Y DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO SESIÓN Nº2: VELOCIDAD 1 “ARRANCANDO MOTORES”.

Tabla de registro 1: Ficha para el cuaderno de tareas. Medición velocidad estática y lanzada.

CORREDOR/A:

CRONOMETRADOR:

JUEZ DE SALIDA:

TIEMPOS	SERIE Nº 1		SERIE Nº 2	
	VELOCIDAD ESTÁTICA	VELOCIDAD LANZADA	VELOCIDAD ESTÁTICA	VELOCIDAD LANZADA

¿Con qué tipo de salida has obtenido los mejores resultados? ¿Por qué crees que es así?

Describe las diferencias entre la salida estática y la salida lanzada o dinámica:

Pon un ejemplo sobre un tipo de prueba en el que se realice salida estática:

Por un ejemplo sobre un tipo de prueba en el que se realice salida lanzada o dinámica:

FICHA DE COEVALUACIÓN Y DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO SESIÓN N°3:
VELOCIDAD 2 “ARRANCANDO MOTORES 2”.

Tabla de registro 2: Ficha para el cuaderno de tareas. Medición de la salida de dos y cuatro apoyos.

A través de esta hoja de trabajo vas a poder conocer las marcas que obtienes con los diferentes tipos de salidas. Con ella podrás saber cuál es la forma más adecuada para realizar tu salida en las carreras de velocidad. Para ello tu compañero encargado de cronometrar deberá rellenar la ficha según los resultados que obtengas en las diferentes salidas.

Presta atención a las correcciones y consejos que te dé tu otro compañero (observador) para poder así mejorar tus salidas en los tres intentos que tienes para cada una.

NOMBRE DEL CORREDOR:

NOMBRE DEL CRONOMETRADOR:

NOMBRE DEL OBSERVADOR:

	SALIDA + 20 METROS LISOS		
	INTENTO		
TIPO DE SALIDA	1	2	3
2 Apoyos espontánea			
2 Apoyos técnica			

¿Con qué tipo de salida has obtenido tu mejor/mejores tiempos? ¿Por qué crees que ha sido así?

¿Cómo influye la velocidad de reacción en todo esto?

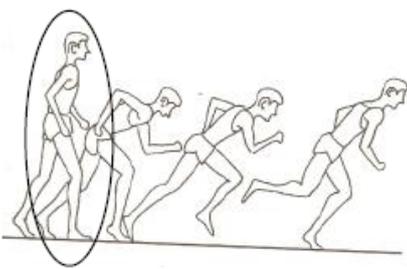
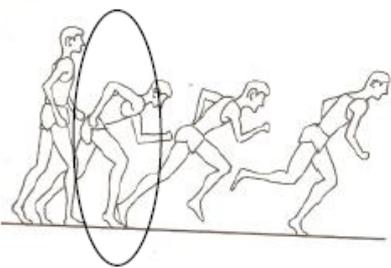
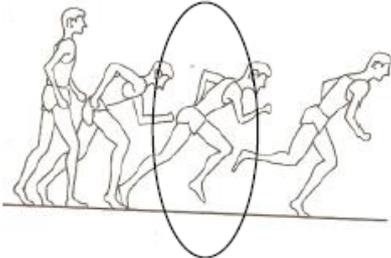
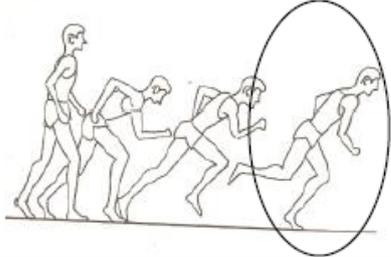
¿Sabrías calcular la tu velocidad media de desplazamiento a lo largo de los 20 metros que más rápido has corrido de todos tus intentos?. Prueba con la siguiente fórmula:

$$\text{Velocidad (metros/segundo)} = \frac{\text{distancia (metros)}}{\text{tiempo (segundos)}} \times 3,6 = \text{Km/h}$$

Ficha para el observador

		Intento 1	Intento 2	Intento 3
		SI/NO	SI/NO	SI/NO
SALIDA TÉCNICA DE DOS APOYOS				
A sus puestos	Pierna adelantada			
	Posición relajada			
	Mirada al frente			
Listos	Piernas flexionadas			
	Mayor separación de las piernas			
	Brazo adelantado es el contrario a pierna adelantada			
	Troco adelantado			
Ya	Salida recta			
	Pierna atrasada es la que impulsa			
	Se equilibra en los 6-8 primeros pasos			

Dile al corredor cómo puede mejorar su técnica prestando atención a los aspectos que debería mejorar, es decir, aquellas casillas en las que has puesto “NO”.

<i>SALIDA CON DOS APOYOS</i>	
<p><i>Posición: en sus marcas</i> <i>Objetivo:</i> conseguir la posición inicial correcta</p> 	<p><i>Posición: listos</i> <i>Objetivo:</i> Flexionar el cuerpo para dejar la posición adecuada para efectuar la salida</p> 
<p><i>Fase de impulso: ya</i> <i>Objetivo:</i> impulsarse y prepararse para el comienzo de la carrera</p> 	<p><i>Fase de aceleración</i> <i>Objetivo:</i> aumentar la velocidad y realizar una eficiente transición hacia la acción de la carrera.</p> 

FICHA DE COEVALUACIÓN DEL ALUMNO SESIÓN Nº 5: RELEVOS 2

Tabla de registro 3: Relevos 2.

Nombre y apellido del “corredor A”:

Nombre y apellido del “corredor B”:

Nombre y apellido del “corredor C”:

Nombre y apellido del “observador A-B”:

Nombre y apellido del “observador B-C”:

Nombre y apellido del “cronometrador”:

	Carrera 1	Posiciones de los corredores en la carrera 1	Carrera 2	Posiciones de los corredores en la carrera 2
Tiempo		— Meta — C		— Meta — B
¿Han cambiado en zona? (Si/No)		B — Salida — A		A — Salida — C

Una vez completada esta tabla con vuestros tiempos los corredores pasarán a ser observadores y cronometrador. Y los que hasta ahora habían hecho de observadores y cronometrador serán los nuevos corredores. Da la vuelta a la hoja y completad la tabla con los tiempos de los nuevos corredores.

Nombre y apellido del "corredor A":

Nombre y apellido del "corredor B":

Nombre y apellido del "corredor C":

Nombre y apellido del "observador A-B":

Nombre y apellido del "observador B-C":

Nombre y apellido del "cronometrador":

	Carrera 3	Posiciones de los corredores en la carrera 3	Carrera 4	Posiciones de los corredores en la carrera 4
Tiempo		— Meta — C		— Meta — B
¿Han cambiado en zona? (Si/No)		B — Salida — A		A — Salida — C

Esta carilla la debe completar el saltador después de la sesión y adjuntar la ficha en el cuaderno de tareas.

- Observaciones de la práctica:

- ¿Con qué pierna has obtenido tus mejores resultados? ¿Qué concluyes a partir de aquí? ¿Cómo denominaremos a esa pierna en atletismo?

- ¿Con qué combinación de variables has obtenido los mejores resultados? ¿Por qué crees que estas han determinado tu resultado?

FICHA DE COEVALUACIÓN Y DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO SESIÓN Nº 7 Y 8: “Salto de altura y vórtex”. Tabla de registro 7: Ficha lanzamiento de vórtex.

Nombres y apellidos de los participantes:

-
-
-

Intentos	Coge carrera antes de lanzar		Apoya el pie contrario al brazo de lanzamiento		Saca el brazo desde atrás		Sobrepasa la línea de salida		Supera el lanzamiento anterior	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Intentos	Coge carrera antes de lanzar		Apoya el pie contrario al brazo de lanzamiento		Saca el brazo desde atrás		Sobrepasa la línea de salida		Supera el lanzamiento anterior	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Intentos	Coge carrera antes de lanzar		Apoya el pie contrario al brazo de lanzamiento		Saca el brazo desde atrás		Sobrepasa la línea de salida		Supera el lanzamiento anterior	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

- **¿Cómo creéis que se consiguen los mejores resultados?¿Por qué?. Utilizad las pistas que os da la ficha para sacar vuestras propias conclusiones y justificarlas en base a los resultados de vuestros lanzamientos.**

- **¿Con qué prueba de atletismo crees que guarda relación el lanzamiento de vortex? ¿Por qué? (Lanzamiento de peso, lanzamiento de martillo, lanzamiento de disco, jabalina).**

SESIÓN Nº9 → FICHA TEÓRICA 3: EL CALENTAMIENTO Y LA FASE DE VUELTA A LA CALMA EN ATLETISMO

4. Apunta y describe brevemente cuatro ejercicios de técnica de carrera de los que hemos realizado en el calentamiento de algunas de las sesiones. Completa tu explicación con un **DIBUJO** de cada ejercicio.
5. ¿Por qué es importante estirar la musculatura antes y después de hacer actividad física?
6. Propón y describe seis estiramientos que consideres que deberían realizarse antes de participar en unas jornadas de atletismo. Completa tu explicación con un **DIBUJO** bien hecho de cada estiramiento.

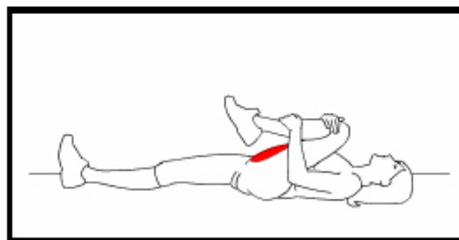
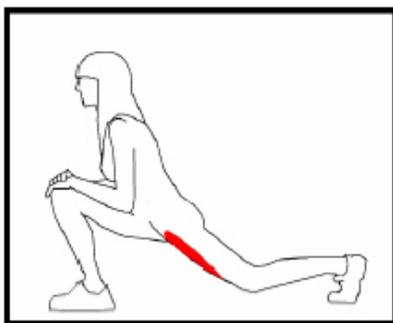
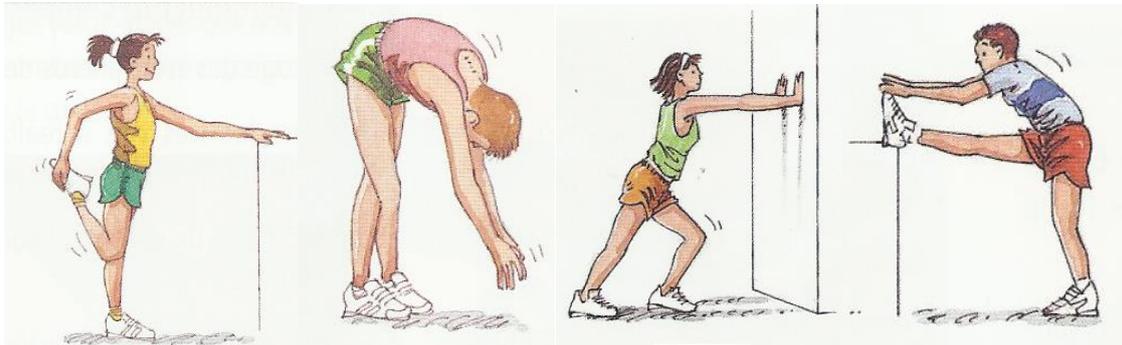
CALIFICACIÓN DE LAS PREGUNTAS:

1ª PREGUNTA= 4 PUNTOS (0.5= POR DESCRIPCIÓN PRECISA Y CORRECTA, 0.5= POR DIBUJO BIEN HECHO).

2ª PREGUNTA = 1.2 PUNTOS (0.6=UNA JUSTIFICACIÓN LÓGICA, 0.6=UN BUEN RAZONAMIENTO).

3ª PREGUNTA = 4.8 PUNTOS (0.4= POR DESCRIPCIÓN PRECISA Y CORRECTA, 0.4= POR DIBUJO BIEN HECHO).

**MATERIAL COMPLEMENTARIO DE AYUDA PARA COMPLETAR LA FICHA TEÓRICA Nº 3:
ESTIRAMIENTOS FUNDAMENTALES PARA ANTES Y DESPUÉS DE CORRER.**



Tiempo mínimo 20 segundos con cada pierna/máximo 35 segundos.

No se deben hacer rebotes ni estirar de forma brusca sino poco a poco y de forma progresiva controlando la respiración.

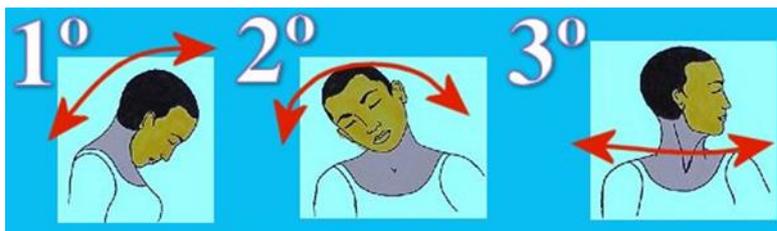
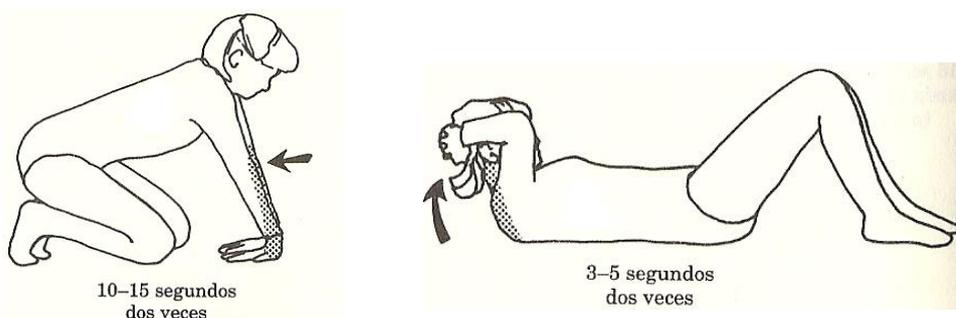
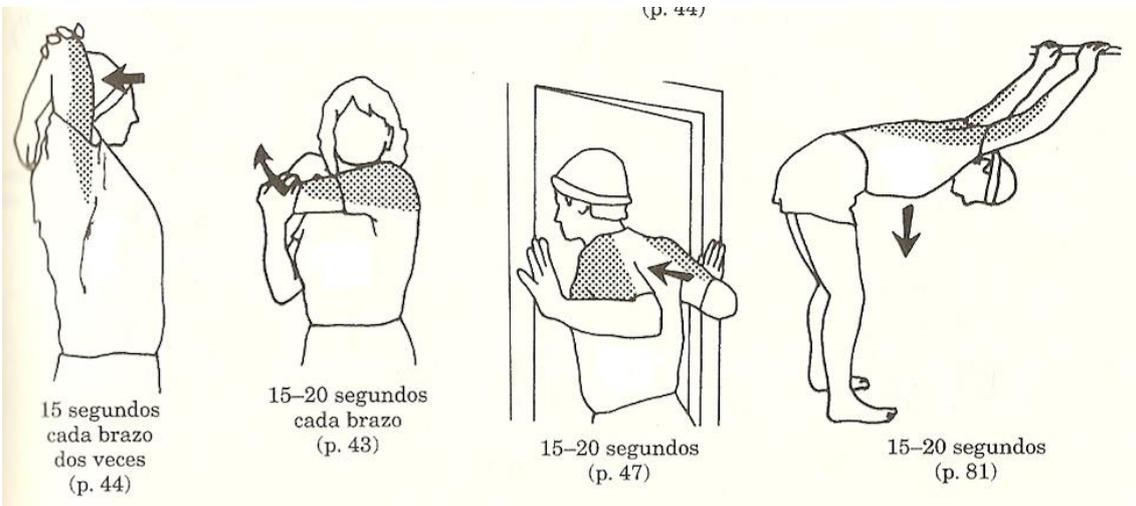
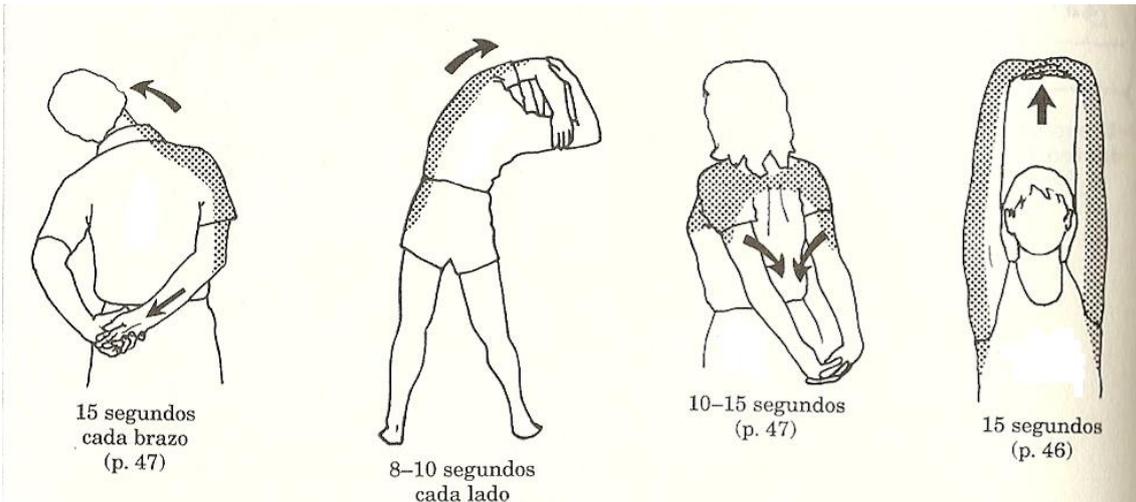
MOTIVOS POR LOS QUE ESTIRAR:

- 1. Evitar lesiones tales como tirones o roturas de fibras musculares.**
- 2. Evitar rigidez y sobrecarga muscular.**
- 3. Evitar acortamientos musculares que modificarán y limitarán nuestra postura y movimientos.**
- 4. Preparar la musculatura para el ejercicio y relajarla después de éste.**

ESTIRAMIENTOS FUNDAMENTALES PARA ANTES Y



DESPUÉS DE LANZAR VORTEX



No se deben hacer rebotes ni estirar de forma brusca sino poco a poco y de forma progresiva controlando la respiración.

FICHA DE COEVALUACIÓN SESIÓN Nº 11: “PENTATLÓN DE ATLETISMO”.

NOMBRE DEL GRUPO: _____

Nombres de los participantes	Salto de longitud	Salto altura a tijera cayendo de pie	Lanzamiento de vortex	Carrera de velocidad 60metros lisos	Relevos 4x60
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
Total puntos por prueba					
Suma total de puntos de todas las pruebas →					

Varemos de puntuación por participante y prueba.

Prueba	Puntos que obtiene el equipo por cada participante en la prueba que supere su propia marca inicial
Salto de longitud	10
Salto de altura a tijera cayendo de pie	10
Lanzamiento de vórtex	10
Carrera de velocidad 60 metros lisos	20
Relevos 4x60	150 por grupo

7.4. SITUACIÓN SOCIAL DE REFERENCIA

Considero importante incluir este apartado en esta memoria, puesto que se ha puesto mucha dedicación e ilusión en promover y potenciar el encuentro Intercentros a lo largo de toda la unidad didáctica. Para ello dedicamos algunos recreos y tres tardes por semana de 16:00 a 17:30 durante 4 semanas de las 6 de duración total de la unidad en las que fuimos a las pistas de atletismo para que los alumnos que quisiesen pudiesen ampliar sus conocimientos sobre el atletismo. De este modo tuvieron la oportunidad de entrenar y vivenciar las diferentes pruebas en las instalaciones de la pista de atletismo de la ciudad. Además fue una forma de intentar potenciar y promocionar este deporte, propiciando momentos agradables a los alumnos durante los entrenamientos y descubriéndoles una serie de posibilidades a partir de esta unidad didáctica. De esta fue una forma de conectar la educación física con la continuidad que puede tener el atletismo en el ámbito extraescolar o de tiempo libre.

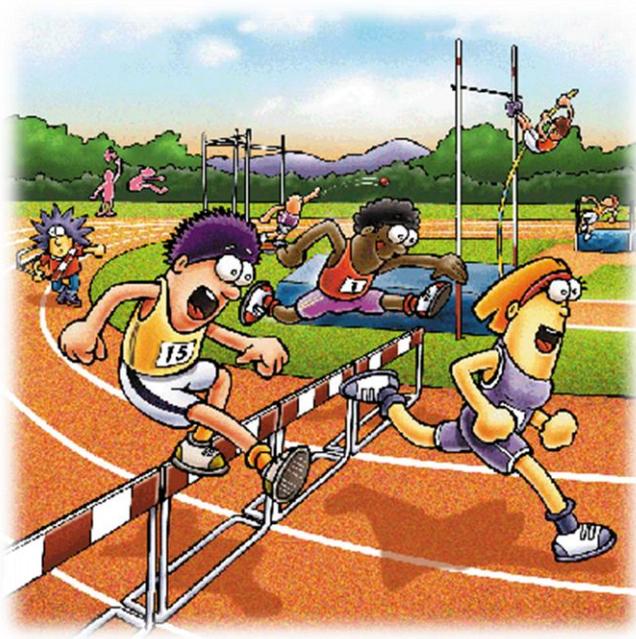
Durante estas tardes llegaban a asistir hasta 60 alumnos, lo cual fue muy gratificante. La forma de organizarnos fue la siguiente. Los alumnos calentaban de forma autónoma mientras mi mentora me explicaba qué entrenamientos se iban a realizar. Mientras acababan de estirar ya habíamos sacado del almacén la mayoría del material, de forma que seguidamente tras el calentamiento los alumnos se organizaban de forma independiente, recogían el material necesario y se ponían a practicar la prueba que más les motivaba o la que estaban entrenando para el encuentro Intercentros. Los alumnos a su vez eran libres de pasar por las diferentes pruebas que quisiesen a lo largo de la tarde. Nuestra labor durante el resto de la tarde era ir pasando periódicamente por las diferentes pruebas para dar retroalimentación y animar a los participantes.

El grado de participación e implicación de los alumnos tanto por las tardes como en el encuentro Intercentros fue alto. La participación en el encuentro Intercentros era obligatoria en al menos una prueba para poder superar la unidad. Aquellos alumnos que no pudieran participar en alguna prueba, ayudaban a los jueces del patronato de deportes, o se les asignaba alguna otra labor como por ejemplo el rol de fotógrafo, por lo que podemos hablar de igualdad de oportunidades para todos.

Creo que el tener una situación social de referencia al final de esta unidad didáctica fue algo muy motivante tanto para los alumnos como para el profesor, ya que el hecho de ver el buen ambiente del día de Intercentros, lo bien que se lo pasaron los alumnos, el compañerismo que hubo y el esfuerzo y la excelente participación de todos ellos hizo que todo el esfuerzo llevado a cabo durante toda la unidad, las tardes y la coordinación hubiesen merecido la pena con creces. Además los alumnos demostraron ser totalmente autónomos para calentar por su cuenta 30 minutos antes de la prueba, gestionar sus pertenencias, animar a sus compañeros, acudir a la salida o la prueba a la hora, etc.

ANEXO 4:

MEMORIA PRACTICUM III



Máster Universitario en Profesorado de E.S.O., Bachillerato,
F.P. y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas.

**Tutor: Eduardo Generelo
Alumno: Borja Fernández Palacio
Curso: 2013/2014**

INDICE

1. BREVE INTRODUCCIÓN.....	Página 163
2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO.....	Páginas 163-164
3. MARCO CONCEPTUAL.....	Páginas 164-165
4. OBJETO DE ESTUDIO.....	Páginas 165-166
5. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO.....	Páginas 166-176
5.1. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO.....	Página 166
5.2. PLANIFICACIÓN DEL PROYECTO.....	Página 167
5.3. OBJETIVOS PREVISTOS.....	Página 168
5.4. ORGANIZACIÓN GENERAL Y ACTIVIDADES DEL PROYECTO.....	Páginas 168-173
5.5. PARTICIPACIÓN EN EL PROYECTO.....	Página 173-174
5.6. COORDINACIÓN DEL PROYECTO.....	Página 174-175
5.7. EVALUACIÓN Y RESULTADOS DEL PROYECTO.....	Páginas 175-176
6. CONCLUSIONES Y VALORACIONES FINALES.....	Páginas 177-178
7. LIMITACIONES DEL ESTUDIO Y PROSPECTIVA DE CONTINUACIÓN.....	Páginas 178
8. BIBLIOGRAFÍA.....	Página 179

1. BREVE INTRODUCCIÓN

El proyecto que se expone a continuación en esta memoria recoge todo el trabajo realizado durante el último periodo práctico de mi formación dentro de este máster de profesorado de secundaria. Se trata de un proyecto de innovación que se ha desarrollado durante los meses de Marzo y Abril de 2014 con el alumnado de 1º de la E.S.O. del I.E.S. Sierra de Guara, instituto en el cual realicé a su vez los bloques prácticos I y II anteriormente. A continuación pasamos a exponer los diferentes apartados que conforman el mismo.

2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO

El I.E.S. Sierra de Guara es un instituto público de enseñanza secundaria implicado desde ya hace muchos años en la promoción de buenas prácticas relacionadas con la salud. Desde el curso 2008-2009 el IES Sierra de Guara está acreditado como Escuela Promotora de Salud de la Red Aragonesa, al cumplir los criterios que definen a la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud. Esta acreditación reconoce en la organización del IES Sierra de Guara la colaboración del centro con instituciones de otros sectores u organizaciones, la realización de actividades donde se facilita al alumnado el consumo de alimentos saludables, la información y educación con las familias en relación a la alimentación saludable, la promoción en el currículo de educación física y en el programa de extraescolares de actividades físicas saludables, el uso de espacios deportivos y recreativos fuera del horario lectivo y el continuo mantenimiento de las pistas, la coordinación con recursos de la zona (polideportivos, recursos municipales y comarcales...) para facilitar la práctica de la actividad física y deportiva, cuidándose también la apariencia limpia y los aspectos estéticos del entorno del centro.

Asimismo el IES Sierra de Guara ha participado en el proyecto “La formación de estilos de vida activos, desde el tratamiento equilibrado de las competencias básicas en el área de la Educación física en la Enseñanza obligatoria” puesto en marcha en el curso 2009-2010. Se trata de una colaboración entre el Departamento de Educación física, que coordina a los participantes del centro, y el Departamento de Expresión plástica, corporal y musical de la Universidad de Zaragoza. La relación y colaboración de este centro con la universidad de Zaragoza es continua, ya que acoge tanto a los estudiantes del Grado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte como del Máster de Profesorado de Secundaria para que realicen su formación práctica en el mismo. Además también ha participado en determinados estudios llevados a cabo por el grupo de investigación EFYPAF, lo cual retribuye grandes beneficios para conseguir una mayor calidad de enseñanza en la materia de Educación Física.

A su vez mantienen una estrecha relación con los profesores y alumnos del Grado Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas que se imparte en el I.E.S. Pirámide. De esta forma los estudiantes de este grado de formación profesional

organizan actividades diversas que ponen en práctica con los alumnos de secundaria del I.E.S. Sierra de Guara, beneficiándose así ambas partes.

Por último comentar que una de las características más enriquecedoras de las unidades didácticas de educación física que se llevan a cabo en éste centro es que están vinculadas con diferentes situaciones sociales de referencia. Es decir, que al final de las unidades didácticas siempre se busca la participación en una situación social para dar representatividad y funcionalidad a los aprendizajes adquiridos, trabajando así en base a un proyecto que viene determinado por esa situación de referencia con la que suelen culminar las unidades didácticas planteadas. Por ejemplo: La unidad didáctica de Carrera de Larga Duración termina con la Carrera Popular de San Jorge o una carrera solidaria. La unidad didáctica de atletismo termina con el Encuentro Intercentros. Y así con muchas de las unidades que se trabajan durante todo el año.

3. MARCO CONCEPTUAL

Enlazando con la idea final comentada en el apartado anterior, he considerado oportuno reflejar y destacar en este apartado, las aportaciones hechas por diversos autores especializados en esta corriente pedagógica basada en crear un aprendizaje más significativo y funcional a partir de las situaciones sociales de referencia y del aprendizaje a partir de proyectos. En este apartado no se pretende hacer un comentario de las aportaciones de dichos autores sino hacer una fiel exposición de sus palabras con citas textuales que sienten la base sobre la cual se va a construir y sustentar todo el proyecto aquí expuesto.

El problema y uno de los grandes retos de la enseñanza actual es la separación existente entre los aprendizajes académicos y su contextualización dentro de la cultura social, ya que es aquí donde adquieren sentido y significado (Generelo, Zaragoza y Julián, 2005).

La escuela se debe situar en un contexto sociocultural que debe permitir, desde nuestro punto de vista, la reconstrucción tanto del conocimiento cotidiano, como del conocimiento científico. Los saberes no pueden nunca desligarse del contexto en el que se aprenden y utilizan (Brown y Cols, 1995).

El aprendizaje en cualquier contexto de intervención (escolar o no) tiene como base la interrelación que se produce, fundamentalmente, entre el docente o el técnico-docente (monitor, entrenador), el aprendiz y el contenido de aprendizaje. Además este triángulo tiene su sentido en un contexto socio-cultural específico que redefinen cada uno de sus vértices y es que es determinante “vincular los aprendizajes con el entorno físico, social y cultural próximo del alumnado”. (Hernández y Ventura, 1992:152).

La enseñanza en la escuela permitirá el acceso de todos los alumnos/as a las prácticas sociales de referencia que son, por ejemplo en el caso de la educación física, las diferentes actividades físicas, deportivas y artísticas que forman parte de la dimensión cultural de un país o territorio. Estas prácticas sociales de referencia se convertirán en

verdaderos contenidos de la Educación, en tanto en cuanto, el profesor desde su intervención, sea capaz de adecuarlos a las exigencias, necesidades y características del marco escolar y del alumnado. El docente deberá hacer un esfuerzo para transformar los saberes culturales y convertirlos en verdaderos contenidos de enseñanza, en función de las características contextuales donde se llevará a cabo su labor docente. La situación social de referencia representa para el alumno y para el profesor, el momento donde cobra significado cultural la actividad aprendida. (Generelo, Zaragoza y Julián, 2005).

En el contexto escolar son variadas las situaciones que nos pueden servir para acercar a nuestro alumnado un objeto cultural determinado, con el objetivo de que puedan ver la utilidad de su aprendizaje, y generar la necesidad de aprender un contenido con un objetivo concreto. Estas situaciones configuran las prácticas sociales de referencia en un contexto determinado. (Generelo, Zaragoza y Julián, 2005).

Las situaciones de referencia expresan una conexión con la práctica social, respetan y ponen de manifiesto el problema y la esencia fundamental de la actividad, con efectivos reducidos y con unas reglas adecuadas. Es una propuesta que contiene todos los elementos significativos de la actividad que el maestro quiere enseñar a los niños. Es útil para determinar las necesidades de aprendizaje de los alumnos. Por consiguiente las situaciones de referencia son interesantes en cuanto:

- Suponen un medio de conocimiento de las competencias del alumno.
- Una ayuda para establecer las situaciones de aprendizaje.
- Un medio de evaluación coherente.

La situación de referencia es útil para el alumno porque le dará un sentido a su aprendizaje que le enganchará en un proyecto a partir de la comprobación de sus progresos. (Generelo, Zaragoza y Julián, 2005).

4. OBJETO DE ESTUDIO

El objeto de estudio que se persigue en este proyecto es conectar la materia de educación física con la actividad deportiva de carácter extracurricular utilizando como nexo de unión la unidad didáctica de atletismo y la situación social de referencia del Encuentro Intercentros. De esta forma pretendemos que los alumnos vean que lo que aprenden en educación física no termina en el aula con la finalización de unidad didáctica y que lo que aprenden tiene una conexión con la realidad social exterior al centro. Con este proyecto queremos acercar a estos alumnos a las posibilidades de ocio y deporte extraescolar que se ofertan en la ciudad, ya sea a nivel de clubs de atletismo o de carreras populares, para que vean que pueden continuar practicando atletismo fuera del centro en su tiempo libre, ya sea en un club deportivo, a nivel grupal, con su grupo de amigos o en familia, ya que también se les van a dar a conocer los recursos e instalaciones municipales disponibles para la práctica del atletismo en la ciudad de Huesca.

Consideramos que esta es una manera de promocionar la actividad física y que puede ser una buena forma de generar adhesión a la práctica de actividad física en el tiempo de ocio. Nos ha parecido especialmente interesante dar protagonismo al atletismo, ya que es un deporte con altos valores educativos que al igual que otros muchos deportes se ve eclipsado por la popularidad de deportes colectivos tales como el fútbol que han monopolizado la actividad extraescolar en este país.

5. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO.

5.1. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO.

De cara a la justificación del proyecto he tenido muy en cuenta la información expuesta en el apartado de análisis del contexto y las ideas transmitidas en las citas de los autores expertos en la materia que hemos plasmado en el marco conceptual, ya que el trabajo que aquí se plantea va a seguir esa misma línea de trabajo.

Partiendo de aquí considero que este proyecto da respuesta y solución a una serie de problemas que actualmente existen en la educación, en los centros de secundaria y en los hábitos de muchos adolescentes.

En primer lugar destacar la desmotivación existente en determinados alumnos tanto por el aprendizaje como por la actividad lectiva en general. Dicha desmotivación puede ser causada por la dificultad que presentan algunos docentes a la hora de relacionar los contenidos del currículo con la utilidad que éstos tienen en la vida diaria y en la sociedad en la que vivimos. Esto va a provocar que no se consiga un aprendizaje significativo y va a retroalimentar esa desmotivación. Para dar respuesta a este problema nosotros proponemos la culminación de este proyecto con la participación en una situación social de referencia tal y como es el Encuentro Intercentros.

En segundo lugar otro problema detectado es el alto sedentarismo existente en los adolescentes, ya que actualmente en general realizan muy poca actividad física siendo la televisión, el ordenador y los videojuegos las actividades principales de ocio. Esta situación se ve agravada si este sedentarismo lo combinamos con dietas no saludables, ya que esto puede provocar sobrepeso, obesidad, aparición de diabetes, etc. Para subsanar esta situación nuestro proyecto promociona la actividad física como un elemento a tener en cuenta en el tiempo de ocio, mostrando las posibilidades e instalaciones disponibles para la práctica del atletismo fuera del horario escolar.

En tercer lugar, encontramos que cada vez es más frecuente en los adolescentes la práctica de hábitos perjudiciales para la salud durante su tiempo de ocio. Hablamos de consumo de tabaco, alcohol y otro tipo de drogas principalmente. Esto es lo que determinados autores denominan “factores de riesgo”, los cuales podemos neutralizar si potenciamos los factores de prevención, que es algo que se pretende mediante este proyecto.

5.2. PLANIFICACIÓN DEL PROYECTO.

El proyecto se desarrolló durante parte de los meses de Marzo y Abril de 2014, durante la unidad didáctica de atletismo que comenzó el 3 de Marzo y finalizó el 11 de Abril con el Encuentro Intercentros, que fue la situación social de referencia que nos sirvió para mantener la motivación del alumnado durante la unidad, para hacer que los aprendizajes fueran significativos y funcionales y de paso para unir la unidad didáctica con las actividades extracurriculares propuestas en este proyecto.

El proyecto comenzó el 17 de Marzo, ya que de esta forma los alumnos ya habían adquirido cierta base durante las dos semanas anteriores a partir de los contenidos visto en clase. A partir de aquí planteamos que los días de puesta en práctica del proyecto fuesen los lunes, miércoles y jueves, es decir tres días por semana. La semana previa al Encuentro Intercentros se organizó de forma diferente, pasando el trabajo del jueves al miércoles para así disponer de un día de descanso antes del gran día. Durante estos 3 días de trabajo semanal nos reuníamos con los alumnos en las pistas de atletismo de la ciudad de Huesca de 16:00 a 17:30, siendo la asistencia y participación de carácter voluntario. Tal y como podemos comprobar en el calendario de la planificación, el proyecto tuvo una duración de cuatro semanas, abarcando un total de 12 sesiones de hora y media de duración.



5.3. OBJETIVOS PREVISTOS.

En base al objeto de estudio planteado anteriormente sintetizamos a continuación los objetivos previstos en este proyecto:

- Conectar la materia de educación física con la actividad deportiva de carácter extracurricular.
- Mostrar a los alumnos la continuidad que pueden tener los aprendizajes del aula fuera del entorno escolar conectándolos con la oferta de actividades deportivas extraescolares.
- Dar a conocer a los alumnos los recursos e instalaciones disponibles para la práctica del atletismo en la ciudad de Huesca.
- Generar adhesión a la práctica de actividad física en el tiempo de ocio.

5.4. ORGANIZACIÓN GENERAL Y ACTIVIDADES DEL PROYECTO.

Durante las 12 sesiones del proyecto se ampliaron los conocimientos de las pruebas de atletismo vistas en clase durante la unidad didáctica, teniendo la oportunidad a su vez de practicar las diferentes pruebas en las instalaciones específicas para ello como son las de la pista de atletismo de la ciudad de Huesca.

La organización general de la primera semana fue trabajar todos juntos las mismas pruebas para ir conociendo más en detalle tanto su reglamento como sus características. Para ello se hicieron diferentes progresiones para ir mejorando y acercándonos poco a poco al patrón técnico característico de cada prueba. En las sesiones de esta primera semana se dejaron muy claras las normas de uso de la instalación y también se explicaron las fases del calentamiento típico de atletismo para que los alumnos calentasen de forma autónoma durante el resto de las semanas del proyecto.

En la segunda, la tercera y la cuarta semana los alumnos ya habían adquirido la autonomía suficiente, de forma que llegaban a las pistas y comenzaban ellos mismo a realizar el calentamiento. Mientras tanto mi mentora y yo organizábamos el material que se iba a emplear y así una vez finalizaban el calentamiento los alumnos pasaban por el cuarto de material a recoger aquello que necesitaban y se ponían a practicar la prueba que ellos querían. Durante la segunda semana y parte de la tercera los alumnos iban pasando por las diferentes pruebas que se estaban entrenando, probando así cuál era la que más les gustaba y adquiriendo diferentes experiencias. Mientras los alumnos iban probando y practicando los dos profesores íbamos pasando a lo largo del entrenamiento por las diferentes pruebas para ir dando retroalimentación, ayudar y animar a los alumnos.

Al final de la tercera semana y durante la cuarta los alumnos se centraban en la práctica de una o dos pruebas, que eran aquellas en las que iban a realizar en el Encuentro Intercentros. Ya en la cuarta y última semana los profesores centraron su

atención en una sola prueba por día de entrenamiento, para poder así pulir los últimos detalles de cada prueba y dar los últimos consejos. Sin embargo el resto de pruebas estaban disponibles para poderse practicar aunque sin la atención continua de los profesores.

Fue fundamental dotar de autonomía al alumnado desde la primera semana, puesto que hubo varias tardes en las que llegaban a asistir hasta 60 alumnos y por tanto esto facilitaba y dinamizaba mucho la labor organizativa tanto en el calentamiento, como en la preparación y recogida del material, la responsabilidad de hacer un uso adecuado de las instalaciones y el material, la convivencia durante la sesión, etc.

Las pruebas trabajadas fueron: salto de longitud, salto de altura, lanzamiento de vortex, 100m lisos, 300m lisos, 200m vallas, 1000m lisos y relevos 4x100. El trabajo de cada sesión puede observarse más en detalle a continuación:

Día 1: LUNES 17 DE MARZO

- Conocer el entorno e instalaciones, normas de uso.
- Carreras de velocidad: 50 metros.
- Salto de altura:
 - Salto a la colchoneta de frente haciendo una voltereta.
 - Salto a la colchoneta haciendo un volteo lanzado.
 - Salto de espaldas a buscar altura pero sin listón ni elásticos que superar.
 - Idem pero pongo un elásticos y así hay que prestar atención a levantar las piernas y pies.
 - Idem pero saltando de espaldas desde una plataforma.
 - Fósburi con carrera diagonal.
 - Salto a tijeras.
- Estiramientos al final de la sesión.

Día 2: MIÉRCOLES 19 DE MARZO

- Juegos de velocidad:
 - En parejas uno le da la espalda a otro que se sitúa detrás de él a un metro y medio aprox. Se da la salida y el de atrás intenta coger al corredor de delante cuando el profesor da la salida.
 - Idem pero ahora el que sale delante debe colocarse mirando a su perseguidor y cuando den la salida deberá darse la vuelta y echar a correr para no ser pillado.
 - Idem pero los dos están sentados y mirándose cara a cara.
 - Más variantes: de rodillas, tumbado boca arriba, boca abajo, etc.
- Salida de tacos:
 - Explicamos cómo se regulan los tacos en función de la talla del corredor.
 - Explicamos las diferentes posiciones de: ¡preparados, listos, ya!
- Paso de vallas: ejercicios de técnica para la pierna de ataque.

Día 3: JUEVES 20 DE MARZO

- Salto de longitud:
 - Salto a pies juntos desde fuera del foso a caer al foso de cuclillas y con los brazos hacia adelante para no perder el equilibrio hacia atrás. Consignas: Separar los pies a la altura de los hombros, aprovechamos la fuerza elástica explosiva de piernas y el impulso de los brazos.
 - Igual pero con una pareja, hago una marca donde he caído y así intentamos batir la mejor marca.
 - Idem pero ahora vale dar un apoyo previo antes de batir.
 - Idem pero ahora vale dar una carrera previa de dos apoyos. Idem pero de tres apoyos.
 - Probamos el salto longitud batiendo en una línea formada por dos conos. Salimos desde dos filas paralelas para hacer más divertida y dinámica la actividad. De esta forma les podemos dar la salida a dos saltadores al mismo tiempo pueden coger carrerilla haciendo una carrera y ver quién salta más.
- Paso de vallas: ejercicios de técnica para el paso de la pierna atrasada.
- Salto de altura: Salto a tijera o fosbury.
- Relevos: 4x100. Se empezaron a realizar los primeros equipos y a ver las marcas de la pista que delimitan la zona y prezona.

Día 4: LUNES 24 DE MARZO

Día 5: MIÉRCOLES 26 DE MARZO

Día 6: JUEVES 27 DE MARZO

Los alumnos fueron probando las diferentes pruebas para ver cuáles eran las que querían preparar.

Día 7: LUNES 31 DE MARZO

- Aquellos alumnos que iban a participar en la prueba de 1000 metros lisos realizaron un entrenamiento que consistió en 3 series de 200 metros a un ritmo de 42 segundos (los chicos) y 48 segundos (las chicas) y 2 series de 400 metros a un ritmo de 1 minuto 24 segundos (los chicos) y 1 minuto 36 segundos (las chicas). El descanso entre serie y serie fue de entre 5-7 minutos.
- Los participantes en la prueba de 300 metros lisos hicieron 4 series de 200 metros a alta intensidad descansando 10 minutos entre serie y serie.
- Los atletas que iban a participar en el 100 metros lisos realizaron 3 bloques 25m, 50m y 75m. Los descansos fueron amplios para buscar la máxima intensidad. Entre bloque debían estirar muy brevemente la musculatura implicada.
- Los participantes en la prueba de 200 metros vallas hicieron 8 series saliendo desde el 200m de forma que pasaban las 2 primeras vallas de dicha prueba y seguidamente se paraban. Los descansos eran de 5 minutos entre serie y serie.

- Los participantes en la prueba de lanzamiento de vórtex trabajaban los lanzamientos pudiendo realizar pases de vórtex aumentando la distancia entre los jugadores.
- Los participantes en la prueba de altura realizaron saltos con técnica de tijera y/o fosbury aumentando progresivamente la altura del elástico.
- Los participantes en el salto de longitud realizaron saltos de longitud midiendo y ajustando su carrera previa con marcas en el suelo para optimizar la batida.

Día 8: MIÉRCOLES 2 DE MARZO

- Aquellos alumnos que iban a participar en la prueba de 1000metros lisos realizaron un entrenamiento que consistió en 4 series de 400 metros a un ritmo de 1 minuto 24 segundos (los chicos) y 1 minuto 36 segundos (las chicas). El descanso entre serie y serie fue de entre 5-7 minutos.
- Los participantes en la prueba de 300 metros lisos hicieron 5 series de 150 metros a alta intensidad descansando entre 7-10 minutos entre serie y serie.
- Los atletas que iban a participar en el 100 metros lisos realizaron 3 bloques de 10m, 20m, 30m, 40m y 50m. Los descansos fueron amplios para buscar la máxima intensidad. Entre bloque debían estirar muy brevemente la musculatura implicada.
- Los participantes en la prueba de 200 metros vallas hicieron 6 series saliendo desde el 200m de forma que pasaban las 3 primeras vallas de dicha prueba y seguidamente se paraban. Los descansos eran de 7 minutos entre serie y serie.
- Los participantes en la prueba de lanzamiento de vórtex trabajaban los lanzamientos marcando el alcance con conos naranjas para intentar superar sus marcas.
- Los participantes en la prueba de altura realizaron saltos con técnica de tijera y/o fosbury aumentando progresivamente la altura del elástico.
- Los participantes en el salto de longitud realizaron saltos de longitud midiendo y ajustando su carrera previa con marcas en el suelo para optimizar la batida. Además comenzaron a medir sus marcas para intentar superarlas.

Día 9: JUEVES 3 DE MARZO

- Aquellos alumnos que iban a participar en la prueba de 1000metros lisos realizaron un entrenamiento que consistió en 6-8 series de 200 metros a un ritmo de 42 segundos (los chicos) y 48 segundos (las chicas). El descanso entre serie y serie fue de entre 5-7 minutos.
- Los participantes en la prueba de 300 metros lisos hicieron 3 bloques de 100m, 150m y 200m. a alta intensidad y descansando entre 7-10 minutos entre serie y serie.
- Los atletas que iban a participar en el 100 metros lisos realizaron 6 series de 50m. Los descansos fueron amplios para buscar la máxima intensidad. Entre serie y serie debían estirar muy brevemente la musculatura implicada.
- Los participantes en la prueba de 200 metros vallas hicieron 6 series saliendo desde el 200m de forma que pasaban las 3 primeras vallas de dicha prueba y seguidamente se paraban. Los descansos eran de 7 minutos entre serie y serie.
- Los participantes en la prueba de lanzamiento de vórtex trabajaban los lanzamientos marcando el alcance con conos naranjas para intentar superar sus marcas.

- Los participantes en la prueba de altura realizaron saltos con técnica de tijera y/o fosbury aumentando progresivamente la altura del listón, ya que como se acercaba la fecha de la competición se introdujo el listón que sustituyó al elástico.
- Los participantes en el salto de longitud realizaron saltos de longitud midiendo y ajustando su carrera previa con marcas en el suelo para optimizar la batida. Siguieron con la medida de las marcas para intentar superarse a sí mismo.

Día 10: LUNES 7 DE MARZO

Durante esta sesión los profesores centraron su trabajo y atención con aquellos alumnos inscritos en las pruebas de 200 metros vallas y lanzamiento de vortex. Para ello se realizaron ejercicios de técnica de paso de vallas tanto para la pierna de ataque como para la otra pierna. Después progresivamente se fueron realizando series de 50-100 metros alternando el paso de 2 o 3 vallas situadas en las marcas estipuladas para la prueba de 200 metros vallas.

Con los lanzadores de vortex se hizo también al principio un trabajo más analítico de cada fase del lanzamiento, mejorando así los gestos más básicos para posteriormente conseguir una cadena cinética de lanzamiento más eficiente que se tradujese en un mayor alcance del móvil.

Día 11: MARTES 8 DE MARZO

Durante esta sesión los profesores centraron su trabajo y atención con aquellos alumnos inscritos en las pruebas de salto de longitud y salto de altura. Tanto en el caso del salto de longitud como de altura contamos con la ayuda de dos alumnas del centro de cursos superiores con gran experiencia en éste tipo de pruebas.

La forma de trabajo del salto de longitud consistió en ir dando retroalimentación a los alumnos uno por uno proponiéndoles ejercicios de mejora en los que debían focalizar su atención en aspectos concretos que debían modificar. De esta forma se fueron puliendo determinados aspectos de tipo técnico a partir de la información y consejos propuestos por la compañera de un curso superior.

En el caso del salto de altura se hizo un trabajo progresivo que venía marcado principalmente por la altura del listón. Se realizaron correcciones referentes principalmente a la zona de batida, ya que habitualmente los alumnos batían o muy próximos a la colchoneta o muy alejados de la misma. De esta forma se ajustó la batida de los alumnos de forma que el punto más alto en su trayectoria durante la fase de vuelo coincidía con el momento de superar el listón, mejorando así considerablemente los resultados en esta prueba.

Día 12: MIÉRCOLES 9 DE MARZO

Durante esta sesión los profesores centramos nuestra atención con aquellos alumnos que iban a participar en las pruebas de relevos de 4x100 para asegurarnos que la transferencia de los relevos se realizaba correcta y eficientemente. Para ello coordinamos el trabajo de los

diferentes grupos de 4 corredores, dándoles estrategias y referencias para que logran realizar la prueba con éxito. Cobró especial relevancia el trabajo y la comunicación entre los miembros del equipo de 4 personas de cada relevo, debiendo pactar la mano de entrega, la forma de entregar el testigo, etc.

El resto de alumnos que acudieron a esta sesión y que participaban en otra prueba distinta del relevo 4x100 pudieron entrenar de forma autónoma su prueba.

5.5. PARTICIPACIÓN EN EL PROYECTO

En lo referente a la participación dentro de este proyecto los protagonistas son los alumnos de 1º de la E.S.O. Ahora bien, quizás se esté preguntando ¿por qué limitarnos únicamente a alumnos de este nivel y no contemplar la posibilidad de hacer partícipe también al resto del alumnado de niveles superiores? La respuesta es coherente y es que la unidad didáctica de atletismo únicamente se imparte en 1º de la E.S.O., siendo el Encuentro Intercentros la situación social de referencia con la que termina la misma. De esta forma si abriésemos el proyecto a otros cursos esta situación social de referencia perdería totalmente la relación con la unidad didáctica, empobreciéndose y devaluándose el valor y significado que adquiere la misma para los alumnos de primer nivel. Además de esta manera si este proyecto se lleva a cabo en cursos académicos futuros los alumnos de niveles superiores contarán a los del primer nivel que ese año podrán participar en el Encuentro Intercentros y en las actividades preparatorias que se realizan por las tardes durante la unidad didáctica de atletismo, transmitiéndoles así interés e ilusión por aprovechar esa oportunidad que sólo se les plantea durante el primer curso de la E.S.O.

Dentro del alumnado de 1º de la E.S.O. debemos destacar que la participación era de carácter voluntario, es decir, que los alumnos participaban o no en la medida en que quisiesen. Había alumnos que acudieron a todas las sesiones del proyecto, otros a algunas pero también hubo chicos/as que no vinieron ningún día por la tarde a las pistas de atletismo. Algunos alumnos probaron todas las pruebas y otros unas pocas. En cualquier caso siempre se procuró integrar a todos los alumnos tanto en el proyecto como en el Encuentro Intercentros independientemente de su destreza motriz. Aquellos alumnos que no pudieron participar en ninguna prueba, ayudaron en las diferentes pruebas asumiendo el papel de jueces, o se les asignaba alguna otra labor como por ejemplo el rol de fotógrafo.

Con respecto al alumnado de cursos superiores comentar que participaron dos chicas de 2º de la E.S.O. que son atletas del club de atletismo municipal y que ayudaron a sus compañeros de 1º de la E.S.O. durante las sesiones del proyecto. Les ayudaron a preparar las pruebas de salto de altura y longitud, dándoles retroalimentación, corrigiendo errores y proponiendo ejercicios. Fue una situación de aprendizaje muy enriquecedora para ambas partes implicadas y que sin duda motivó mucho a los aprendices, ya que el año anterior las dos chicas profesoras se encontraban en su misma situación.

Para promocionar el proyecto y darlo a conocer entre los alumnos se emplearon los últimos minutos de las sesiones de educación física previas al comienzo del mismo. Pero sin duda la mejor propaganda fue el boca a boca de los chicos/as que acudieron a las primeras sesiones y que al pasarlo tan bien corrieron la voz para informar a todos sus compañeros, aumentando así la participación en las siguientes sesiones. Se llegó a alcanzar la participación de más de 60 alumnos de un total de 125 aproximadamente, es decir, el 50% del total de alumnos del primer curso de la E.S.O.

El resto de personas implicadas en el proyecto son la profesora de educación física de los grupos implicados y los profesores en prácticas tanto del máster de profesorado de secundaria como del grado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Habitualmente dirigían las sesiones la profesora habitual y un profesor en prácticas, contando con la ayuda del resto de profesores en prácticas en casos concretos.

5.6. COORDINACIÓN DEL PROYECTO

En cuanto a la coordinación del proyecto en primer lugar comentar que ha sido fundamental coordinar el mismo con la unidad didáctica de atletismo impartida en el instituto. Para ello se comenzó este proyecto dos semanas después del comienzo de la unidad didáctica. De esta forma se pretendía: por un lado poder apoyarnos sobre unos conocimientos básicos de partida para comenzar a trabajar y por otro no dar nuevos contenidos durante las sesiones del proyecto que se volviesen a repetir en clase, ya que esto disminuiría la motivación del alumnado durante las clases de educación física. Para evitar esta situación lo que hicimos fue que durante las sesiones del proyecto se complementaran y ampliaran los conocimientos de las diferentes pruebas trabajadas en la unidad didáctica, pudiendo disponer además de las instalaciones de la pista de atletismo. Además en la unidad didáctica el planteamiento y la metodología de las sesiones era distinto al que se hacía durante las sesiones del proyecto, ya que en las clases se trabajaba con fichas de trabajo autónomo y diferentes roles y por las tardes el trabajo era más informal y distendido aunque a su vez mantenía el carácter autónomo que se proporcionaba desde la propia unidad didáctica.

En todo momento el nexo de unión existente entre la unidad didáctica y el proyecto fue el Encuentro Intercentros (situación social de referencia), que nos sirvió además para mantener la motivación del alumnado durante la unidad y el proyecto pero también para dotar de significatividad y funcionalidad a los contenidos y aprendizajes adquiridos.

Para intentar enganchar a nuevos participantes al proyecto se realizaron actividades similares a las trabajadas en las pistas de atletismo en el horario del recreo. Esto atrajo a nuevos alumnos y dio la oportunidad de participar a otros que no podían asistir en horario de tarde a las pistas de atletismo por motivos variados.

Tanto en las clases de educación física como en los recreos se fue elaborando un listado de participación de los alumnos en las diferentes pruebas del Encuentro Intercentros. Para ello se preguntaba a los alumnos por las pruebas en las que querían participar, teniendo que ayudarles a menudo a tomar una decisión determinada. Este trabajo que a priori puede parecer sencillo se complicaba considerablemente teniendo en cuenta que los alumnos a veces cambiaban de opinión, o simplemente no podían participar en la prueba que deseaban porque las plazas disponibles estaban limitadas por el reglamento de la organización. En éste último caso el criterio que se empleaba para determinar quién participaba en una prueba y quién no era el número de días que habían acudido a entrenar por las tardes y el interés y esfuerzo que habían mostrado durante dichas sesiones de entrenamiento. Finalmente se completó el listado definitivo con los 125 participantes (aproximadamente) y las pruebas en las que iban a competir en función de las plazas disponibles. Cada participante debía inscribirse en al menos una prueba, pudiendo participar también en la carrera de relevos.

La coordinación entre los profesores fue sencilla. Siempre debía haber al menos dos profesores durante las sesiones del proyecto. En caso de que uno de los dos no pudiese acudir se buscaba la colaboración de otro de los profesores en prácticas para suplir esa ausencia.

5.7. EVALUACIÓN Y RESULTADOS DEL PROYECTO

Para evaluar los resultados del proyecto se elaboró un sencillo cuestionario que los alumnos completaron a la vuelta de las vacaciones de Semana Santa una vez terminada la unidad didáctica de atletismo tras el Encuentro Intercentros. El cuestionario era de carácter anónimo y con el mismo se pretendía conocer la opinión del alumnado tanto acerca del proyecto como de la situación social de referencia.

A continuación observamos las preguntas planteadas en dicho cuestionario acompañadas de un comentario general acerca de las respuestas obtenidas en cada una de ellas.

- *¿Te lo pasaste bien en el encuentro Intercentros? ¿Por qué?*

Todos los alumnos salvo tres de ellos responden que sí se lo pasaron bien en el encuentro Intercentros. La gran mayoría de ellos argumenta su respuesta diciendo que fue divertido y que había gente de otros institutos, pudieron estar con amigos y animar a los compañeros. Las tres personas que no

contestaron sí, contestaron a la pregunta de forma ambigua destacando que en general lo pasaron bien aunque a ratos se aburrieron. Casualmente estas tres personas eran alumnos que desempeñaron roles de jueces y que el día del Intercentros vivieron la experiencia desde un plano más secundario o estático. Estas respuestas sugieren la necesidad de plantear nuevos roles como coordinador de animadores, nombrar más fotógrafos, etc., ya que en esta edición no dejaron a los alumnos que hiciesen de jueces porque ya había adultos suficientes, cosa que frustró las expectativas de colaboración de estos alumnos y que en ediciones futuras se deberían intentar satisfacer con diferentes alternativas si se vuelve a dar esta circunstancia.

- *¿Te ha gustado el hecho de poder ir algunas tardes a entrenar a las pistas de atletismo?*

Con respecto a esta pregunta la gran mayoría de alumnos contestó que “sí” y los pocos que no contestaron que sí contestaron “no sabe, no contesta” debido a que no acudieron ninguna tarde y no podían responder ni de forma afirmativa ni de forma negativa como es de entender.

- *¿Te gustaría que durante cada unidad se pudiese practicar algunas tardes o recreos el contenido que se ve en clase de educación física?*

En referencia a esta pregunta la gran mayoría de alumnos contestó que “sí” y sólo unos pocos contestaron “no” o “no sabe, no contesta”. Dentro del grupo de los que contestaron que “sí” algunos añadieron al lado de la respuesta que sí a las tardes pero no en los recreos.

- *¿Te gustaría que cada unidad de las que se trabajan en Educación Física terminasen con una situación social de referencia que tenga relación con el contenido trabajado durante la misma? Por ejemplo la carrera solidaria al final de la unidad de Carrera de Larga Duración o el Encuentro Intercentros al final de la Unidad de Atletismo.*

En esta pregunta la gran mayoría de alumnos contestó que “sí” y los pocos que no contestaron que sí contestaron “no sabe, no contesta” o “no” y añadieron al lado de su respuesta que dependía del contenido de la unidad.

6. CONCLUSIONES Y VALORACIONES FINALES.

Haciendo un balance general del transcurso y puesta en práctica de este proyecto puedo decir que ha sido una experiencia muy positiva y enriquecedora tanto a nivel docente como a nivel personal, ya que he seguido aprendiendo mucho tanto de mis alumnos como de mi mentora y además he disfrutado mucho de la oportunidad de poder seguir enseñando a los alumnos en un contexto más informal fuera del instituto. Esto ha hecho que el vínculo profesor-alumnos haya sido mayor y más enriquecedor, ya que la experiencia no sólo se ha limitado al ámbito docente formal sino también al extraescolar. No obstante esto ha tenido también ciertos inconvenientes como por ejemplo el hecho de que ciertos alumnos tuviesen dificultades para distinguir entre un contexto y otro y consecuentemente no adaptasen adecuadamente su comportamiento y forma de trabajo a cada momento.

Durante todo este tiempo me he exigido mucho a mí mismo puesto que quería que los alumnos tuviesen una buena experiencia durante las sesiones del proyecto, ya que era fundamental que se lo pasasen bien y disfrutaran de la actividad física extracurricular que aquí se planteaba para intentar cumplir así con los objetivos del proyecto.

Creo que para los alumnos fue muy positivo el hecho de tener la oportunidad de poder entrenar y vivenciar las diferentes pruebas en las instalaciones de la pista de atletismo de la ciudad. Además creo que fue una forma acertada de intentar potenciar y promocionar este deporte, propiciando momentos agradables a los alumnos durante los entrenamientos y descubriéndoles una serie de posibilidades, mostrando así la continuidad de la unidad didáctica en el ámbito extraescolar o el tiempo libre.

Otro aspecto destacable de este proyecto es que los alumnos demostraron ser totalmente autónomos durante las sesiones tanto a la hora de calentar, como de preparar y organizar el material o de cronometrar las series y los descansos.

A destacar también alto grado de participación e implicación de los alumnos tanto por las tardes como en el Encuentro Intercentros. Hubo tardes en las que contamos con una participación de más del 50% de los alumnos de 1º de la E.S.O. No sólo conseguimos que acudiesen los alumnos a los que dábamos clase directamente nosotros en el instituto, sino que también acudieron aquellos que pertenecían al grupo B, grupo al cual no impartíamos las clases de educación física nosotros.

Creo que el tener una situación social de referencia tal y como es el Encuentro Intercentros es algo muy motivante y enriquecedor tanto para los alumnos como para el profesor, ya que es una forma de crear una necesidad de aprendizaje en el alumno, de forma que los contenidos cobran sentido porque se identifican con una utilidad y sin duda es una excelente manera de conectar los contenidos curriculares con el contexto social que forma parte de la realidad y la vida diaria del alumno.

Hacía mucho tiempo que no tenía una sensación de satisfacción y orgullo personal semejante a la que pude disfrutar el día del Encuentro Intercentros. Fue para mí una

sensación increíble el ver lo bien que se lo pasaron los alumnos aquel día, la participación tan buena que conseguimos, el buen ambiente de compañerismo que se generó y el grado de autonomía que demostraron tener todos ellos.

Por último pero no por ello menos importante, me gustaría agradecer el entusiasmo que ha mantenido de forma constante mi mentora durante todo el proyecto, siendo un referente para mí en cuanto a vocación, compromiso y ética profesional se refiere además de todos los conocimientos de atletismo que he podido aprender de ella. He terminado muy orgulloso y satisfecho con el trabajo realizado y con respecto a los resultados obtenidos en las encuestas finales de evaluación del proyecto.

7. LIMITACIONES DEL ESTUDIO Y PROSPECTIVA DE CONTINUACIÓN.

En este apartado, y tras realizar una reflexión final del proyecto junto con las aportaciones de mi tutor, hemos considerado oportuno destacar una serie de limitaciones percibidas con respecto a este proyecto. El principal aspecto que podría mejorarse sería haber manejado y enriquecido el proyecto con un mayor manejo y consulta de bibliografía. Aunque las fuentes bibliográficas consultadas han sido las adecuadas para este proyecto deberían ser más numerosas y variadas en futuras investigaciones que partan del contenido que en esta memoria se ha expuesto con el objetivo de continuar en esta línea de trabajo. Otro aspecto que podría mejorarse sería hacer una revisión de los objetivos a partir de los aspectos comentados en las conclusiones, ya que en dicho apartado se han comentado ideas interesantes que podrían dar pie a reformular y contemplar nuevos objetivos o modificarlos ligeramente.

También hemos considerado pertinente aportar una serie de líneas de trabajo para continuar trabajando sobre la base de este proyecto. Para ello sugerimos las siguientes propuestas de continuación:

- Este tipo de proyecto podría extrapolarse a otras unidades didácticas, de forma que se busquen diferentes situaciones sociales de referencia al final de las mismas para conectar así los contenidos trabajados en el aula con su aplicación y función en la sociedad. Esta será una buena forma de conseguir un mayor aprendizaje significativo en las diferentes unidades didácticas y de este modo conseguir una mayor motivación en el alumnado al identificar la funcionalidad de los aprendizajes propuestos.
- Otra posible prospectiva de continuación podría ir orientada hacia el registro de los niveles de autonomía del alumnado tanto al principio como al final de este tipo de proyectos. De este modo podríamos evaluar el soporte de autonomía conseguido con estas iniciativas innovadoras.

8. BIBLIOGRAFÍA

Generelo, E., Julián, J.A., Zaragoza, J. (2009). *Tres vueltas al patio. La Carrera de Larga Duración en la escuela*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Generelo, E., Julián, J.A., Zaragoza, J. (2005). *La Educación Física en las aulas: aprender a partir de un proyecto*. Zaragoza: Gobierno de Aragón Departamento de Educación, Cultura y Deporte.

Guillén, R. (2009). *Metodología cualitativa en ciencias de la actividad física y el deporte*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.