



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Magisterio en Educación Primaria

¿INTEGRAMOS LOS MODELOS PEDAGÓGICOS PARA
TRABAJAR EL ATLETISMO EN LOS PRIMEROS
CURSOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA?: UN DISEÑO DE
PROYECTOS DE APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA

DO WE INTEGRATE PEDAGOGICAL MODELS TO WORK
ATHLETICS IN THE FIRST GRADES OF PRIMARY
EDUCATION?: A DESIGN OF LEARNING PROJECTS IN
PHYSICAL EDUCATION

Autora

Anaïs Cazo Carretero

Directora

Berta Murillo Pardo

FACULTAD DE EDUCACIÓN

2020

RESUMEN

La metodología en la iniciación deportiva en educación física ha ido evolucionando a lo largo del siglo XX, pasando de un modelo tradicional, centrado en la técnica y el resultado final, a nuevos modelos pedagógicos que dirigen su atención a la táctica y al desarrollo social, cognitivo y motor del alumnado. En este trabajo, se ha profundizado en los modelos, ludotécnico, jugando al atletismo y educación deportiva para trabajar el atletismo como contenido de las actividades físicas individuales.

El principal objetivo es diseñar y desarrollar tres unidades didácticas de aprendizaje de atletismo, a través de dichos modelos pedagógicos. Los participantes son 63 alumnos de primer y segundo curso de primaria del colegio Torre Ramona de Zaragoza. El análisis de la variable, percepción del proceso por parte del alumnado y el profesorado, se realiza a través de una metodología cualitativa fundamentada en el análisis de contenido de los diarios de la maestra, dibujos elaborados por los alumnos y entrevistas individuales.

De los resultados obtenidos, destacan: el alto nivel de entusiasmo, el elevado tiempo de compromiso motor y la implicación social entre alumnos. Se confirma que la aplicación de estos modelos pedagógicos presenta un efecto positivo en los primeros cursos de primaria.

PALABRAS CLAVE

Educación física, educación primaria, modelo ludotécnico, educación deportiva, jugando al atletismo, atletismo.

ABSTRACT

The methodology in physical education sports's initiation has evolved over the 20th century, going from a traditional model, focused on the final technique and ending result, to new pedagogic models that focus on the student's tactic and social, cognitive and motor development. This essay has focused in depth the ludotechnical model, playing athletics model and sport education model to work athletics as a subject of individual physical activities.

The main objective is to design and develop three didactic units of learning athletics, through these pedagogic models. The participants are 63 students of first and second grade from Torre Ramona school of Zaragoza. The variable analysis, student's and teacher's perception process, is done through a qualitative analysis founded on the analysis of the content of the teacher's diary, student's drawings and individual interviews.

From the results obtained it is worthy to highlight the following: the high levels of enthusiasm, the amount of time of motor commitment and the student's social implications. The use of these pedagogic methods confirm a positive effect on the first grades of primary education.

KEY WORDS

Physical education, primary education, sport education model, ludotechnical model, playing athletics model, athletics.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	Pág. 04
2. MARCO TEÓRICO	Pág. 06
• 2.1 Iniciación deportiva desde el área de Ed. Física.....	Pág. 06
• 2.2 Modelos pedagógicos en educación física.....	Pág. 08
- 2.2.1 Modelo Ludotécnico	Pág. 12
- 2.2.2 Modelo Educación Deportiva.....	Pág. 16
- 2.2.3 Jugando al atletismo	Pág. 21
• 2.3 Acciones motrices individuales: el contenido del atletismo.....	Pág. 26
3. OBJETIVOS	Pág. 29
4. METODOLOGÍA	Pág. 29
• 4.1 Diseño	Pág. 29
• 4.2 Participantes.....	Pág. 29
• 4.3 Variables e instrumentos	Pág. 31
• 4.4 Procedimiento	Pág. 34
• 4.5 Análisis de datos	Pág. 35
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	Pág. 35
• 5.1 Diseño de la intervención	Pág. 35
• 5.2 Objetivos de la propuesta.....	Pág. 38
• 5.3 Temporalización	Pág. 38
• 5.4 Desarrollo de la intervención.....	Pág. 39
6. RESULTADOS	Pág. 70
7. CONCLUSIONES	Pág. 73
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	Pág. 74
9. ANEXOS	Pág. 77

1.INTRODUCCIÓN

La elección de llevar a cabo este trabajo parte de mi propia experiencia personal como atleta, entrenadora y futura maestra de educación física. Llevo practicando atletismo desde los 7 años. Comencé yendo un par de tardes a la semana a jugar y actualmente se ha convertido en un modo de vida en el que mis rutinas diarias se ajustan al plan de entrenamientos y competiciones. Este deporte me ha brindado unos hábitos de vida saludables, compromiso, disciplina y multitud de valores, además de la oportunidad de viajar por toda España y conocer a mucha gente.

Otra razón por la que he decidido llevar a cabo este proyecto es porque el atletismo es un deporte escasamente trabajado en el área de educación física. Este deporte suele practicarse en horario extraescolar y a través de metodologías centradas en la técnica y la preparación física, hecho que despertó mi curiosidad para indagar y descubrir nuevos planteamientos metodológicos que prestarán mayor atención al desarrollo afectivo-social y cognitivo del alumno.

Además, todavía es menos frecuente encontrar maestros que en sus clases de educación física incluyan el atletismo en edades tan tempranas como primer y segundo curso de primaria, por eso he querido aprovechar mis prácticas escolares en dichos cursos para desarrollar este proyecto.

Este trabajo se enfoca en la iniciación deportiva del atletismo en educación primaria. En esta etapa muchos maestros pasan por alto o no son conscientes de los beneficios que este deporte puede aportar a sus alumnos. Por lo que, prestando más atención a las dificultades técnicas o la exigencia física que requiere, no lo incluyen en sus programaciones.

Debido a la gran variedad de pruebas que engloba este deporte, agrupadas en, carreras, saltos, lanzamientos, marcha y pruebas combinadas, se puede considerar muy beneficioso la introducción del atletismo en la etapa de educación primaria, ya que, su trabajo proporciona un completo desarrollo motriz.

Además, se ha de tener en cuenta que dichas pruebas proceden o se basan, en movimientos innatos del ser humano como correr, saltar o lanzar, por lo que se considera más que interesante trabajar el atletismo en edades tempranas, ya que, no solo se potencia

el desarrollo de las habilidades motrices básicas, muy importante a estas edades, sino que también forma una excelente base que ayudará posteriormente a practicar cualquier otro deporte o actividad física.

La estructura de este trabajo consta de: esta introducción en la que se exponen los motivos de la elección del proyecto y la estructura de la memoria. Un marco teórico, que muestra la situación actual de la iniciación deportiva en el área de educación física, los principales modelos pedagógicos surgidos a finales del siglo XX en educación física, haciendo especial hincapié en el modelo ludotécnico, la educación deportiva y el modelo jugando al atletismo y la evolución del atletismo en la escuela desde los métodos más tradicionales y centrados en la técnica hasta modelos alternativos y constructivistas que priorizan el ámbito afectivo-social y cognitivo del alumnado.

Siguiendo los principios metodológicos del modelo ludotécnico, la educación deportiva y el modelo jugando al atletismo se han diseñado y elaborado tres unidades didácticas para trabajar la iniciación deportiva en atletismo con alumnos de primero y segundo curso de primaria del colegio público Torre Ramona de Zaragoza. A través de esta intervención se analizará y comparará la percepción del proceso por parte del alumnado y el profesorado con cada modelo pedagógico.

Por último, se expone un apartado de resultados y conclusiones en el que, debido a la imposibilidad de poner en práctica dichas sesiones a causa del estado de alarma y la suspensión de las clases presenciales, se ha elaborado un informe del impacto esperado de los resultados tanto en alumnos y maestros como a nivel personal.

2.MARCO TEÓRICO

2.1 INICIACIÓN DEPORTIVA DESDE EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Según Rodríguez (2010), el concepto de iniciación deportiva, es el término utilizado en educación para referirse al aprendizaje deportivo y es, definido por Romero (2001) como, la toma de contacto con la habilidad específica (deporte) en cualquier contexto (académico, federativo, etc.), pero respetando las características psicológicas y pedagógicas para el desarrollo global.

Según Hernández Moreno (2000) la iniciación deportiva es el “proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional”. Desde esta perspectiva, el concepto de iniciación deportiva abarca un proceso de enseñanza, que conlleva el conocimiento y la práctica de una actividad física reglada, con un perfil lúdico y recreativo, que contempla la posibilidad de un rendimiento atlético a medio y largo plazo (Gómez, A., Calderón, A. & Valero, A, 2014, p.105).

Otros autores como Blázquez (1995) y Rodríguez (2010), señalan que la iniciación deportiva supone la primera fase de un itinerario orientado al éxito. El profesor de educación física debe estimular al niño y proporcionarle unas bases que le sitúen en las mejores condiciones para cualquier aprendizaje. El autor da prioridad a unos objetivos educativos.

La caracterización que hace Blázquez (1998, p.24) da una visión global del concepto de iniciación deportiva:

- Es un proceso de socialización y de integración de los sujetos con las obligaciones sociales respecto a los demás.
- Es un proceso de enseñanza-aprendizaje progresivo y optimizador que tiene como intención conseguir la máxima competencia en una o varias actividades deportivas.

- Es un proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos y actitudes para desenvolverse lo más eficazmente en una o varias prácticas deportivas.

- Es una etapa de contacto y experimentación en la que se debe conseguir unas capacidades funcionales aplicadas y prácticas.

Existen dos vertientes en la que se desarrolla la iniciación deportiva. Por un lado, la enseñanza del deporte viene dada por las escuelas deportivas o diversas instituciones. Suelen orientarse hacia una especialidad deportiva específica en la que se tiene en cuenta el resultado y, aunque se asienten en la transmisión de valores, en la mayoría de los casos tiene una relación con el rendimiento deportivo. Por otro lado, la que se establece dentro del ámbito educativo. Esta puede ser en horario lectivo o fuera de éste, pero tiene un enfoque pedagógico, en el que lo importante es el niño/a y su desarrollo integral. En este trabajo, nos centraremos en la iniciación deportiva escolar, es decir, la que se trabaja dentro de las clases de educación física (Izquierdo, 2013 p.8).

Según diferentes estudios (Oña 1987; Contreras 1998; Fuente-Guerra, 2003; Rodríguez, 2010) los elementos que justifican la utilización de la iniciación deportiva en el área de educación física son:

1. Las características del deporte educativo. La iniciación deportiva en la escuela se aleja de planteamientos típicos del deporte de competición. El deporte que se propone va a ayudar a la educación integral de los alumnos.
2. Las características de los alumnos. A partir del tercer ciclo de primaria se produce un gran avance a nivel cognitivo, social, emocional y motriz que permite comenzar la enseñanza deportiva.
3. El valor socio-cultural del deporte. La escuela debe servir para utilizar aquellos valores positivos aportados por el deporte. Los juegos deportivos son una manifestación práctica de la cultura de un país.
4. Su relación con el currículum de educación física. La iniciación deportiva es incluida como uno de los contenidos a tratar en esta área.

Siguiendo a De la Torre (1998, p.7), un Modelo de Iniciación Deportiva se define como un “plan para poner en conexión las características de los contenidos objeto de aprendizaje y las teorías explicativas de cómo se producen dichos aprendizajes en el

escolar”. A partir de esta definición, y basándonos en los modelos explicativos del procesamiento de la información, se han distinguido dos grandes Modelos de Iniciación Deportiva, el denominado Tradicional (basado en la psicología asociacionista o conductista y en el proceso de aprendizaje por ensayo-error) y el Modelo de Proceso (basado en la corriente cognoscitiva o global, y en la importancia del feedback en el procesamiento de la información) (Valero, 2006, pp.36-37).

A principios del S.XX surgió el Modelo Técnico o Tradicional, Este modelo de enseñanza tuvo sus orígenes en la sociedad industrial, donde se buscaba el rendimiento del deportista. Ha sido el más utilizado en el mundo de la iniciación deportiva trasladando a la escuela el deporte espectáculo y el deporte rendimiento. Basado en la enseñanza-aprendizaje de la técnica, trabajándose muy poco la táctica. Se fundamenta en una propuesta analítica, mecanicista y directiva (Ponce Ibáñez, 2007).

Se caracteriza por preocuparse por el resultado final, presentar actividades estereotipadas y establecer situaciones preestablecidas (Romero, 2000). Según Blázquez (1995) se aplica principalmente, en el entrenamiento deportivo y en menor medida en el contexto escolar, donde resulta poco eficaz, pues no sigue los principios constructivistas.

Siguiendo a Devís y Sánchez (1996) citado por Valero (2006, p.37), como reacción al Modelo Tradicional, especialmente en Alemania, Francia, e Islas Británicas, surge un importante estudio de la enseñanza de los deportes, dando lugar a propuestas teóricas y prácticas para la elaboración de nuevos marcos de acción centrados en los aspectos tácticos del juego, resaltando conceptos como transferencia, análisis estructural y funcional, comprensión y juegos modificados. Surge así el modelo de proceso.

2.2 MODELOS PEDAGÓGICOS EN EDUCACIÓN FÍSICA

Frente al Modelo Tradicional, especialmente en Europa, surgen propuestas de acción teóricas y prácticas centradas en los aspectos tácticos del juego, utilizadas fundamentalmente en la enseñanza-aprendizaje de deportes de invasión. Bajo este paradigma, ha emergido el Modelo de Proceso, que, según la orientación deportiva, asume dos variantes (Devís y Peiró, 1997).

La primera es el Planteamiento Vertical de enseñanza de los deportes, que responde a la forma clásica de enseñanza deportiva, esto es, una enseñanza individualizada, secuencial y analítica de distintas modalidades deportivas (Usero y Rubio, 1993; Wein, 1995). El aspecto novedoso de este planteamiento radica en la voluntad de dotar de funcionalidad a los aprendizajes, buscando la transferencia positiva de los juegos utilizados como recurso metodológico, al propio deporte.

La segunda es el Planteamiento Horizontal donde, utilizando como recurso el juego modificado, la iniciación es común a varios deportes o disciplinas en el caso del atletismo, de similares características estructurales, también con el objetivo del beneficio y de la búsqueda de una transferencia positiva de habilidades y conocimientos, así como de la creación de una base motora sólida, entre los deportes que se practican de forma simultánea (Blázquez, 1986; Lasierra y Lavega, 1993; Devís y Peiró, 1997) citado por Gómez et al. (2014, p.3).

Con la misma filosofía que las anteriores, existen también otras propuestas que están centradas en estimular en la práctica, climas motivacionales que favorezcan el logro de los deportistas que practican (Morgan, 2011). Estos planteamientos están a favor del fomento de la autonomía y del trabajo en equipo como estrategias de aprendizaje eficaz (Siedentop, Hastie, y Van der Mars, 2011). En general, tanto el Planteamiento Vertical como el Horizontal, como otros planteamientos, utilizan el juego como elemento central de su enseñanza y tienen también un mayor o menor interés por el aprendizaje de principios o aspectos tácticos (Contreras, 1998; Romero, 2000) citado por Gómez et al. (2014 p.3)

Cada vez son más los docentes de diferentes etapas y contextos educativos que están incorporando en su día a día la enseñanza basada en modelos pedagógicos. No obstante, la comprensión teórica y la aplicación práctica de los mismos no es una tarea fácil y requiere de una formación adecuada. Por eso, a continuación, se presentan algunos de los modelos pedagógicos más significativos y utilizados en educación física (Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela, D., Pérez-Pueyo, A. & Aznar, M. 2016, p.55).

Aprendizaje cooperativo: un modelo en el que los estudiantes aprenden con, de y por otros estudiantes a través de un planteamiento de enseñanza-aprendizaje que facilita y potencia esta interacción e interdependencia positivas y en el que docente y estudiantes actúan como co-aprendices” (Fernández-Río, 2014a, p. 6). Sus características esenciales

son: interdependencia positiva, responsabilidad individual, habilidades sociales, interacción promotora y procesamiento grupal (Johnson, Johnson, y Holubec, 2013).

Educación deportiva: se basa en el trabajo en equipo y la cesión de responsabilidades en el alumnado para el fomento de la autonomía, surge para crear experiencias de práctica deportiva auténticas en las que los alumnos vivencien el deporte desde una perspectiva global (Siedentop, et al. 2011).

Responsabilidad personal y social: creado por Hellison (1978) para trabajar los valores en contextos desfavorecidos. Su propuesta gira en torno a cuatro metas básicas: autoestima, autoactualización, autocomprensión y relaciones interpersonales. Los alumnos adquieren pautas de responsabilidad individual y grupal de acuerdo a los valores sociales.

Educación de aventura: un formato de enseñanza en el que los estudiantes participan en actividades de aventura que requieren habilidades físicas, cognitivas y afectivas (Dort, Evaul y Swalm, 1996). Es una forma de educación experimental que usa la aventura para alcanzar objetivos educativos, haciendo que los estudiantes utilicen los cinco sentidos. Sus elementos fundamentales son: resolución de problemas, superación de barreras, cooperación, contexto lúdico y uso creativo de espacio y materiales.

Alfabetización motora: se basa en la motivación, la confianza, la competencia física, el conocimiento y la comprensión de la utilidad de la actividad física que todo individuo debería desarrollar, para mantener unos niveles de apropiados de práctica a lo largo de la vida (Whitehead, 2010).

Modelo comprensivo de Iniciación Deportiva (TGfU): surge en los años 70-80 enfocado a potenciar el resultado de aprendizaje que ofrecían los juegos deportivos (Alison y Thorpe, 1997). La idea subyacente era que la educación física debía enseñar los principios básicos de los deportes para que los estudiantes pudiesen entender, realmente, su estructura, su táctica y las habilidades necesarias (Bunker & Thorpe, 1982).

Estilo actitudinal: este modelo centra la importancia en el proceso de aprendizaje y las necesidades del alumnado. Establece las actitudes como elemento vertebrador para conseguir un mejor aprendizaje y una mayor motivación hacia la educación física. Para ello, se plantea lo motriz como un medio (y no como un fin), trabajando simultánea y equilibradamente el resto de las capacidades que desarrollan de manera integral al

individuo (cognitivo-intelectuales, afectivo-motivacionales, de relaciones interpersonales y de inserción social) (Coll,1986 ;1991).

Centrándonos en la iniciación deportiva en atletismo, algunos de los modelos contemporáneos más utilizados son: (Gómez et al 2014; Fernández et al 2016)

Modelo ludotécnico: basado en el juego, a través de las propuestas ludotécnicas y globales, desarrollado por Valero y Conde (2003).

Autoconstrucción de materiales: el proceso de diseñar y construir materiales refuerza tres elementos básicos del Constructivismo: el aprendiz activo que aprende haciendo, el aprendiz social que aprende en grupo y el aprendiz creativo que diseña e inventa (Perkins,1999).

Modelo de Retos Atléticos: basado en la promoción y el trabajo de todas las disciplinas atléticas (multiprueba), buscando crear un clima motivacional orientado a la tarea, que estimule un aprendizaje de las habilidades atléticas efectivo y un desarrollo de las habilidades comunicativas e interpersonales (Ames, 1992)

Modelo jugando al atletismo: busca captar futuros atletas, acercando el atletismo a los centros educativos, adaptando las pruebas atléticas y empleando materiales que despierten un mayor interés por parte de los jóvenes (George Bunner, 2003)

Son muchas las posibilidades de aplicación que nos ofrecen los modelos, pudiendo ser adaptados al contexto, el contenido, el alumnado y al docente para buscar un ajuste equilibrado y efectivo en la práctica de la materia. El alumno debe ser un elemento fundamental del proceso de enseñanza y aprendizaje, permitiendo que adquiera autonomía, responsabilidad y que entienda la práctica de actividad física como un elemento fundamental a lo largo de la vida. No obstante, no existen “recetas” para que los estudiantes aprendan y disfruten de una experiencia educativa íntegra y eficaz; pero tampoco las excusas docentes para no comenzar a utilizar los modelos pedagógicos en la práctica diaria. Estos aportan rigor, coherencia y visibilidad a una materia que tiene un potencial educativo extraordinario, y que, de forma coordinada con las demás materias del currículo, puede determinar una mejora global del proceso educativo (Fernández et al. 2016 p.69).

Los tres modelos seleccionados para desarrollar este trabajo, y en los que más se va a profundizar para llevar a cabo las intervenciones y el estudio de variables, han sido el modelo ludotécnico, el modelo de educación deportiva y el modelo jugando al atletismo.

2.2.1 MODELO LUDOTÉCNICO

Introducción

Valero y Conde (2003), elaboran un nuevo enfoque metodológico para la iniciación al atletismo denominado “Ludotécnico”, que trata de ser una enseñanza alternativa a la tradicional, destacando como eje central de este enfoque las “Propuestas Ludotécnicas”, es decir, juegos dirigidos, procedentes de juegos tradicionales, propios del atletismo u otros deportes, que han sido modificados en parte al introducirles una regla técnica que hace referencia a alguno de los elementos o fases de la disciplina atlética.

Fundamentos teóricos y contribución del modelo

De acuerdo con Valero (2006), el modelo ludotécnico deriva de un planteamiento vertical, es decir, se centra en un deporte determinado y muestra especial énfasis en el juego y el aprendizaje de principios tácticos.

Siguiendo con Valero y Conde (2003) citado por Fernández-Río et al. (2016, p.66), este modelo se diseñó específicamente para la enseñanza del atletismo y sus diferentes disciplinas/pruebas. El modelo ludotécnico se basa en la teoría del Condicionamiento Operante de Skinner (modelado, ejemplificación, práctica, feedback y refuerzo), el Aprendizaje Constructivista (construir aprendizajes sobre conocimientos previos) y el Aprendizaje Social (se aprenden en interacción con el contexto y las personas) para adquirir las habilidades técnicas desde la comprensión (Gómez et al. 2014, p.108).

Tras realizar múltiples investigaciones, (Valero, Conde A., Delgado y Conde J.L., 2005; Valero, Conde A., Delgado, Conde J.L. y De la Cruz, 2012), los resultados obtenidos son que, a través de este modelo, la adquisición y dominio de la técnica atlética es similar a la de la metodología tradicional, sin embargo, el modelo ludotécnico incrementa los niveles de satisfacción y diversión.

Según Valero, Delgado y Conde (2009) citado por Gómez et al. (2014, p.110), el profesorado manifiesta un menor número de conductas disruptivas con esta metodología ludotécnica frente a la tradicional, si bien, tiene la creencia que con este tipo de juegos se alcanzan menores niveles de aprendizaje en comparación con la metodología tradicional.

Objetivos

Como expone Valero (2006), este modelo busca acercar el deporte del atletismo a través de una orientación lúdica que aumente la diversión y motivación del alumnado sin desatender aquellos aspectos y reglas necesarios para lograr el objetivo de enseñar y mejorar la técnica atlética.

Metodología

La organización del enfoque ludotécnico es muy clara y estructurada, esto facilita al docente el diseño de las sesiones dentro de la unidad didáctica. De acuerdo con Valero (2006) las sesiones se estructuran en 4 fases:

1. Presentación global y propuesta de desafíos: tiene como objetivo presentar a los alumnos una imagen global de la disciplina que se va a trabajar, no tiene que convertirse en una larga explicación llena de aspectos técnicos y teóricos. Si se trata de la primera sesión se puede realizar un sondeo de ideas previas. Para ejemplificar la explicación, el profesor o algún alumno hábil pueden hacer una primera demostración del objetivo a lograr. En esta fase, el profesor expondrá varias preguntas o desafíos que desencadenen interés, para que los alumnos a lo largo de la sesión vayan descubriendo y solucionando.
2. Propuestas Ludotécnicas: está compuesta por una serie de juegos que han sido modificados al incluirle alguna regla que trata de trabajar uno o varios de los elementos técnicos que componen la disciplina atlética mientras se desarrolla la actividad lúdica (Valero y Conde, 2003). En cada sesión se llevan a cabo entre tres y cinco propuestas ludotécnicas, ya que son juegos que conllevan bastante

tiempo porque buscan dotar de numerosas oportunidades de práctica y un ambiente de diversión entre los alumnos, diferenciándose así de los clásicos ejercicios mecánicos del enfoque tradicional.

3. Propuestas globales: continua el elevado componente lúdico de las actividades, pero ahora en ellas se busca la realización del gesto global de la disciplina a aprender (Valero y Conde, 2003). Su objetivo es transferir y aunar los elementos técnicos aislados trabajados previamente en las propuestas Ludotécnicas, para lograr la ejecución del gesto global. Estas actividades requieren tiempo ya que buscan la participación de todo el alumnado y una correcta ejecución técnica.

Dependiendo del número de sesión en la que nos encontremos, la cantidad de propuestas globales variará, siendo una durante las primaras sesiones y llegando hasta tres en las últimas sesiones (Valero, 2006).

4. Reflexión y puesta en común: trata de reunirse al final de la sesión para poner en común y resolver las preguntas o desafíos planteados al inicio de la sesión. Lo ideal es que sean los propios alumnos los que den las respuestas y compartan opiniones. Esta fase se diferencia de las anteriores por su brevedad. Se pueden aprovechar estos últimos minutos para realizar estiramientos o ejercicios de relajación mientras reflexionamos.

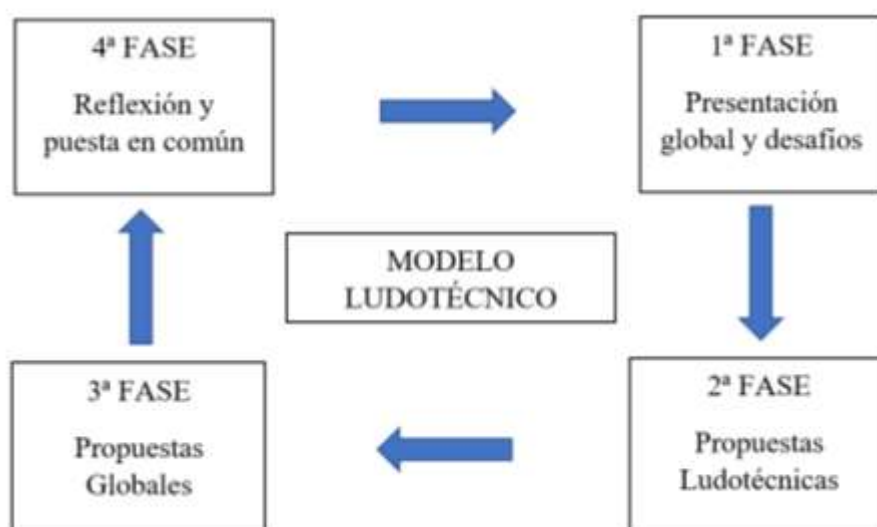


Figura 1: Estructura de la sesión en el modelo ludotécnico de iniciación al Atletismo (Valero, 2006, p.40).

Dependiendo del momento dentro de la unidad didáctica en el que se desarrolle cada sesión, las fases que la conforman adquirirán una mayor o menor relevancia. A continuación, se muestra una tabla que aporta una visión global.

ENFOQUE LUDOTÉCNICO	UNIDAD DIDÁCTICA					
	1ª Sesión	2ª Sesión	3ª Sesión	4ª Sesión	5ª Sesión	6ª Sesión
1ª FASE	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	Bajo	Bajo
2ª FASE	Medio	Alto	Muy Alto	Muy Alto	Alto	Medio
3ª FASE	Bajo	Bajo	Medio	Medio	Alto	Muy alto
4ª FASE	Bajo	Bajo	Medio	Medio	Alto	Alto

Figura 2: Grado de importancia de cada una de las fases a lo largo de una unidad didáctica (Valero, 2006, p.41).

Ámbitos de la persona

Respecto a los ámbitos de la persona que este modelo prioriza, encontramos el dominio del ámbito motor y el afectivo-social. Tras estos, se sitúa el dominio cognitivo, ya que para aprender la técnica de las distintas disciplinas atléticas es necesario ser consciente de lo que es realmente significativo dentro del juego que se está desarrollando. Sin embargo, la importancia o prevalencia de estos tres ámbitos ira variando en función de la fase en la que nos encontremos en cada sesión. De modo que en la primera “Presentación global y desafíos” y en la cuarta fase “Reflexión y puesta en común” prevalecerá el ámbito cognitivo. Mientras que en la segunda “Propuestas Ludotécnicas” y en la tercera fase “Propuestas Globales” cobrarán mayor importancia el ámbito motor y el afectivo-social (Gómez et al. 2014).

Material e instalaciones

En cuanto al material suele ser alternativo. Se puede encontrar con facilidad en el almacén del gimnasio de los centros escolares. Se busca que sea variado para fomentar en los alumnos el enriquecimiento y bagaje motriz.

El alumno debe verse atraído por el material e incitado a su descubrimiento, uso y manipulación. Para esto debe de estar adaptado.

Este modelo nos brinda la ventaja de poder trabajar y llevar a cabo las propuestas Ludotécnicas y globales en las instalaciones del centro (gimnasio, pistas polideportivas, pistas de atletismo...) sin que el espacio de trabajo suponga un impedimento.

2.2.2 MODELO EDUCACIÓN DEPORTIVA

Fundamentos teóricos y contribución del modelo

El modelo de educación deportiva fomenta la enseñanza centrada en el proceso y sigue la línea de los enfoques de carácter horizontal.

Como menciona Siedentop (1994), la educación deportiva se centra en el aprendizaje del alumno, a través de una pedagogía cooperativa y constructivista, que se ve facilitada por el trabajo en pequeños grupos y juegos reducidos en los que cada miembro tiene un rol y, en general, persigue un objetivo de mejora técnica y conceptual, mejora en la toma de decisiones y mejora en el grado de responsabilidad y autonomía (Calderón, A., Hatie, P.A. & Martínez de Ojeada, D. 2010, P.170).

Según Fernández-Río et al. (2016), es un modelo que se está llevando a la práctica de forma muy progresiva pero satisfactoria, tanto en su aplicación escolar y extraescolar, como en los diferentes niveles educativos y en los contenidos a trabajar (aumento de los deportes de componente técnico).

Son numerosas las investigaciones que, desde principios de los ochenta hasta la actualidad, se han realizado para analizar este modelo de enseñanza (Wallhead y O'Sullivan, 2000; Kinchin, 2006; Hastie et al., 2011) tanto alumnado como profesorado, tras vivenciar el modelo, perciben haber realizado un trabajo más aplicado, serio y motivante que en las clases de Educación Física que no utilizan la educación deportiva (Wallhead y Ntoumanis, 2004; Kinchin et al., 2009; Calderón et al., 2010; Snelnikov y

Hastie, 2010). De forma concreta el trabajo de Hastie, Calderón, Rolim, y Guarino (2013) confirma una mejora en el aprendizaje técnico y conceptual de tres habilidades atléticas (vallas, triple salto y lanzamiento de peso), tras una unidad didáctica basada en este modelo con alumnos de Educación Secundaria (Gómez et al, 2014, pp.111-112).

Objetivos

Según Siedentop, et al. (2011) citado por Fernández-Río et al. (2016), es un modelo que surge para crear experiencias de práctica deportiva auténticas. Se basa en que tanto chicos como chicas tengan las mismas oportunidades de vivenciar experiencias deportivas globales en las que desarrollen su competencia motriz, su cultura deportiva y su motivación por la práctica (Calderón et al. 2010, p.170).

Tal como indican Siedentop, Hastie y van der Mars (2004; p. 8), un alumno competente a nivel motor tiene el bagaje técnico y táctico suficiente como para participar de forma exitosa en una situación de juego real. Un alumno con cultura deportiva entiende los valores, las reglas, las tradiciones del mismo y distingue entre buenas y malas prácticas deportivas. Finalmente, un alumno entusiasta promueve y preserva la cultura deportiva, a través de su forma de participación respetuosa y deferente (Calderón et al. 2010, p.170).

Metodología

Según Siendentop, D. (1994) citado en Calderón, Hastie y Martínez de Ojeada (2011), el deporte posee unos determinados rasgos que lo diferencian de otras actividades físicas y que han de tenerse en cuenta a la hora de planificar el proceso de enseñanza aprendizaje. Algunos de estos rasgos son, por ejemplo, que el deporte se practica a lo largo de temporadas, los deportistas pertenecen a un club, son miembros afiliados, se someten al sistema de competición y practica que el reglamento específico concreto, se realizan una serie de enfrentamientos generales y finales, durante los entrenamientos y competiciones existe una serie de personas (entrenadores, jueces, árbitros...) que se encargan de registrar todos y cada uno de los comportamientos necesarios, posee una naturaleza festiva que refuerza la participación... Hay que destacar que ninguno de estos rasgos característicos del deporte moderno está demasiado presente en las clases de

educación física en primaria. De modo que las experiencias deportivas que se generan son un tanto incompletas e inconexas con la realidad deportiva.

De acuerdo con Calderón et al (2011), la educación deportiva se basa en estos rasgos del deporte con la finalidad de brindar a los alumnos y alumnas experiencias de práctica deportiva más auténticas, experiencias que fomenten en ellos una predisposición positiva para la práctica de actividad física y deportiva.

Por tanto, siguiendo a estos autores, los aspectos principales de este modelo son:

Temporadas: alterna práctica y competición con el objetivo de llegar a una fase final. La duración básica de una temporada completa es entre 15 y 20 sesiones.

Afiliación: los alumnos pertenecen a un mismo equipo a lo largo de toda la temporada. Esto permite establecer distintos roles dentro de cada equipo. El cumplimiento de dichos roles incrementa el entusiasmo y cohesión entre sus miembros, pero también genera situaciones problemáticas que deben resolver tomando decisiones lo que desarrolla su madurez y autonomía.

Responsabilidad (roles): a través de la educación deportiva, los alumnos aprenden y practican los distintos roles y sus responsabilidades, lo que contribuye a vivir una auténtica experiencia de aprendizaje y una perspectiva más amplia del deporte ya que deben rotar por todos los roles. Algunos roles pueden ser: entrenador (conoce bien el deporte, juega bien y es capaz de pensar actividades para que sus compañeros mejoren), capitán (líder, muestra iniciativa), árbitro (conoce las reglas, es justo, sabe hacerse respetar), anotador (le gustan las matemáticas, es ordenado y mantiene la atención), periodista (le gusta escribir, redacta bien, es atento y observador), encargado del material...

Además, se pueden redactar y firmar contratos éticos que muestran el compromiso e implicación hacia las tareas propuestas. Pueden dirigirse exclusivamente a un rol o al equipo completo (Servil, García y Abós, 2019).

Registro de datos: se pueden registrar muchos tipos de datos dependiendo del deporte, en el caso del atletismo por ejemplo se puede anotar el ganador de cada serie, marcas de cada atleta, ranking de la clase o el colegio... Los publicistas de cada equipo tienen la responsabilidad de mantener actualizada la información.

Competición regular: alternación de periodos de practica (entrenamiento de habilidades deportivas) y periodos de competición (aplicación de las habilidades aprendidas). El formar parte activa de la temporada al completo permite a los niños ser conscientes de sus mejoras técnicas, tácticas y físicas.

La competición en el proceso educativo es un medio excelente para alcanzar objetivos tanto sociales como de competencia motriz. El docente en Educación Física es el mejor situado y preparado para educar la competición, de otra forma. Un deporte educativo es aquel que propone un enfoque de la competición pensando en el proceso y no en el resultado (García y Gutiérrez, 2016).

Ejemplos de comportamientos deportivos que el docente debe inculcar en sus alumnos: saludar al contrario antes de comenzar y desearle suerte, saludar al contrario y a los jueces al terminar, reconocer las faltas o errores propios...

La fase final: se caracteriza por su naturaleza festiva y la premiación y reconocimiento a aquellos alumnos y equipos que más han destacado por sus comportamientos y resultados durante toda la temporada. Se pueden realizar votaciones tanto entre los miembros de un equipo como al resto de equipos y compañeros. Posibles categorías de premios: juego limpio, regularidad, organización, compañero que más ha mejorado, compañero que querrías en tu equipo, compañero que más anima, mejor juez, mejor comunicador, equipo con mejor comportamiento... Se puede realizar un montaje audiovisual con las fotos y videos de la temporada.

La festividad: se debe otorgar al evento final una relevancia social para aumentar la implicación y motivación de los participantes. Para crear este ambiente festivo cada equipo tendrá un color y un vestuario representativo, pancartas o escudos, canticos, saludos o gritos de guerra, mascota del equipo, se realizará una presentación de cada equipo y un saludo previo y final de la competición, música acorde al evento...

Como exponen Fernández-Río et al. (2016), generalmente, una unidad didáctica basada en la educación deportiva se divide en 4 grandes fases:

1. Fase de práctica dirigida: durante las tres o cuatro sesiones iniciales el profesor dirige mediante instrucción directa y asignación de tareas.

2. Fase de practica autónoma: tienen una duración de cinco o seis sesiones en las que los alumnos ejecutando los roles asignados trabajan de forma autónoma por equipos.
3. Fase de competición formal: en la que se aplican las competencias adquiridas durante las fases previas.
4. Fase de reconocimiento final: se realiza una entrega de diplomas o premios que reconocen y valoran las competencias adquiridas en las fases previas, tiene un carácter festivo.

Sin embargo, para trabajar aquellos contenidos más técnicos como pueden ser los gimnásticos, acuáticos o atléticos, como es en este caso, existe otra variante de este planteamiento que alterna las fases de práctica autónoma con pequeñas competiciones adaptadas, para poder incidir de forma más concreta en los aspectos técnicos.

Ámbitos de la persona

Este modelo antepone los ámbitos cognitivo y afectivo-social por delante del ámbito motor ya que desde el comienzo de la unidad los alumnos que trabajan por equipos, son protagonistas y se ven involucrados en la toma de decisiones y resolución de conflictos entre compañeros. Uno de los puntos débiles de este modelo es que la enseñanza de la técnica suele permanecer en un segundo plano (Gómez et al. 2014).

Material e instalaciones

Para trabajar a través de este modelo no son necesarios unos materiales muy específicos, sino que podemos trabajar con aquellos materiales con los que cuente el centro o fabricar y construir unos propios utilizando materiales como madera, plástico, cartón, gomaespuma... pero el que mejor se ajusta según los criterios que plantea Méndez (2008), es el PVC por su seguridad, utilidad y manejabilidad (Gómez et al. 2014).

2.2.3 JUGANDO AL ATLETISMO

Introducción

Desde la Real Federación Española de Atletismo, se ha elaborado la guía denominada “Jugando al Atletismo” (en consonancia con la guía IAAF Kids Athletics, presentada por la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo), reflejo de su preocupación por cómo aumentar la participación de los jóvenes en el atletismo. Esta guía pretende evitar la reducción de las pruebas para los niños, como tradicionalmente se ha venido haciendo, a unas distancias, alturas y pesos concretos (Gómez et al. 2014, p.114).

Fundamentos teóricos y contribución del modelo

El modelo de competición “jugando al atletismo” está basado principalmente en dos teorías de aprendizaje. En primer lugar, la teoría del “Condicionamiento Operante”, ya que la adquisición de las habilidades motrices se produce gracias a la repetición del gesto. El logro de un buen resultado en una prueba atlética, supone un refuerzo positivo para seguir practicándola. Por el contrario, una mala clasificación implica una experiencia negativa, que puede hacer replantearse al niño su futura actuación en esa prueba y/o en este deporte.

En segundo lugar, la teoría del “Aprendizaje Cognitivo Social”, debido a que el planteamiento de la competición se realiza mediante un sistema de competición basado en equipos; esto permite que exista un aprendizaje por observación e imitación de los compañeros del equipo, además de crear un ambiente más propicio para la adquisición de patrones motores (Gómez et al. 2014, p.114).

Desde la puesta en marcha en 2004 del programa torneos nacionales, que se encuentra integrado en el Programa de Ayuda al Deporte en Edad Escolar (PROADES), el número de escolares participantes ha ido aumentando notablemente desde 2005 a 2010. Hoy día, esta tendencia se está invirtiendo, y la situación económica actual está afectando en gran manera, al desarrollo de competiciones de este tipo, si bien cabe destacar, que se sigue celebrando tanto el Campeonato Autonómico como Nacional de “Jugando al Atletismo”, a modo de colofón de las competiciones previas a nivel local y provincial que se hayan organizado previamente (Gómez et al. 2014, pp.115-116).

Objetivos

Este modelo busca captar futuros atletas, acercando el atletismo a los centros educativos, adaptando las pruebas atléticas a las pistas polideportivas y gimnasios con los que puedan contar los colegios y empleando materiales que despierten un mayor interés por parte de los jóvenes. Del mismo modo, se adaptan los formatos de competición a las instalaciones y materiales disponibles, intentando que la práctica sea divertida e interesante para los jóvenes. Se deja libertad para establecer pruebas que requieran de los practicantes diferentes habilidades motrices.

Igualmente, se busca que el atletismo posea una orientación más educativa, favoreciendo una formación multilateral y polifacética, intentando limitar la repetición excesiva de las mismas pruebas, para evitar especializaciones prematuras (Gómez et al. 2014, p.114).

Metodología

A pesar de que la intención del modelo aboga por el juego como elemento motivador, en realidad se trata de un sistema de competición adaptado, en el que a veces se encuentran pruebas con escasa transferencia al atletismo, asemejándose más a pruebas de condición física. Se persigue integrar los diferentes bloques de disciplinas atléticas (carreras, saltos y lanzamientos), por medio de una competición organizada en equipos en la que se desarrollan diferentes pruebas adaptadas. A continuación, se muestra un ejemplo práctico siguiendo las pautas de competición que indica la guía “Jugando al atletismo” elaborada por la RFEA (García, Durán y Sainz, 2004).

Una competición “jugando al atletismo” estaría compuesta por 4 centros escolares con equipos mixtos de 10 alumnos que visten una misma equipación distintiva del centro. La competición está compuesta por pruebas individuales, pruebas de relevos y el Gran Prix final. En cada una de las siguientes pruebas individuales, participan 2 alumnos de cada centro.

Carrera 10x10m: Carrera cronometrada sobre una distancia de 10 metros que habrá que recorrer 10 veces en ida y vuelta. Para volver habrá que dar la vuelta a un cono o tocar o sobrepasar una línea. Sólo se realizará un intento. Se anotará el tiempo invertido por cada participante.

Salto lateral de obstáculo bajo (cuña): el participante realizará saltos continuos a pies juntos de un lado al otro del obstáculo de goma-espuma o cartón (de 20 cm de altura) durante 20 segundos. Se anota el número de saltos realizados. Cada participante realizará dos intentos.

Lanzamiento dorsal: Cada participante realizará dos lanzamientos con un balón de 2 kg con los dos brazos hacia atrás (dorsal) por encima de la cabeza.

Salto de longitud desde parado: El participante realiza un salto de parado y con los pies paralelos desde la línea de salida. Se mide la huella más cercana a la línea de salida. Cada participante realizará dos intentos.

Lanzamiento de jabalina blanda: cada participante realizará 2 intentos de lanzamiento de jabalina de gomaespuma sin carrera previa (desde parado). Se anota el lanzamiento de mayor distancia.

Para evitar una precoz especialización, los individuos no pueden participar en una única “disciplina”. Los practicantes participan tanto en pruebas individuales como colectivas, sumando puntos por el resultado obtenido (Gómez et al. 2014, p.115)

Siguiendo las pautas de la guía elaborada por la RFEA (García, Durán y Sainz 2004), las pruebas colectivas tienen estructura de relevos. En cada uno de los dos relevos, velocidad 5 x 2 vueltas y 5 x 1 vuelta con obstáculos, participarán 5 atletas de cada colegio. Ningún atleta podrá hacer más de un relevo.

Relevo de velocidad 5x2 vueltas: Los 4 colegios compiten a la vez (equipos de 5 niños), la distancia recomendada es un circuito de 30m la vuelta. Los relevistas se colocarán sentados sobre la esterilla a mitad del recorrido, cada alumno realizará 2 vueltas rodeando los conos y entregará el testigo al siguiente.

Relevo 5x1 vuelta con obstáculos: Los 4 colegios compiten a la vez (equipos de 5 niños), la distancia del circuito es de 30m la vuelta con 3 vallas separadas a 8m. Los relevistas se colocarán sentados sobre la esterilla a mitad del recorrido, cada alumno realizará 1 vuelta saltando los obstáculos, rodeando los conos y chocará la mano al siguiente.

La prueba final de la competición es un Gran Prix. Es una carrera con obstáculos y desarrollo de habilidades en la que los cuatro equipos participan al mismo tiempo. Cada uno de los diez integrantes de cada equipo a modo de relevo, da una vuelta completa al

circuito. La distancia dependerá de las dimensiones de la instalación. Algunos de los obstáculos pueden ser: saltar 3 bancos suecos seguidos, pasar por debajo de un puente de 0.76cm, saltar un pequeño obstáculo, pasar corriendo por encima de un quitamiedos, zigzag con conos, saltos de aro a aro, etc.

Finalmente se hace una clasificación atendiendo a la suma de puntuaciones obtenidas en cada una de estas pruebas. Por tanto, la atención del monitor, profesor o entrenador se centra en conseguir mejorar las marcas de todos y cada uno de los componentes del equipo, para así lograr una puntuación global de equipo superior (Gómez et al. 2014, p.115).

Ámbitos de la persona

El ámbito sobre el que principalmente se incide es el motor. En este modelo se persigue la adquisición de una técnica adecuada para su puesta en práctica en la competición, previendo un aumento de las probabilidades de victoria y, por ende, de éxito. Por otro lado, también se tiene en consideración el ámbito afectivo/social en la medida en la que se apuesta firmemente por el trabajo colectivo e integrador al fomentar la heterogeneidad de los grupos formados. En contraposición, no existen medidas concretas para el desarrollo del ámbito cognitivo, el cual queda olvidado dentro de los planteamientos metodológicos del modelo “jugando al atletismo”. Es precisamente este último uno de los aspectos que se ha de mejorar (Gómez et al. 2014, pp.114-115).

Materiales e instalaciones

La aplicación de este modelo se puede realizar tanto en las instalaciones propias del atletismo competitivo, como en cualquier otro espacio, pues permite las adaptaciones de las pruebas al contexto en el que tenga lugar la competición. Análogamente, los materiales tampoco deben ser ineludiblemente aquellos marcados por el reglamento, sino que deben ser diseñados y adaptados a los practicantes, pudiendo ser contruidos por éstos, siempre que no ofrezcan peligro. No obstante, llegado el momento de la competición, la Real Federación Española de Atletismo aporta los materiales necesarios, con la intención de homogeneizar las condiciones de las pruebas atléticas a todos los practicantes (Gómez et al. 2014, p.115).

A continuación, se presenta una tabla a modo de resumen y reagrupación de las características más destacables de cada modelo descrito.

MODELOS DE INICIACIÓN DEPORTIVA AL ATLETISMO			
Elementos de análisis	MODELO LUDOTÉCNICO	EDUCACIÓN DEPORTIVA	JUGANDO AL ATLETISMO
Fundamentos teóricos	Condicionamiento operante Aprendizaje constructivista Aprendizaje social	Enseñanza basada en el proceso Autonomía Teoría del juego	Condicionamiento operante Aprendizaje cognitivo social
Objetivos	Promover el atletismo entre los jóvenes de forma divertida	Promover la vivencia de experiencias de práctica deportiva auténticas	Favorecer una formación polifacética y multilateral de habilidades atléticas
Ámbitos de la persona	1. Motor 2. Afectivo-Social 3. Cognitivo	1. Afectivo-social 2. Cognitivo 3. Motor.	1. Motor 2. Afectivo-Social
Metodología	División de las sesiones en 4 fases: 1. Presentación de la disciplina y desafío 2. Propuestas ludotécnicas 3. Propuestas globales 4. Reflexión y puesta en común	Divide las unidades didácticas en 3 fases: 1. Fase dirigida 2. Práctica autónoma 3. Fase de competición 4. Evento final	Sistema de competición adaptado por equipos escolares de chicos y chicas con: 1. Pruebas individuales 2. Relevos 3. Gran-Prix
Material e instalaciones	Válidos cualquier material e instalación que estén adaptados y sean seguro	Válidos cualquier material e instalación que estén adaptados y sean seguros	Válidos cualquier material e instalación que estén adaptados y sean seguros para practicar. Para competir sólo se aceptan los oficiales
Resultados	Mayor diversión y mismo nivel de aprendizaje que con la metodología tradicional	Mayor diversión, calidad del aprendizaje y conocimiento global del deporte	Incremento del número de centros que se adscriben a estas jornadas de competiciones
Valoración crítica	Atención a la calidad de las repeticiones en las propuestas de trabajo ludotécnicas	Atención al alumno-profesor y a su tutorización en la fase de práctica autónoma	Atención a la repetición de las mismas pruebas año tras año

Figura 3: Comparativa de los modelos más actuales de iniciación al atletismo, modificada de Gómez et al. (2014, p.117).

2.3 ACCIONES MOTRICES INDIVIDUALES: EL CONTENIDO DEL ATLETISMO

El actual currículum de Educación Física en Primaria (R.D. 126/2014) está organizado por Dominios de Acción Motriz.

El concepto de “dominio de acción motriz” es definido por Parlebás (1999, p.103) como: campo en el cual todas las prácticas corporales que lo integran son consideradas homogéneas bajo la mirada de criterios precisos de acción motriz, citado por López Pastor (2017).

Teniendo en cuenta esta definición, Parlebás (1999), Larraz (2016) y otros autores clasifican el atletismo dentro del dominio de acción de actividades físicas individuales.

Este dominio se caracteriza por agrupar acciones que se desarrollan en un entorno físico estable y sin interacción directa con otros, es decir, no hay compañeros, no hay adversarios y no hay incertidumbre en el medio. Algunos ejemplos son, el atletismo, la natación o la gimnasia (López Pastor, 2017).

El atletismo como actividad física, lleva a acompañando al ser humano desde tiempos inmemoriales, ya que, sus disciplinas se basan en movimientos innatos del ser humano como correr, lanzar o saltar. Debido a esta característica, es considerado por muchos el deporte rey y el más universal. Poco a poco y con la imposición de normas y reglamentos estos movimientos se han transformado en pruebas y han evolucionado a lo que hoy en día conocemos como atletismo (Izquierdo, 2013).

Muchos autores defienden la postura de que el atletismo no es un solo deporte, ya que este engloba multitud de disciplinas que implican técnicas, características físicas del deportista e instalaciones muy diferentes. Actualmente, las pruebas olímpicas del atletismo se agrupan cinco especialidades (Martin, 2018).

- Carreras: 100m, 100/110mv, 200m, 400m, 400mv, 800m, 1500m, 3000 obstáculos, 5000m, 10000m, Maratón, relevo 4x100 y 4x400
- Marcha atlética: 20Km, 50Km
- Saltos: longitud, triple, pértiga y altura
- Lanzamientos: peso, jabalina, disco y martillo
- Pruebas combinadas: Heptatlón (mujeres) y Decatlón (hombres)

De acuerdo con Valero (2004), el atletismo no tiene una gran presencia en el ámbito educativo. En la mayoría de casos en los que un maestro introduce este deporte en su programación es para trabajar la resistencia o la velocidad, quedando en un segundo plano pruebas como saltos o lanzamientos. Además, suele trabajarse a partir de un modelo de enseñanza técnico-mecanicista.

Una concepción errónea que mantienen muchos docentes, es la necesidad de disponer de grandes instalaciones y muchos materiales específicos como colchonetas, vallas o artefactos para trabajar el atletismo en sus sesiones de educación física. Sin embargo, con un poco de imaginación, se puede adaptar el material del que disponga el centro o elaborar materiales propios. En cuanto a las instalaciones, basta con disponer de un espacio amplio en el que poder practicar distintos tipos de carreras, saltos y lanzamientos (Valero y Conde, 2003).

Siguiendo con Valero (2006, pp. 41-42), ha pasado más de un siglo desde que aparecieron los primeros sistemas y métodos de enseñanza en el deporte moderno, y su metodología ha ido evolucionando con el paso del tiempo. En cambio, el atletismo parece haberse quedado anclado en los comienzos del siglo XX, desfasado con respecto a los planteamientos metodológicos empleados en deportes colectivos que dejan en un segundo plano el aprendizaje de la técnica durante la iniciación deportiva, para priorizar la adquisición de los elementos tácticos desde un primer momento. Como reafirma Gómez et al. (2014) la metodología tradicional, centrada en la técnica, ha sido la predominante tanto a nivel escolar como extraescolar.

Quizás la exigente y meticulosa técnica requerida para un correcto y eficaz desarrollo de las pruebas, sumado al escaso o nulo componente táctico de dichas disciplinas ha supuesto un hándicap a la hora de desarrollar nuevos enfoques que promuevan la participación activa del alumnado y el aprendizaje significativo. A esto hay que añadir que la mayoría de profesores fueron entrenados de forma tradicional por lo que presentan tendencia a continuar con dicho modelo.

Basándose en algunos autores, (Schmolinsky, 1981; Hegedus, 1988; Hubiche y Pradet, 1999; Calzada, 1999), en la metodología tradicional el aprendizaje de los componentes técnicos se considera que ha de preceder a la introducción de la táctica o estrategia. Apoyándose en una estructura de sesión dividida casi siempre en tres fases. En la primera fase, se descompone la acción global en sus partes y se reproduce de forma

mecánica un fragmento aislado de un gesto técnico, estos ejercicios se denominan de “asimilación”. En la segunda fase se desarrollan las cualidades físicas asociadas al gesto, ejercicios denominados de “aplicación” y en la tercera fase (esta no siempre llega a producirse) se plantea un juego relacionado con la habilidad motriz que se pretende enseñar, siendo comúnmente su objetivo el cambio de una metodología analítica hacia otra más global y la búsqueda de la aplicación de las habilidades aprendidas de forma aislada (Gómez et al. 2014, p.106).

Según Almond (1984), esta metodología prioriza el perfeccionamiento de la técnica y la asimilación de patrones motores, lo que implica que aquellos alumnos con mayor nivel coordinativo y condicional destaquen sobre el resto. Esto conlleva un gran abandono deportivo a edades tempranas. Además, el repetir continuamente el mismo gesto o técnica atlética conduce al aburrimiento y a la pérdida de interés por la práctica deportiva (Gómez et al. 2014).

Hoy en día muchas de estas ideas han sido superadas, pero, aun así, se sigue empleando. No obstante, la falta de capacidad de este enfoque para resolver muchos de los problemas propios del proceso de enseñanza y aprendizaje originó, que entorno a los años sesenta, se iniciara un cambio en la forma de concebir el currículo, apareciendo lo que se ha llamado “modelo de proceso” que considera al pensamiento y a la participación del alumno en su proceso de aprendizaje como factores clave de la enseñanza (Valero, 2006, p.37).

Casey (2016) citado por Fernández-Río et al. (2016, p. 57) menciona que la actual Enseñanza Basada en Modelos es un planteamiento pedagógico que se aleja de los contenidos o del docente, intentando alinear los resultados de aprendizaje con las necesidades de los estudiantes y el estilo de enseñanza.

3.OBJETIVOS

Inicialmente, los objetivos que se plantearon lograr a través de este proyecto eran tres. A causa de la situación de estado de alarma debido al Covid-19 y a la consecuente suspensión presencial de las clases, solo se ha podido llevar a cabo el primero de ellos.

Como consecuencia, en el apartado de resultados y conclusión de este trabajo, se ha realizado un informe del impacto esperado que podrá tener el desarrollo de las propuestas.

1. Diseñar y desarrollar tres unidades didácticas de aprendizaje de atletismo, a través de tres modelos pedagógicos.
2. Analizar la percepción del proceso en la puesta en marcha de los modelos pedagógicos, por parte del alumnado y el profesorado
3. Comparar los resultados de la variable de estudio en cada uno de los grupos, según el modelo pedagógico desarrollado.

4.METODOLOGÍA

4.1 DISEÑO

El diseño del presente trabajo se trata de un enfoque interpretativo, que aplicará el análisis de contenido a los diarios de la maestra, dibujos elaborados por los alumnos y entrevistas individuales realizadas a algunos de sus participantes, a partir de un proyecto de aprendizaje (unidad didáctica) para integrar y evaluar los modelos pedagógicos en el contenido del atletismo.

4.2 PARTICIPANTES

Este proyecto se va a llevar a cabo en el colegio público Torre Ramona, situado en el barrio de Las Fuentes de Zaragoza. El contexto del centro se caracteriza por la gran diversidad cultural del alumnado y un nivel educativo medio/bajo entre la población del

barrio, en el cual han aumentado en la última década los asentamientos de población inmigrante procedente, principalmente, del norte de África y Sudamérica.

Cabe destacar que el CEIP Torre Ramona es un centro preferente motórico y bilingüe en francés.

Los participantes de este proyecto han sido 63 alumnos de primer y segundo curso de primaria (33 chicos y 30 chicas), con una edad comprendida entre los 6 y los 9 años. La edad media de los alumnos es de $6,97 \pm 0,69$ años.

La asignación de los tres modelos de trabajo con las distintas clases se ha basado en los ámbitos de la persona que prioriza cada modelo según Gómez et al. (2014).

La unidad didáctica de iniciación al atletismo a través del modelo ludotécnico se va a llevar a cabo con la clase de 2ºB. El grupo está formado por 21 alumnos (11 chicas y 10 chicos). Es un grupo sin cohesión, lo que con frecuencia provoca situaciones de conflicto, uso de la violencia física y faltas de respeto entre los alumnos. Destacan 2 alumnos con graves problemas a la hora de gestionar sus emociones negativas (ira, enfado, frustración...)

Se ha seleccionado esta clase para trabajar con el modelo ludotécnico ya que el juego va a ayudar a motivar, centrar la atención en las tareas y generar un ambiente de trabajo positivo durante las sesiones que permita potenciar el desarrollo social y la cohesión.

La unidad didáctica de iniciación al atletismo a través del modelo de educación deportiva se va a llevar a cabo con la clase de 2ºA. El grupo está formado por 21 alumnos (11 chicas y 10 chicos). Es un grupo unido, con el que se trabaja bien. Se caracteriza por la gran diversidad cultural y los distintos ritmos de aprendizaje. Destaca un alumno repetidor de etnia gitana, físicamente superior al resto, que suele ser el punto de partida de los conflictos.

Esta clase ha sido elegida para trabajar a través del modelo de educación deportiva ya que la buena relación entre compañeros y la aceptación y cumplimiento de las reglas por parte de los alumnos facilita la práctica autónoma y el desempeño de los distintos roles (entrenador, juez, comunicador, jugador...) que este modelo requiere.

Finalmente, la unidad didáctica de iniciación al atletismo a través del modelo jugando al atletismo se va a llevar a cabo con la clase de 1ºA. El grupo está compuesto por 21 alumnos (13 chicos y 8 chicas). Es un grupo muy heterogéneo en cuanto a culturas y ritmos de aprendizaje. Es una clase unida en la que se respira buen ambiente pese a que de vez en cuando surjan riñas o disputas. Se ha seleccionado el modelo jugando al atletismo ya que son los alumnos de menor edad y es el modelo que menos implicación cognitiva requiere.

Además, la temática del carnaval fue Tokio 2020 y a la mayoría de alumnos con los que se va a trabajar, les toco disfrazarse de atletas, por lo que creo que es un buen hilo conductor y una buena experiencia previa que tienen con el atletismo, aunque nunca lo hayan practicado.

4.3 VARIABLE E INSTRUMENTOS

La variable de estudio que será analizada a través de este proyecto es:

La percepción del proceso de cada uno de los modelos por parte del alumnado y el profesorado.

Para conocer **la percepción de la docente** se utilizará un diario de percepción del proceso (Anexo 1). La información será registrada a través de una metodología observacional y siempre por ella misma. Además, esta observación deberá respetar la continuidad en el tiempo, debiendo quedar registradas las observaciones de todas las sesiones.

Este diario estará compuesto por 4 bloques que tras cada sesión la profesora completará para recabar información y realizar un seguimiento de cada intervención.

1. Características del modelo: en función del modelo trabajado en dicha sesión se marcarán con una X aquellas características del modelo que se hayan trabajado en dicha sesión.
2. Registro anecdótico: anotaciones referentes al material, tiempos, espacios, contenidos, agrupaciones o situaciones consideradas de importancia.
3. Tiempo de practica: llevar un pequeño registro de cuantos niños practican atletismo durante los recreos o de forma extraescolar. Se preguntará al comienzo

de la sesión al pasar lista. Este bloque aporta un extra de información acerca de si los alumnos introducen el atletismo en sus contextos más informales.

4. Experiencias positivas y negativas para una futura aplicación: anotación de experiencias o datos relevantes que puedan ser útiles para mejorar una futura intervención.

El diario se considera un documento multidimensional, ya que proporciona información sobre las dimensiones de la formación, la reflexión y la investigación. Estas tres dimensiones consideramos que deben estar íntimamente vinculadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El diario será una estrategia que ayudará a la maestra y al alumnado a la reflexión sobre el proceso de aprendizaje e integración de los modelos pedagógicos (dificultades, adaptaciones, etc.)

Una vez finalizadas las intervenciones se procederá a la lectura y análisis de dichos diarios.

Al tratarse de un proyecto realizado en primer y segundo curso de primaria, la **percepción de los alumnos** será estudiada principalmente a través del dibujo, una herramienta de comunicación familiar y están habituados a utilizar. También se completará con algunas entrevistas individuales. Me he decantado por este método ya que todavía son niños demasiado pequeños como para completar largos cuestionarios con objetividad.

1. Dibujos de los alumnos: (Anexo 2)

La percepción de los alumnos será registrada a través de dos dibujos libres realizados pre y post intervención con un límite de tiempo de 30 minutos para cada uno de ellos. Estas representaciones gráficas deberán responder a la pregunta. ¿Qué es para ti la educación física?

El objetivo de estos dibujos es determinar qué características asocian a la educación física pre intervención y una vez hayan llevado a cabo las unidades de atletismo comprobar si esas características han variado y los alumnos perciben y representan las características principales de cada modelo. Tal como indican los protocolos de análisis

de dibujo, se pedirá a los alumnos que acompañen sus dibujos de una pequeña descripción escrita de los mismos (DiLeo, 1983).

Los dibujos y las redacciones se codificarán conjuntamente con el fin de no perder ninguno de los aspectos a los que hacían referencia.

2. Entrevistas individuales:

Para completar y enriquecer la percepción del alumnado de una manera más profunda y detallada, 5 alumnos de cada grupo, elegidos al azar, realizarán una entrevista oral con la docente.

Las entrevistas constarán de dos partes. La primera de ellas se apoyará sobre el dibujo del niño y se buscará guiar al niño a través de preguntas para ampliar y enriquecer la información de los dibujos. Ejemplos de preguntas: ¿Aquí que has dibujado?, ¿Este juego cual era?, ¿Por qué todos los niños van vestidos igual?, ¿Están contentos?, ¿Este niño que está haciendo?, ¿Esto es una competición?, etc.

En la segunda parte se completaría y ampliaría la información con preguntas tipo:

1. ¿Te gusta educación física? ¿Por qué?
2. ¿Te has divertido haciendo atletismo? ¿Por qué?
3. ¿Se te da bien hacer atletismo? ¿Por qué?
4. ¿Cuál es tu prueba favorita? ¿Por qué?
5. ¿Se te da bien trabajar en equipo? ¿Por qué?
6. ¿Conoces y cumples las normas de los juegos?
7. ¿Juegas a atletismo en el recreo o al salir de clase?

Una vez realizadas las entrevistas, estas se transcribirán y serán leídas. Tras estas lecturas, se elaborará un sistema de categorías a partir del agrupamiento de las distintas respuestas en función de los datos recogidos y los contenidos. Identificadas las categorías de análisis, se compararán y contrastarán.

4.4 PROCEDIMIENTO

Inicialmente el procedimiento planteado para desarrollar este proyecto se dividía en dos fases. Una primera fase de búsqueda de información, diseño y preparación del proyecto y una segunda fase de desarrollo de la intervención y análisis de datos.

El desarrollo de la intervención con su consecuente recogida de datos y puesta en práctica de las unidades didácticas debería haberse realizado entre el 12 de marzo y el 03 de abril del 2020, a causa del estado de alarma debido al Covid-19 y la suspensión presencial de las clases, esta intervención no se ha podido llevar a cabo.

A continuación, se muestra la tabla con la propuesta inicial de pasos a seguir para el desarrollo del proyecto.

Periodo del proyecto	Febrero-mayo 2020													
Semana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Fase 1: Diseño y preparación del proyecto														
Elección del tema	X													
Búsqueda de bibliografía	X	X	X											
Establecimiento de objetivos		X												
Elección de modelos	X													
Elaboración marco teórico	X	X	X											
Metodología			X											
VARIABLES e instrumentos			X											
Procedimiento			X											
Preparación y diseño de la intervención		X	X											
Fase 2: Desarrollo de la intervención y análisis de datos														
Autorización de la directiva del centro y participantes		X												
Preparación de instrumentos y materiales			X											
Recogida de datos iniciales			X											
Desarrollo de la intervención				X	X	X								
Evaluación				X	X	X								
Recogida de datos finales						X								
Análisis de datos							X	X	X	X				
Resultados y conclusiones											X	X	X	X

Figura 4: elaboración propia.

El proyecto cuenta con la autorización de la directiva del centro escolar, así como de la especialista de educación física, quien tutoriza mis prácticas de mención. Además, se cuenta con la presencia y apoyo de dicha profesora para el desarrollo de todas las sesiones.

4.5 ANÁLISIS DE DATOS

El análisis del contenido se hará con el apoyo del programa NVIVO11. Para codificar la información aportada por los diferentes participantes (maestra y alumnado) se desarrollará un sistema de categorías mediante un proceso mixto inductivo y deductivo a partir de los diferentes resultados encontrados.

Posteriormente se transcribirán las intervenciones para llevar a cabo las tres fases propuestas por Bardin (2002): preanálisis, explotación del material y tratamiento e interpretación de datos.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1 DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN

Mi propuesta a nivel curricular se ajusta a estos, contenidos, objetivos, estándares y competencias clave del currículo de primaria de Aragón del área de educación física. (Orden ECD 850/2016, de 29 de julio)

A) BLOQUE COMÚN A TODAS LAS UNIDADES

Uno de los objetivos de este trabajo es llevar a cabo 3 unidades didácticas de atletismo a través de 3 modelos pedagógicos diferentes. Se busca mantener unos contenidos y aprendizajes lo más similares posibles entre todas ellas. Por ello, a continuación, se presenta su estructura común.

CONTENIDOS

CURSO	1º PRIMARIA	2º PRIMARIA
DISCIPLINAS	BLOQUE 1: Acciones motrices individuales	
CARRERA VELOCIDAD	Conocimiento de la posición de salida Trabajo de la velocidad de reacción Fase de aceleración Mantenimiento de la velocidad Rapidez en el final de carrera	Conocimiento de la posición de salida Trabajo de la velocidad de reacción Fase de aceleración Mantenimiento de la velocidad Rapidez en el final de carrera
CARRERA VALLAS	Aceleración ante la valla Ritmo de carrera entre vallas	Aceleración ante la valla Ritmo de carrera entre vallas Gestos técnicos del paso de vallas
SALTOS	Fases de impulso, vuelo y caída del salto Ritmo entre saltos (cuña)	Encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite Determinación y uso del pie de batida Fases del vuelo y caída
LANZAMIENTOS	Determinación del brazo lanzador Trabajo del lanzamiento dorsal Lanzamiento de jabalina de gomaespuma	Determinación del brazo lanzador Lanzamiento de jabalina de parado Lanzamiento de jabalina con carrera lateral (sin cruces)
OTROS	Competición Gran Prix por equipos Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.	Olimpiadas por equipos Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.
BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas. 2. Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos. 3. Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en el juego. 4. Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física. 5. Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal. 		

OBJETIVOS GENERALES DE ÁREA

Obj.EF1. Adquirir, enriquecer y perfeccionar acciones motrices elementales, y construir otras más complejas, a fin de adaptar sus conductas a situaciones y medios variados, identificando la finalidad, los criterios de éxito y los resultados de sus acciones.

Obj.EF2. Regular y dosificar diferentes esfuerzos con eficacia y seguridad en función de las propias posibilidades y de las circunstancias de cada actividad.

Obj.EF5. Adquirir conocimientos, capacidades, actitudes y hábitos que les permitan incidir de forma positiva sobre la salud e iniciar adecuadamente la gestión de su vida física.

Obj.EF6. Utilizar sus capacidades y recursos motrices, cognitivos y afectivos para conocer y valorar su cuerpo y la actividad física.

Obj.EF7. Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas, estableciendo relaciones equilibradas con los demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz, la interculturalidad y la igualdad entre los sexos, y evitando en todo caso, discriminaciones por razones personales, de sexo, sociales y culturales.

Obj.EF8. Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para actuar de forma metódica, eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.

COMPETENCIAS CLAVE

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: se desarrollará a través del rol de juez, quien realizará y anotará las mediciones de tiempo y distancia de sus compañeros.

Competencia aprender a aprender: se trabajará a través de los distintos juegos y ejercicios, buscando que el alumno sea consciente de su aprendizaje y evolución con ayuda del feedback de la profesora y compañeros.

Competencia social y cívica: se desarrollará a través del trabajo en equipo en el que el alumno deberá resolver conflictos, tomar decisiones e interactuar con respeto con sus compañeros.

Competencia en comunicación lingüística: se desarrollará en los momentos de explicación de la profesora, reflexión y resolución de desafíos, trabajo en equipo, comunicación entre compañeros y roles de trabajo.

Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: se trabajará a través de los juegos en equipo en los que los alumnos deberán tomar decisiones y trabajar de forma autónoma para lograr un beneficio común.

5.2 OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

Conocer el atletismo y sus disciplinas (carreras, saltos, lanzamientos)

Desarrollar las habilidades motrices básicas.

Ejecutar correctamente las disciplinas propuestas.

Conocer y cumplir las normas básicas de las disciplinas propuestas.

Valorar positivamente el atletismo y divertirse con su práctica.

5.3 TEMPORALIZACIÓN

Las unidades didácticas de atletismo se llevarán a cabo en el segundo trimestre, en concreto, del viernes 13 de marzo al viernes 3 de abril de 2020.

Cuento con 8 sesiones de 60 minutos para desarrollar cada unidad didáctica y con 2 sesiones que tendrán lugar antes de comenzar y una vez finalizada la unidad para que los alumnos realicen los dibujos y las entrevistas que posteriormente serán analizados.

El horario que voy a seguir con los 3 grupos es el siguiente:

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00/10:00		2ºB		1ºA	2ºA
10:00/10:45					
10:45/11:30		1ºA		2ºA	1ºA
11:30/12:00	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO
12:00/13:00					
13:00/14:00		2ºA		2ºB	2ºB

Figura 5: elaboración propia

El hecho de que sean 3 sesiones semanales supone una ventaja para la edad hacia la que están enfocadas estas unidades didácticas, puesto que es preferible establecer periodos cortos y continuados para la iniciación deportiva.

La sesión previa al comienzo de la unidad didáctica se dedicará a la evaluación inicial en la que los alumnos elaboraran los dibujos. Y se realizara una presentación global de la unidad en la que se explicara a los alumnos en que consiste y como se va a trabajar.

En el caso de 2ºA, con quienes se trabajará el modelo de educación deportiva, en esta sesión también se formarán los equipos que se mantendrán hasta el final de la unidad, 5 equipos de 4 personas. Para la selección de los grupos me basaré en un criterio de homogeneidad de género y niveles de habilidad percibida. También, se explicarán los roles que tendrán que llevarse a cabo e ir rotando a lo largo de la unidad. Cada miembro del equipo mantendrá durante 2 sesiones seguidas la responsabilidad de cumplir un rol. Al mismo tiempo en todas las sesiones participara como atleta.

1. Juez: se encargará de dar las salidas de las carreras, confirmar el ganador de cada carrera, anotar la distancia de salto o lanzamiento...
2. Periodista: se encargará de apuntar en el tablón de anuncios los equipos ganadores de cada jornada y noticias o sucesos importantes que hayan ocurrido en cada sesión.
3. Encargado Material: ayudará a preparar y recoger el material de las distintas pruebas o juegos.
4. Capitán: será el líder del equipo y deberá tomar decisiones como el orden de participación en las postas de los relevos y solucionar conflictos.

*Atletas: serán los participantes en las pruebas y deberán esforzarse para ayudar a su equipo.

5.4 DESARROLLO DE LA INTERVENCIÓN

B) BLOQUE ESPECÍFICO DE CADA UNIDAD (sesiones y evaluación)

Para cada unidad didáctica se han elaborado 8 sesiones y una evaluación por curso teniendo en cuenta las características de cada modelo pedagógico utilizado y el curso en el que se llevan a cabo.

TEMPORALIZACIÓN EDUCACIÓN DEPORTIVA Y MODELO LUDOTÉCNICO Y (CURSOS 2ºA/2ºB)										
Sesión	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Fecha y duración	13-03-20 60'	17-03-20 60'	19-03-20 60'	20-03-20 60'	24-03-20 60'	26-03-20 60'	27-03-20 60'	31-03-20 60'	02-04-20 60'	03-04-20 60'
Disciplinas	Evaluación inicial	CARRERA VELOCIDAD /VALLAS			SALTO DE LONGITUD		LANZAMIENTO DE JABALINA		OLIMPIADAS	Evaluación final
Aprendizajes	Dibujos Presentación *Ed. Deportiva, Formación de equipos	Posición de salida Velocidad de reacción Fase de aceleración Mantener velocidad	Aceleración ante la valla Ritmo entre vallas Rapidez en el final de carrera	Gestos técnicos del paso de vallas	Encadenamiento de carrera y salto a partir de un limite Determinación del pie de batida	Fase de vuelo Caída	Determinación del brazo lanzador Lanzamiento jabalina de parado	Lanzamiento jabalina con carrera	Carrera velocidad Carrera vallas Longitud Jabalina	Dibujos Entrevistas
Instrumento de evaluación		Rúbrica velocidad		Rúbrica vallas		Rúbrica longitud		Rubrica jabalina	Autoevaluación	

TEMPORALIZACIÓN JUGANDO AL ATLETISMO (CURSO 1ºA)										
Sesión	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Fecha y duración	13-03-20 60'	17-03-20 60'	19-03-20 60'	20-03-20 60'	24-03-20 60'	26-03-20 60'	27-03-20 60'	31-03-20 60'	02-04-20 60'	03-04-20 60'
Disciplinas	Evaluación inicial	CARRERA VELOCIDAD /VALLAS			SALTOS		LANZAMIENTOS		GRAN PRIX	Evaluación final
Aprendizajes	Dibujos Presentación	10x10m Posición de salida Velocidad de reacción Aceleración	Relevo 5x2v Mantener velocidad Rapidez en el final de carrera	Relevo 5x1v obstáculos Aceleración ante la valla Ritmo entre vallas	Salto Cuña Ritmo entre saltos	Salto Longitud Impulso Vuelo Caída	Dorsal Lanzamiento dorsal	Jabalina Determinación del brazo lanzador Lanzamiento jabalina gomaespuma	Circuito Gran Prix por equipos	Dibujos Entrevistas
Instrumento de evaluación		Rúbrica velocidad	Rúbrica relevo	Rúbrica vallas	Rúbrica cuña	Rúbrica longitud	Rúbrica dorsal	Rúbrica jabalina	Autoevaluación	

SESIONES MODELO LUDOTÉCNICO (2ºB)

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 1 VELOCIDAD	CURSO: 2º	
DURACIÓN: 60'		
CONTENIDOS: Conocimiento de la posición de salida Trabajo de la velocidad de reacción Fase de aceleración Mantenimiento de la velocidad Rapidez en el final de carrera	MATERIAL: Conos Silbato Rúbrica velocidad	
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO	5'	Desafío: ¿Con que pierna empujo más en la salida?
2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS	35'	<p>Calentamiento: “Color, color” Ir trotando por todo el espacio y cuando la profesora dice un color hay que ir corriendo rápido a tocarlo.</p> <p>Pepes y Pepas: Se forman dos filas en las que las parejas queden enfrentadas. A la voz de Pepes, la fila de la izquierda escapará y la fila de la derecha pillará. A la voz de Pepa cambian los roles. Variación de las posiciones de salida: de pie, tumbados, sentados, pata coja...</p> <p>No te me escapas: se forman dos filas en las que las parejas estén enfrentadas a unos 2m. Ambas personas mirarán y correrán hacia el mismo sentido. A la voz de ya, ambos saldrán corriendo. El de delante con el objetivo de escapar y el de detrás con el de pillar.</p> <p>A que no me pillas: por parejas, una persona detrás de la otra a unos 2m de distancia se va trotando por el espacio. Cuando la persona de delante decide, sale corriendo a sprint y la de atrás la intenta alcanzar. Cambio de roles.</p> <p>Pañuelo: Se formarán y numerarán del 1 al 10, 2 equipos que se colocarán en 2 filas a igual distancia de la profesora. Esta con sus brazos en cruz sujetara un pañuelo en cada mano e ira cantando los números. El niño tiene que salir corriendo coger su pañuelo y mantener su velocidad para llegar al otro equipo lo más rápido posible.</p>
3. PROPUESTAS GLOBALES	10'	Carreras de 50m cambiando en cada ronda el pie de salida.
4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN	5'	Resolución del desafío (con la pierna de delante) y reflexión común mientras se estira.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 2 VALLAS DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Aceleración ante la valla Ritmo entre vallas Rapidez en el final de carrera		MATERIAL: Conos 12 bancos suecos 4 vallas
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO	5'	Desafío: ¿Qué es mejor acelerar cuando me acerco a la valla o frenar para saltar más despacio?
2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS	35'	<p>Calentamiento: Juego tradicional del stop. Para evitar que nos pillen, nos encogemos colocándonos a 4 patas en el suelo. Para salvarnos un compañero tendrá que saltar por encima de nosotros.</p> <p>Estrella: se hacen 4 equipos y se numeran sus componentes del 1 al 5 colocándose en una fila. Las cuatro filas se colocan formando una estrella o cruz, todos mirando hacia el centro, donde se coloca un cono. El objetivo es que, al oír tu número, salgas corriendo para dar una vuelta alrededor de todas las filas, pases por debajo de las piernas de los compañeros de tu fila y cojas el cono central el primero. Se colocarán 4 bancos a modo de vallas que tendrán que ser saltados en el recorrido.</p> <p>Sígueme el ritmo: Un circuito de 5 vallas entre las cuales hay 4 aros que coinciden con los apoyos a realizar. Objetivo: pisar una vez con cada pie los aros para mantener un ritmo entre las vallas. Cada niño saldrá cuando el compañero de delante vaya por la segunda valla e intentará alcanzarlo.</p>
3. PROPUESTAS GLOBALES	10'	Relevos con vallas: se montarán 4 calles con 4 vallas y bancos. Se formarán 4 equipos, el primer miembro de cada equipo saldrá con el silbato, correrá pasando las 4 vallas, dará la vuelta al cono del fondo y volverá corriendo sin vallas por su derecha hasta llegar a la salida y chocar la mano del segundo relevista. Así sucesivamente hasta haber corrido todos.
4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN	5'	Resolución del desafío (acelerar) y reflexión común mientras se estira.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 3 VALLAS DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Gestos técnicos del paso de vallas		MATERIAL: Conos 12 bancos suecos 4 vallas 16 cuerdas Rúbrica vallas
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO	5'	Desafío: ¿Qué es mejor atacar la valla de cerca o de lejos?
2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS	25'	Calentamiento: trotar por el espacio saltando los obstáculos (bloques gomaespuma, esterillas, conos, vallas...) A la voz de uno, saltar en el aire y dar una palmada, a la voz de dos agacharse y chocar las manos con el suelo. Gavilán con vallas: juego tradicional del gavilán, pero se colocan 2 filas de bancos (formadas por 3 bancos cada una) en cada lado del campo. Chocolate inglés: juego tradicional, pero para avanzar hay que hacer el gesto de atacar la valla, elevando la pierna de ataque. Relevos de vallas (misma estructura que la sesión anterior) Delante de cada valla, a unos 60cm, se coloca una cuerda para obligarles a atacar desde lejos.
3. PROPUESTAS GLOBALES	20'	Carreras de 50m vallas por equipos. El ganador de cada serie aporta un punto a su equipo.
4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN	5'	Resolución del desafío (atacar de lejos) y reflexión común mientras se estira.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 4 LONGITUD DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Encadenamiento de carrera y salto a partir de un limite Determinación del pie de batida		MATERIAL: Conos 16 esterillas/colchonetas 2 cuerdas largas (10m aprox) Quitamiedos Cinta aislante (de un color llamativo)
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO	5'	Desafío: ¿Qué es mejor, saltar cerca o lejos de la tabla?
2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS	35'	Calentamiento: Pilla pilla en el zoo. 2 personas la pagan y el resto escapa, si te pillan la apagas también. Hay que desplazarse dando saltos imitando al animal que la profesora indique (canguro, rana, saltamontes...) ¡Cuidado cocodrilos! Juego tradicional del gavilán, pero el que la paga es el cocodrilo y tiene un espacio de 1m de ancho (el río) que el resto de niños deberá saltar. Objetivo: ir corriendo, batir con un pie y lograr cruzar el rio sin que nos pille el cocodrilo. Pepes y Pepas: (explicado en la sesión 1) Desplazamientos con saltos a pies juntos y a la pata coja. Relevos saltarines: se realizarán 4 equipos y se colocarán en filas. (misma estructura que los relevos de vallas, pero esta vez saltando esterillas y colchonetas). Se colocarán 4 esterillas/colchonetas de 1m de ancho aproximadamente
3. PROPUESTAS GLOBALES	10'	Relevos salto completo: se formarán 2 equipos y se dividirá con conos el pasillo de carrera en 2, uno para cada equipo. Las filas de los equipos se colocarán a unos 15m de la tabla de batida (marcada con cinta aislante en el suelo a 1m del quitamiedos). Los miembros de cada equipo irán saliendo de uno en uno y realizarán un salto completo al quitamiedos, saldrán por delante y volverán corriendo a chocar la mano del siguiente compañero.
4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN	5'	Resolución del desafío (saltar lo más cerca posible de la tabla sin llegar a pisarla) y reflexión común mientras se estira.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 5 LONGITUD DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Fase de vuelo Fase de caída		MATERIAL: Rúbrica longitud Conos, quitamiedos, 10 esterillas, cinta aislante de colores
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO	5'	Desafío: En la caída, ¿Dónde tengo que poner las manos, delante del cuerpo o detrás?
2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS	25'	<p>Calentamiento: Juego tradicional del Stop. Habrá varias colchonetas distribuidas por el espacio. Para evitar que te pillen hay que sentarse en una de las colchonetas sin apoyar manos en el suelo. Para salvarnos un compañero nos ayudará a levantarnos cogiéndonos de las manos.</p> <p>¡Al agua patos! Se dividirá el pasillo de carrera en 2 con conos para poder hacer dos filar y saltar más veces. (15m de carrera y la tabla a 1m del quitamiedos). Se realizarán varios saltos en los que iremos incluyendo normas técnicas que se irán sumando a las anteriores.</p> <ol style="list-style-type: none"> Salto libre (figuras en el aire) sin repetir el del compañero anterior. Condición: batir con 1 solo pie. Salto libre sin repetir el del compañero. Condición batir con 1 pie y caer sentados. Salto libre. Condición batir con 1 pie, caer sentados y sin apoyar las manos. Salto libre. Condición batir con 1 pie, caer sentados, sin apoyar las manos y elevando los brazos en el aire. Pelota saltarina. Salto agrupándose en el aire, llevando las rodillas al pecho. Condición batir con 1 pie, caer sentados, sin apoyar las manos y elevando los brazos en el aire. Pelota saltarina, igual que el anterior, pero se colocara un bloque de gomaespuma al inicio del quitamiedos para que obligue a elevar las piernas y agruparse en el aire.
3. PROPUESTAS GLOBALES	20'	Salto completo: Se dividirá el pasillo en 2 y se realizarán 2 filas, cada fila irá saliendo de 1 en 1 para realizar el salto completo. Previamente se habrán marcado con cinta adhesiva de colores en el quitamiedos 3 referencias a distintas distancias para intentar alcanzarlas (1,5m/2m/2,5m)
4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN	5'	Resolución del desafío (siempre por delante del cuerpo) y reflexión común mientras se estira.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO**Nº SESIÓN: 6 JABALINA****CURSO: 2º****DURACIÓN: 60'****CONTENIDOS:**

Determinación del brazo lanzador

Lanzar elevado

Lanzamiento jabalina de parado

MATERIAL:

Conos

20 balones gomaespuma

5 indiacas y 10 jabalinas gomaespuma

FASES**TIEMPO****DESARROLLO DE LA SESIÓN****1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO****5'****Desafío:** ¿Es mejor lanzar con los dos pies apoyados en el suelo o saltando en el aire?**2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS****35'****Calentamiento:** Achicar el campo. Se divide el campo por la mitad y cada equipo permanece en el suyo. Se distribuyen pelotas de gomaespuma por el espacio. A la voz de ya comienza el juego. Cada equipo tiene que lanzar al otro campo sus pelotas para que pasados 5 minutos tengan menor número de pelotas que el equipo contrario.**¡Busca Toby!** se forman dos filas en las que las parejas estén enfrentadas a unos 3m. Ambas personas mirarán hacia el mismo sentido. La persona de detrás, cuando indique la profesora, lanzará una pelota de gomaespuma lo más lejos posible. Cuando la persona de delante vea pasar por encima de su cabeza la pelota tendrá que salir corriendo e intentar cogerla en el aire.**Relevos con indiacas:** Se harán grupos de 4 personas que formaran una fila y cada grupo tendrá una indiaca. El primer lanzador se colocará de rodillas apoyando un pie y una rodilla en el suelo, desde esa posición tendrá que utilizar la fuerza de las piernas para levantarse y lanzar la indiaca lo más lejos posible, a continuación, chocará la mano del 2 lanzador. El segundo, irá corriendo hasta donde este la indiaca y ahí se colocará en la misma posición y volverá a lanzar, volverá corriendo y chocará la mano del siguiente. Así, hasta lanzar los 4 miembros. Ganará el equipo que más lejos haya llegado con la suma de los 4 lanzadores.**3. PROPUESTAS GLOBALES****10'****Pases con jabalina gomaespuma:** por parejas, uno enfrente del otro, separados a unos 15m tendrán que pasarse la jabalina (sin carrerilla) de uno a otro 10 veces.**4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN****5'**

Resolución del desafío (lanzar apoyando los dos pies en el suelo) y reflexión común mientras se estira.

ASEO PERSONAL**5'**

Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 7 JABALINA DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Lanzamiento jabalina con carrera lateral (sin cruces)		MATERIAL: Conos, 5 picas y 5 aros 10 jabalinas gomaespuma y red de vóley o goma larga
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. EXPLICACIÓN Y PROPUESTA DESAFÍO	5'	Desafío: ¿Se lanza más lejos de parado o con carrerilla?
2. PROPUESTAS LUDOTÉCNICAS	25'	<p>Calentamiento: Pilla pilla por el cielo. 2 personas la pagan y el resto escapa, si te pillan la apagas también. Hay que desplazarse moviendo los brazos imitándolo que la profesora indique (Superman, águila, helicóptero, avión, molino de viento...)</p> <p>Gavilán: juego tradicional, pero para desplazarse tanto el que pilla como los que escapan tendrán que hacerlo con laterales.</p> <p>Caballeros: se formarán equipos de 4 personas, 2 de ellas se colocarán en un extremo del campo y las otras dos en el otro. Cada equipo tendrá dos picas y un aro. El primer relevista se colocará la pica sobre los hombros manteniendo los brazos en cruz, un compañero introducirá un aro en la parte delantera. A la voz de ya tendrá que salir haciendo laterales (carrera lateral) manteniendo el extremo de la pica en el que está el aro ligeramente elevado para que este no se caiga, cuando llegue al otro extremo le pasara el aro al segundo relevista que estará preparado con su pica en los hombros. Así hasta participar todos.</p> <p>Paloma mensajera: se coloca la red de vóley aproximadamente a 1.80m de alto y a unos 3m de distancia de la línea de lanzamiento. Se formarán parejas, cada miembro de la pareja permanecerá a un lado de la red tras su respectiva línea de lanzamiento. Tienen que pasarse la jabalina de gomaespuma con una carrera lateral previa a la línea de lanzamiento y lograr superar la red para enviársela a su compañero. La red obliga a elevar el lanzamiento.</p>
3. PROPUESTAS GLOBALES	20'	<p>Lanzamiento completo: Se colocarán conos de distintos colores a diferentes distancias para motivar (5m/10m/15m/20m/25m)</p> <p>Se realizarán lanzamientos completos intentando llegar lo más lejos posible.</p>
4. REFLEXIÓN Y PUESTA EN COMÚN	5'	Resolución del desafío (con carrera previa) y reflexión común mientras se estira. Se establecerán los equipos para las olimpiadas de la última sesión (los realizará previamente la profesora)
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESIÓN: 8 DURACIÓN: 60'	CURSO: 2º	
CONTENIDOS: Carrera velocidad Carrera vallas Salto longitud Lanzamiento jabalina	MATERIAL: Conos Bancos suecos y vallas Cinta aislante Quitamiedos Jabalinas gomaespuma	
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
OLIMPIADAS	45'	Presentación de los equipos (nombres y gritos) <ul style="list-style-type: none"> - Carrera velocidad - Carrera vallas - Salto longitud completo - Lanzamiento jabalina completo No se tomarán tiempos ni mediciones de los resultados. El objetivo es divertirles y poner en práctica lo trabajado anteriormente. Terminaremos la sesión gritando todos juntos: ¿Quién ha ganado? ¡El que mejor se lo ha pasado!
AUTOEVALUACIÓN	10'	La profesora leerá la autoevaluación para ir completándola al mismo tiempo y resolviendo posibles dudas. Reparto de diplomas.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

SESIONES EDUCACIÓN DEPORTIVA (2ºA)

Generalmente, una unidad didáctica basada en la educación deportiva se divide en 4 grandes fases: Fase de práctica dirigida, fase de práctica autónoma, fase de competición formal y festividad.

Sin embargo, para trabajar aquellos contenidos más técnicos como el atletismo, existe otra variante de este planteamiento que alterna las fases de práctica autónoma con pequeñas competiciones adaptadas, para poder incidir de forma más concreta en los aspectos técnicos. En este caso, al tratarse de un deporte nuevo para los alumnos, llevarse a cabo en 2º de primaria y ser la primera vez que trabajan con este modelo se ha dedicado más tiempo a la práctica dirigida para ir introduciendo poco a poco momentos de práctica autónoma y competición. De este modo esta es la estructura organizativa que tienen las sesiones de esta unidad.

1	2	3	4	5	6	7	8
VELOCIDAD	VALLAS	VALLAS	LONGITUD	LONGITUD	JABALINA	JABALINA	OLIMPIADAS
Práctica dirigida	Práctica dirigida	Práctica dirigida	Práctica dirigida	Práctica dirigida	Práctica dirigida	Práctica dirigida	Evento final y festividad
		Práctica autónoma		Práctica autónoma		Práctica autónoma	
Competición		Competición		Competición		Competición	

Figura 6: Elaboración propia

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESIÓN: 1 VELOCIDAD		CURSO: 2º
DURACIÓN: 60'		
CONTENIDOS: Conocimiento de la posición de salida Trabajo de la velocidad de reacción Fase de aceleración		MATERIAL: Conos Silbato Aros Rúbrica velocidad
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
EQUIPOS Y ROLES	20'	Cada equipo piensa un nombre y un grito de guerra Elaboración de pequeño cartel del equipo Reparto de roles (profesor) y firma de contrato de roles.
CALENTAMIENTO	5'	Pepes y Pepas: Se forman dos filas en las que las parejas queden enfrentadas. A la voz de Pepes, la fila de la izquierda escapará y la fila de la derecha pillará. A la voz de Pepa cambian los roles. Variación de las posiciones de salida: de pie, tumbados, sentados, pata coja...
PRÁCTICA DIRIGIDA	10'	De aro en aro: carreras de relevos por equipos, en las que el primer atleta, saldrá corriendo, realizará un apoyo dentro de cada aro, girará en el cono final y volverá a pasar por los aros y chocará la mano del siguiente. (modificar la distancia entre aros para trabajar amplitud y frecuencia)
FASE COMPETICIÓN	20'	Carreras de 50m cambiando en cada ronda el pie de salida. La competición estará compuesta por 5 bloques de 4 series. En cada uno de esos bloques un equipo será el organizador (juez, periodista, material...) mientras que los otros 4 equipos serán los atletas. En cada serie competieran 4 atletas, uno de cada equipo.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 2 VALLAS DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Gestos técnicos paso de vallas Ritmo entre vallas		MATERIAL: Conos y 20 aros 12 bancos suecos o vallas 20 ladrillos y 20 picas
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CALENTAMIENTO	5'	Juego tradicional del stop. Para evitar que nos pillen, nos encogemos colocándonos a 4 patas en el suelo. Para salvarnos un compañero tendrá que saltar por encima de nosotros.
PRÁCTICA DIRIGIDA	50'	<p>Circuito técnica de vallas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pierna de ataque con ladrillos 2. Pierna de paso con ladrillos 3. Ataque y paso con picas 4. Péndulos con ladrillos 5. Carreras de vallas con 4 bloques <p>Se colocarán unos 4 niños por posta, harán el ejercicio, tocarán el cono y volverán corriendo por el lado. Hasta que no llegue el compañero no podrá salir el siguiente.</p> <p>Sígueme el ritmo: Un circuito de 5 vallas entre las cuales hay 4 aros que coinciden con los apoyos a realizar. Objetivo: pisar una vez con cada pie los aros para mantener un ritmo entre las vallas. Cada niño saldrá cuando el compañero de delante vaya por la segunda valla e intentará alcanzarlo.</p>
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESIÓN: 3 VALLAS DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Aceleración ante la valla Rapidez en el final de carrera		MATERIAL: Conos 12 bancos suecos 4 vallas
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CALENTAMIENTO	5'	Trotar por el espacio saltando los obstáculos (bloques gomaespuma, esterillas, conos, vallas...) A la voz de uno, saltar en el aire y dar una palmada, a la voz de dos agacharse y chocar las manos con el suelo.
PRÁCTICA DIRIGIDA	15'	Relevos con vallas: se montarán 5 calles con 4 vallas y bancos. El primer miembro de cada equipo saldrá con el silbato, correrá pasando las 4 vallas, dará la vuelta al cono del fondo y volverá corriendo sin vallas por su derecha hasta llegar a la salida y chocar la mano del segundo relevista. Así sucesivamente hasta haber corrido todos.
PRÁCTICA AUTÓNOMA	10'	Cada equipo dispondrá de 4 vallas para organizarse y practicar libremente durante 10'
FASE COMPETICIÓN	25'	Organización y repaso de roles Carreras de 50m vallas por equipos. La competición estará compuesta por 5 bloques de 4 series. En cada uno de esos bloques un equipo será el organizador (juez, periodista, material...) mientras que los otros 4 equipos serán los atletas. En cada serie competirán 4 atletas, uno de cada equipo. Cada atleta recibirá un máximo de 4 puntos para su equipo. 1p. Saludar y desear suerte antes de comenzar 1p. Finalizar la carrera 1p. Ganar la carrera 1p. Saludar y felicitar a los rivales en meta.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 4 LONGITUD DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Encadenamiento de carrera y salto a partir de un limite Determinación del pie de batida		MATERIAL: Conos 20 esterillas/colchonetas Aros y ladrillos
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CALENTAMIENTO REPARTO DE ROLES	5'	Comecocos: Juego del comecocos por las líneas del patio, pero con bloques colocados en medio de las líneas que tendrán que saltar
PRÁCTICA DIRIGIDA	50'	<p>Relevos saltarines: los 5 equipos se colocarán en filas. (misma estructura que los relevos de vallas, pero esta vez saltando esterillas y colchonetas). Se colocarán 4 esterillas/colchonetas de 1m de ancho aproximadamente</p> <p>Circuito de multisaltos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saltar aros a pies juntos 2. Saltar aros a la pata coja 3. Saltar bloques batiendo con una pierna 4. Saltar bloques a pies juntos llevando las rodillas al pecho 5. Saltos de rana entre aros <p>Se colocarán unos 4 niños por posta, harán el ejercicio, tocarán el cono y volverán corriendo por el lado. Hasta que no llegue el compañero no podrá salir el siguiente.</p>
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

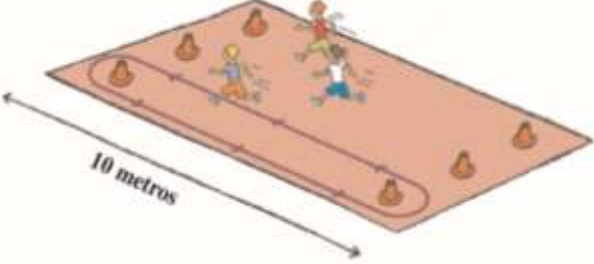
UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 5 LONGITUD DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Fase de vuelo Fase de caída		MATERIAL: Rúbrica longitud Conos Quitamiedos 10 esterillas Cinta aislante de colores
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CALENTAMIENTO REPARTO DE ROLES	5'	Juego del Stop. Habrá varias colchonetas distribuidas por el espacio. Para evitar que te pillen hay que sentarse en una de las colchonetas sin apoyar manos en el suelo. Para salvarnos un compañero nos ayudará a levantarnos cogiéndonos de las manos.
PRÁCTICA DIRIGIDA	20'	Caída: se colocarán todos los alumnos rodeando el quitamiedos. Los lados opuestos saltaran a pies juntos cayendo sentados sin apoyar las manos, evacuaran la colchoneta y saltaran los otros lados. Vuelo: se realizarán 2 filas paralelas y de 2 en 2 irán saltando al quitamiedos desde el límite (1m). Elevar los brazos y llevar las rodillas al pecho durante el vuelo.
PRÁCTICA AUTÓNOMA	10'	Cada equipo tendrá una colchoneta para organizarse y practicar.
FASE COMPETICIÓN	20'	Organización y repaso de roles Salto completo: Se dividirá el pasillo en 2 y se realizarán 2 filas, cada fila irá saliendo de 1 en 1 para realizar el salto completo. Previamente se habrán marcado con cinta adhesiva de colores en el quitamiedos 3 referencias a distintas distancias para intentar alcanzarlas (1,5m/2m/2,5m) En cada ronda un equipo será el organizador (juez, periodista, material...)
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 6 JABALINA DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Determinación del brazo lanzador Lanzamiento jabalina de parado		MATERIAL: Conos 20 pelotas gomaespuma 10 pelotas tenis 5 jabalinas gomaespuma
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CALENTAMIENTO REPARTO DE ROLES	5'	Achicar el campo. Se divide el campo por la mitad y cada equipo permanece en el suyo. Se distribuyen pelotas de gomaespuma por el espacio. A la voz de ya comienza el juego. Cada equipo tiene que lanzar al otro campo sus pelotas para que pasados 5 minutos tengan menor número de pelotas que el equipo contrario.
PRÁCTICA DIRIGIDA	50'	El frontón: los alumnos se colocarán por parejas a unos 10m de una pared. Cada pareja tendrá una pelota de tenis, se alternarán en lanzar de parado y recoger. Técnica lanzamiento: Formaran 4 filas horizontales una detrás de otra, cada alumno de la primera fila tendrá una jabalina de gomaespuma. Se explicará la técnica a realizar y lanzarán de parado. Recogerán la jabalina para entregársela a la siguiente fila y a continuación darán una vuelta corriendo al patio para volver a colocarse en la fila. En cada ronda de lanzamientos se incluirá una nueva norma técnica.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

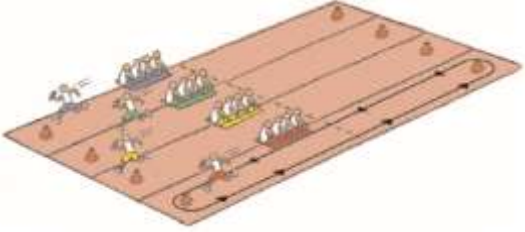
UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESIÓN: 7 JABALINA DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Lanzamiento jabalina con carrera lateral (sin cruces)		MATERIAL: Conos 10 jabalinas gomaespuma Red de vóley o goma larga
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CALENTAMIENTO REPARTO DE ROLES	5'	Pilla pilla por el cielo. 2 personas la pagan y el resto escapa, si te pillan la apagas también. Hay que desplazarse moviendo los brazos imitándolo que la profesora indique (Superman, águila, helicóptero, avión, molino de viento...)
PRÁCTICA DIRIGIDA	20'	Gavilán: juego tradicional, pero para desplazarse tanto el que pilla como los que escapan tendrán que hacerlo con laterales. Paloma mensajera: se coloca la red de vóley aproximadamente a 1.80m de alto y a unos 3m de distancia de la línea de lanzamiento. Se formarán parejas, cada miembro de la pareja permanecerá a un lado de la red tras su respectiva línea de lanzamiento. Tienen que pasarse la jabalina de gomaespuma con una carrera lateral previa a la línea de lanzamiento y lograr superar la red para enviársela a su compañero. La red obliga a elevar el lanzamiento.
PRÁCTICA AUTÓNOMA	10'	Cada equipo tendrá 2 jabalinas para organizarse y practicar. Se sugerirá que practiquen la carrera y el lanzamiento sin pasarse del límite.
FASE COMPETICIÓN	20'	Organización y repaso de roles Lanzamiento completo: 4 equipos serán inicialmente los atletas y 1 equipo el organizador (rotación tras cada ronda). Lanzaran 4 atletas a la vez, uno de cada equipo. Se colocarán conos de distintos colores a diferentes distancias para motivar (5m/10m/15m/20m/25m) Se realizarán lanzamientos completos intentando llegar lo más lejos posible.
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESION: 8 OLIMPIADAS DURACIÓN: 60'		CURSO: 2º
CONTENIDOS: Carrera velocidad Carrera vallas Salto longitud Lanzamiento jabalina		MATERIAL: Conos Bancos suecos y vallas Cinta aislante Quitamiedos Jabalinas gomaespuma
Para esta última sesión especial que incluye el evento final y la festividad, se dispondrá del tiempo de recreo. Se acotará una zona de “gradas” para que el resto del alumnado del centro pueda animar		
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESION
CEREMONIA INAUGURACIÓN	10'	Presentación de los equipos y saludos (música)
OLIMPIADAS	50'	<ul style="list-style-type: none"> - Carrera velocidad - Carrera vallas - Salto longitud completo - Lanzamiento jabalina completo <p>No se tomarán tiempos ni mediciones de los resultados. El objetivo es divertirles y poner en práctica lo trabajado anteriormente.</p>
FESTIVIDAD	25'	Votación y Entrega de premios Visualización de video recopilatorio
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario


SESIONES JUGANDO AL ATLETISMO (1ºA)

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO		
Nº SESIÓN: 1 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º	VELOCIDAD 10X10m	MATERIAL: Conos Silbato Rúbrica velocidad
		
CONTENIDOS: Conocimiento de la posición de salida Trabajo de la velocidad de reacción Fase de aceleración		
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. CALENTAMIENTO	5'	“Color, color” Ir trotando por todo el espacio y cuando la profesora dice un color hay que ir corriendo rápido a tocarlo.
2. PARTE PRINCIPAL	35'	<p>Pepes y Pepas: Se forman dos filas en las que las parejas queden enfrentadas. A la voz de Pepes, la fila de la izquierda escapará y la fila de la derecha pillará. A la voz de Pepa cambian los roles. Variación de las posiciones de salida: de pie, tumbados, sentados, pata coja...</p> <p>No te me escapas: se forman dos filas en las que las parejas estén enfrentadas a unos 2m. Ambas personas mirarán y correrán hacia el mismo sentido. A la voz de ya, ambos saldrán corriendo. El de delante con el objetivo de escapar y el de detrás con el objetivo de pillar.</p> <p>Pañuelo: Se formarán y numerarán del 1 al 10, 2 equipos que se colocarán en 2 filas a igual distancia de la profesora. Esta sujetara un pañuelo en alto e ira cantando los números. El niño tiene que salir corriendo coger su pañuelo y volver hasta su equipo lo más rápido posible sin que el niño del otro equipo con el mismo número le pille.</p>
3. COMPETICIÓN	15'	Carreras 10x10m Se formarán 5 equipos y se realizarán 4 series en las que participara un miembro de cada equipo. Realizaran 3 vueltas por detrás de los conos al circuito de 10x10m. (total 60m)
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

<p>Nº SESIÓN: 2 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º</p>	<p>RELEVO 5X2v</p> 	<p>MATERIAL:</p> <p>Conos y silbato Rúbrica relevo 4 esterillas 4 testigos</p>
<p>CONTENIDOS: Mantener velocidad y rapidez en el final de carrera</p>		
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
<p>1. CALENTAMIENTO</p>	<p>5'</p>	<p>Lobos y ovejas: se formarán dos equipos de 7 niños que serán las ovejas y dos equipos de 3 niños que serán los lobos. Cada equipo de ovejas permanecerá dentro de su corral y sus 3 lobos entraran a pillarlas. El equipo de lobos que consiga pillar antes a todas sus ovejas gana.</p>
<p>2. PARTE PRINCIPAL</p>	<p>35'</p>	<p>Chocamanos: se formarán 4 equipos que jugarán 2 partidas simultaneas (para aumentar participación)</p> <p>Los dos equipos de cada partida se colocarán enfrentados a unos 15m de distancia. Un equipo, extenderá las palmas de sus manos hacia arriba. Un miembro del otro equipo saldrá corriendo hacia ellos y chocara la mano a 3 personas diferentes, la última de ellas tendrá que salir corriendo a pillarlo antes de que este llegue a su equipo. Cambio continuo de roles.</p> <p>La frase secreta: se formarán 5 equipos de 4 personas que permanecerán en filas. A 40m de la salida de cada equipo, se colocarán 4 tarjetas del color del equipo (una por persona) que por la cara de arriba estarán numeradas y por la cara de abajo tendrán un trocito de frase. El primer relevista de cada equipo, saldrá corriendo hasta llegar al montón de tarjetas de su color, coger la tarjeta número 1 y la llevara de vuelta a su equipo, saldrá el segundo relevista... y así sucesivamente hasta que corran todos y logren formar la frase completa.</p> <p>Robapañuelos: con los mismos equipos del juego anterior se colocará a 40m de la salida una caja con 30 pañuelos. Los relevistas de cada equipo Irán saliendo en orden, correrán hasta la caja, cogerán un pañuelo y volverán para que salga el segundo... así sucesivamente hasta que los pañuelos se terminen. Gana el equipo que más pañuelos haya conseguido.</p>
<p>3. COMPETICIÓN</p>	<p>15'</p>	<p>Relevo 5x2 vueltas: Se forman 4 equipos de 5 niños y un circuito de 40m la vuelta. Los relevistas se colocarán sentados sobre la esterilla a mitad del recorrido, cada alumno realizará 2 vueltas rodeando los conos y entregará el testigo al siguiente.</p>
<p>ASEO PERSONAL</p>	<p>5'</p>	<p>Vestuario</p>

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

<p>Nº SESIÓN: 3 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º</p>	<p>RELEVO 5X1v OBSTÁCULOS</p> 	<p>MATERIAL:</p> <p>Conos Silbato Rúbrica vallas 16 vallas 4 esterillas</p>
--	---	--


CONTENIDOS:

Aceleración ante la valla

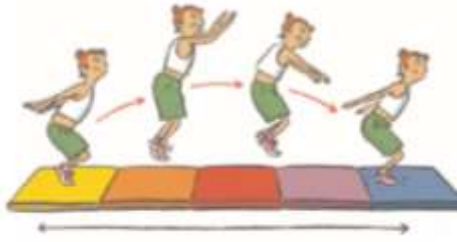
Ritmo entre vallas

FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
<p>1. CALENTAMIENTO</p>	<p>5'</p>	<p>Stop: Para evitar que nos pillen, nos encogemos colocándonos a 4 patas en el suelo. Para salvarnos un compañero tendrá que saltar por encima de nosotros.</p>
<p>2. PARTE PRINCIPAL</p>	<p>35'</p>	<p>Estrella: se hacen 4 equipos y se numeran sus componentes del 1 al 5 colocándose en una fila. Las cuatro filas se colocan formando una estrella o cruz, todos mirando hacia el centro, donde se coloca un cono. El objetivo es que, al oír tu número, salgas corriendo para dar una vuelta alrededor de todas las filas, pases por debajo de las piernas de los compañeros de tu fila y cojas el cono central el primero. Se colocarán 4 bancos a modo de vallas que tendrán que ser saltados en el recorrido.</p> <p>Relevos con vallas: se montarán 4 calles con 4 vallas. Se formarán 4 equipos, el primer miembro de cada equipo saldrá con el silbato, correrá pasando las 4 vallas, dará la vuelta al cono del fondo y volverá corriendo sin vallas por su derecha hasta llegar a la salida y chocar la mano del segundo relevista. Así sucesivamente hasta haber corrido todos.</p>
<p>3. COMPETICIÓN</p>	<p>15'</p>	<p>Relevo 5x1 vuelta con obstáculos: Se forman 4 equipos de 5 niños y un circuito de 40m la vuelta con 3 vallas separadas a 8m. Los relevistas se colocarán sentados sobre la esterilla a mitad del recorrido, cada alumno realizará 1 vuelta rodeando los conos y chocará la mano al siguiente.</p>
<p>ASEO PERSONAL</p>	<p>5'</p>	<p>Vestuario</p>


UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

<p>Nº SESIÓN: 4 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º</p>	<p>SALTO LATERAL CUÑA</p> 	<p>MATERIAL:</p> <p>Conos Silbato Rúbrica cuña 5 cuñas (gomaespuma o cartón)</p>
<p>CONTENIDOS:</p> <p>Ritmo entre saltos</p>		
<p>FASES</p>	<p>TIEMPO</p>	<p>DESARROLLO DE LA SESIÓN</p>
<p>1. CALENTAMIENTO</p>	<p>5'</p>	<p>Pilla pilla en el zoo: 2 personas la pagan y el resto escapa, si te pillan la apagas también. Hay que desplazarse dando saltos imitando al animal que la profesora indique (canguro, rana, saltamontes...)</p>
<p>2. PARTE PRINCIPAL</p>	<p>35'</p>	<p>Los aros olímpicos: se formarán 5 equipos de 4 personas. Cada equipo formara una fila. Cada equipo tendrá delante 5 aros que formarán un zigzag (similar a los aros olímpicos, pero sin montarse unos sobre otros). El primer relevista, saldrá corriendo, saltara lateralmente a pies juntos de un aro a otro, correrá hasta el cono del fondo y repetirá los saltos a la vuelta, chocara la mano para que salga el siguiente.</p> <p>Relevos cuña: manteniendo los mismos equipos y estructura, esta vez se colocará a unos 30m de la salida una cuña enfrente de cada equipo. El primer relevista saldrá corriendo y al llegar a la cuña dará 10 saltos laterales y volverá corriendo a chocar la mano del siguiente.</p>
<p>3. COMPETICIÓN</p>	<p>15'</p>	<p>Salto lateral cuña: el alumno realizará saltos continuos a pies juntos a un lado y otro de la cuña (20 cm de altura aprox) durante 20 segundos. Se anota el número de saltos realizados. Si se derriba o desplaza la cuña el alumno deberá volver a colocarla y continuar saltando. Varios alumnos harán de jueces y ayudarán a contar los saltos.</p>
<p>ASEO PERSONAL</p>	<p>5'</p>	<p>Vestuario</p>


UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

Nº SESIÓN: 5 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º		SALTO LONGITUD DE PARADO 	MATERIAL: Conos Silbato Rúbrica longitud 2 colchonetas 16 esterillas
CONTENIDOS: Impulso, vuelo y caída			
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN	
1. CALENTAMIENTO	5'	Trotar por el espacio saltando los obstáculos (bloques gomaespuma, esterillas, conos, vallas...) A la voz de uno, saltar en el aire y dar una palmada, a la voz de dos agacharse y chocar las manos con el suelo.	
2. PARTE PRINCIPAL	35'	<p>Pepes y Pepas: (explicado en la sesión 1) Desplazamientos con saltos a pies juntos y a la pata coja.</p> <p>¡Cuidado cocodrilos! Juego tradicional del gavilán, pero el que la paga es el cocodrilo y tiene un espacio de 1m de ancho (el río) que el resto de niños deberá saltar a pies juntos sin ser pillados.</p> <p>Relevos saltarines: se realizarán 4 equipos y se colocarán en filas. Se colocarán para cada equipo 4 esterillas de 80cm de ancho aprox. separadas entre ellas a 1m. El primer relevista saldrá corriendo, al llegar a la zona de esterillas deberá saltar las 4 a pies juntos, correrá hasta el cono del fondo donde dará la vuelta y repetirá los saltos, chocará la mano del siguiente relevista.</p>	
3. COMPETICIÓN	15'	Salto de longitud de parado: se colocarán los alumnos en grupos de 4 tras la línea de salida. Los 4 realizarán un salto a pies juntos intentando llegar lo mas lejos posible. Se colocarán conos de colores cada 25cm (0.50m/0,75m/1m/1,25m/1.50m) para motivar.	
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario	

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

<p>Nº SESIÓN: 6 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º</p>	<p>LANZAMIENTO DORSAL</p> 	<p>MATERIAL:</p> <p>Conos Silbato Rúbrica dorsal</p>
<p>CONTENIDOS:</p> <p>Lanzamiento balón dorsal</p>		
<p>FASES</p>	<p>TIEMPO</p>	<p>DESARROLLO DE LA SESIÓN</p>
<p>1. CALENTAMIENTO</p>	<p>5'</p>	<p>El tren loco: se formarán 2 filas de 10 alumnos, se colocarán uno detrás de otro mirando hacia el mismo sentido. El primero de cada fila tendrá un balón de 1kg que tendrá que pasar a su compañero de atrás por encima de su cabeza, el siguiente lo pasará al de detrás por debajo y así sucesivamente (arriba, abajo, arriba abajo...) Una vez se haya pasado el balón hay que correr y colocarse el ultimo de la fila.</p>
<p>2. PARTE PRINCIPAL</p>	<p>35'</p>	<p>El río: se colocan 2 bancos que simulen un río a unos 2m de distancia de la línea de lanzamiento. Se formarán parejas, cada miembro de la pareja permanecerá a un lado del río tras su respectiva línea de lanzamiento. Tienen que pasarse el balón y lograr superar el río para enviárselo a su compañero.</p> <p>Relevos: se formarán 4 equipos que se colocarán en filas. El primero realizará un lanzamiento dorsal y chocará la mano del siguiente, el segundo saldrá corriendo hasta su balón, lo lanzará dorsalmente y volverá a la salida a chocar la mano... Se repetirá hasta que los alumnos consigan llevar el balón hasta el otro lado del campo y volver.</p>
<p>3. COMPETICIÓN</p>	<p>15'</p>	<p>Lanzamiento dorsal: se colocarán los alumnos en grupos de 4 tras la línea de lanzamiento. Los 4 realizaran un lanzamiento dorsal con balón de 1kg intentando llegar lo más lejos posible. Se colocarán conos de colores cada 0.5m (0.5m/1m/1.5m/2m/2.5m) para motivar.</p>
<p>ASEO PERSONAL</p>	<p>5'</p>	<p>Vestuario</p>

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

<p>Nº SESIÓN: 7 DURACIÓN: 60' CURSO: 1º</p>	<p>LANZAMIENTO JABALINA</p> 	<p>MATERIAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> Conos y silbato Rúbrica jabalina Cinta aislante 10 aros de distintos tamaños Red de vóley o goma 10 jabalinas gomaespuma 20 balones gomaespuma
<p>CONTENIDOS:</p> <p>Determinación del brazo lanzador</p> <p>Lanzamiento jabalina gomaespuma</p>		
FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
<p>1. CALENTAMIENTO</p>	<p>5'</p>	<p>Achicar el campo. Se divide el campo por la mitad y cada equipo permanece en el suyo. Se distribuyen pelotas de gomaespuma por el espacio. A la voz de ya comienza el juego. Cada equipo tiene que lanzar al otro campo sus pelotas para que pasados 5 minutos tengan menor número de pelotas que el equipo contrario</p>
<p>2. PARTE PRINCIPAL</p>	<p>35'</p>	<p>En el blanco: se formarán 2 grupos de 10. Se colocarán en la pared exterior del pabellón pegados con cinta 10 aros de distintos tamaños y colores con el objetivo de introducir la jabalina. A unos 7m de distancia de la pared colocaremos la línea de lanzamiento. Primero lanzarán a la vez los 10 primeros niños y los otros 10 recogerán el artefacto para lanzar. Los aros tendrán diferentes puntuaciones en función del tamaño.</p> <p>Paloma mensajera: se coloca la red de vóley aproximadamente a 1.50m de alto y a unos 2m de distancia de la línea de lanzamiento. Se formarán parejas, cada miembro de la pareja permanecerá a un lado de la red tras su respectiva línea de lanzamiento. Tienen que pasarse la jabalina de gomaespuma y lograr superar la red para enviársela a su compañero. La red obliga a elevar el lanzamiento.</p>
<p>3. COMPETICIÓN</p>	<p>15'</p>	<p>Lanzamiento jabalina: se colocarán los alumnos en grupos de 4 tras la línea de lanzamiento. Los 4 realizaran un lanzamiento intentando llegar lo más lejos posible. Se colocarán conos de colores cada 5m (5m/10m/15m/20m/25m) para motivar.</p>
<p>ASEO PERSONAL</p>	<p>5'</p>	<p>Vestuario</p>

UNIDAD DIDÁCTICA: EL ATLETA COMPLETO

Nº SESIÓN: 8

DURACIÓN: 60'

CURSO: 1º

GRAN PRIX



MATERIAL:

- Conos y silbato
- 2 colchonetas
- 6 bancos suecos
- 12 vallas
- Picas y ladrillos

CONTENIDOS:

FASES	TIEMPO	DESARROLLO DE LA SESIÓN
1. CALENTAMIENTO	5'	Trotar por el espacio y saltando o pasando por debajo de los distintos obstáculos (colchonetas, aros, bancos, vallas, puentes de picas...). La profesora ira diciendo grupos de 2, 3, 4, 5... y los alumnos deberán agruparse con sus compañeros
2. GRAN PRIX	40'	Competición Gran Prix por equipos. Se realizarán 4 equipos de 5 personas y se realizarán 5 series en las que en cada una de ellas participara un miembro de cada equipo. El primero de cada serie recibirá 5 puntos, el segundo 4, el tercero 3... para su equipo. El circuito gran Prix tendrá un recorrido de unos 120m. Salida con un tramo liso, voltereta hacia delante en colchoneta, pasar bajo el puente (0.75cm), saltar 2 vallas, hacer un zigzag entre bancos, saltar de aro en aro, pasar bajo puente, saltar 2 vallas y tramo liso final.
AUTOEVALUACIÓN	10'	
ASEO PERSONAL	5'	Vestuario




EVALUACIÓN (2° Primaria)

Los contenidos de las unidades didácticas de segundo de primaria (modelo ludotécnico y educación deportiva) van a ser evaluados a través de estándares de aprendizaje.

BLOQUE 1: Acciones motrices individuales

Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Comprende y resuelve acciones motrices individuales con la ayuda docente (por ejemplo, desplazamientos, saltos, giros equilibrios, o combinación de ellos) de forma coordinada y equilibrada, ajustando los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de la actividad.

A partir de este estándar general, se van a concretar los siguientes estándares específicos.

ESTÁNDARES A EVALUAR		INDICADORES DE LOGRO		
		 0.4	 0.2	 0
80%	BLOQUE 1 Acciones motrices individuales			
20%	CARRERA VELOCIDAD			
	Est.V1. Realiza la posición de salida correctamente.	Coloca una pierna delante de la otra y el brazo contrario adelantado.	Coloca una pierna delante de la otra, pero adelanta el mismo brazo.	Coloca las dos piernas juntas.
	Est. V2. Reacciona con velocidad ante un estímulo auditivo o visual.	Reacciona con velocidad ante un estímulo auditivo o visual.	Le cuesta reaccionar con velocidad ante un estímulo auditivo o visual.	Reacciona muy tarde ante un estímulo auditivo o visual.
	Est. V3. Acelera progresivamente hasta alcanzar su velocidad punta.	Acelera progresivamente hasta alcanzar su velocidad punta	Acelera progresivamente pero no alcanza su velocidad punta	No se refleja una fase de aceleración
	Est. V4. Mantiene la velocidad	Es capaz de mantener la velocidad	Su mantenimiento de la velocidad es muy breve.	No mantiene la velocidad
	Est. V5. Finaliza la carrera con velocidad.	Finaliza la carrera con velocidad.	Se frena antes de llegar a meta	Llega a meta andando
20%	CARRERA VALLAS			
	Est. Va1. Acelera cuando se aproxima a la valla.	Acelera cuando se aproxima a la valla.	Mantiene la misma velocidad cuando se aproxima a la valla	Se frena cuando se aproxima a la valla

	Est. Va2. Mantiene un ritmo de carrera entre vallas.	Siempre mantiene un ritmo de carrera entre vallas.	A veces mantiene un ritmo de carrera entre vallas.	Su ritmo siempre es muy irregular
	Est. Va3. Ataca la valla por la parte central.	Siempre	A veces	Nunca
	Est. Va4. Ataca la valla desde lejos	Ataca la valla desde lejos y con seguridad	Le cuesta atacar la valla desde lejos	Nunca ataca la valla desde lejos
	Est. Va5. Es capaz de atacar la valla con ambas piernas.	Es capaz de atacar la valla con ambas piernas manteniendo el ritmo	Es capaz de atacar la valla con ambas piernas haciendo pasitos previos	Solo es capaz de atacar la valla con la pierna dominante
20%	SALTO LONGITUD			
	Est L1. Ajusta la carrera tomando como referencia un límite.	Ajusta la carrera tomando como referencia un límite.	Bate muy lejos del límite marcado	Bate una vez pasado el límite marcado
	Est L2. La batida es efectiva	La batida es efectiva y le permite impulsarse	La batida es un paso más de la carrera	La batida es muy débil
	Est L3. Se ayuda de los brazos en la fase de vuelo	Siempre	A veces	Nunca
	Est L4. Agrupa su cuerpo elevando las piernas en la fase de vuelo.	Siempre	A veces	Nunca
	Est L5. Caer sobre la colchoneta apoyando las nalgas y manteniendo las manos adelantadas.	Caer sobre la colchoneta apoyando las nalgas y manteniendo las manos adelantadas.	Caer sobre la colchoneta apoyando las nalgas, pero apoya las manos tras su cuerpo	Caer de pie sobre la colchoneta
20%	LANZAMIENTO JABALINA			
	Est J1. Lanza con ambos pies apoyados en el suelo.	Lanza con ambos pies apoyados en el suelo.	Lanza con un solo pie apoyado en el suelo	Lanza en el aire
	Est J2. Mantiene el brazo del lanzamiento extendido.	Siempre	A veces	Nunca
	Est J3. Lanza con suficiente altura (realiza una parábola).	Lanza con suficiente altura (realiza una parábola).	Lanza excesivamente alto	Lanza excesivamente bajo
	Est J4. Realiza una carrera de impulso lateral efectiva.	Realiza una carrera de impulso lateral efectiva.	Realiza una carrera de impulso lateral pero no efectiva.	No es capaz de realizar una carrera lateral
	Est J5. Encadena la carrera lateral con el lanzamiento.	Encadena la carrera lateral con el lanzamiento.	Presenta dificultades para Encadenar la carrera lateral con el lanzamiento.	No es capaz de encadenar la carrera lateral con el lanzamiento.
20%	BLOQUE 6 Gestión de la vida activa y valores			
	Est.EF.6.7.1. Est.EF.6.7.2. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz presentes en su clase, en especial en el aprendizaje de nuevas habilidades	Nunca	A veces	Siempre

Acepta y respeta las normas de los juegos	Nunca	A veces	Siempre
Muestra interés por participar en todas las tareas y valora su esfuerzo personal	Nunca	A veces	Siempre
Utiliza el diálogo y las normas básicas de comunicación social para solucionar conflictos.	Nunca	A veces	Siempre
Adquiere hábitos de cuidado e higiene personal.	Nunca	A veces	Siempre




EVALUACIÓN (1º Primaria)

Los contenidos de la unidad didáctica de primero de primaria (modelo jugando al atletismo) van a ser evaluados a través de estándares de aprendizaje.

BLOQUE 1: Acciones motrices individuales

Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Realiza e identifica acciones motrices individuales (por ejemplo, desplazamientos, saltos, giros equilibrios) para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones planteadas en clase.

A partir de este estándar general, se van a concretar los siguientes estándares específicos.

ESTÁNDARES A EVALUAR		INDICADORES DE LOGRO		
		 0.4	 0.2	 0
80%	BLOQUE 1 Acciones motrices individuales			
20%	CARRERA VELOCIDAD			
	Est. V1. Realiza la posición de salida correctamente.	Coloca una pierna delante de la otra y el brazo contrario adelantado.	Coloca una pierna delante de la otra, pero adelanta el mismo brazo.	Coloca las dos piernas juntas.
	Est. V2. Reacciona con velocidad ante un estímulo auditivo o visual.	Reacciona con velocidad ante un estímulo auditivo o visual.	Le cuesta reaccionar con velocidad ante un estímulo auditivo o visual.	Reacciona muy tarde ante un estímulo auditivo o visual.
	Est. V3. Acelera progresivamente hasta alcanzar su velocidad punta.	Acelera progresivamente hasta alcanzar su velocidad punta	Acelera progresivamente pero no alcanza su velocidad punta	No se refleja una fase de aceleración
	Est. V4. Mantiene la velocidad	Es capaz de mantener la velocidad	Su mantenimiento de la velocidad es muy breve.	No mantiene la velocidad
	Est. V5. Finaliza la carrera con velocidad.	Finaliza la carrera con velocidad.	Se frena antes de llegar a meta	Llega a meta andando
20%	CARRERA CON OBSTÁCULOS			
	Est. Ob1. Acelera cuando se aproxima a la valla.	Acelera cuando se aproxima a la valla.	Mantiene la misma velocidad cuando se aproxima a la valla	Se frena cuando se aproxima a la valla
	Est. Ob2. Mantiene un ritmo de carrera entre vallas.	Siempre mantiene un ritmo de carrera entre vallas.	A veces mantiene un ritmo de carrera entre vallas.	Su ritmo siempre es muy irregular
	Est. Ob3. Ataca la valla por la parte central.	Siempre	A veces	Nunca
	Est. Ob4. Ataca la valla desde lejos	Ataca la valla desde lejos y con seguridad	Le cuesta atacar la valla desde lejos	Nunca ataca la valla desde lejos
	Est. Ob5. Es capaz de atacar la valla con ambas piernas.	Es capaz de atacar la valla con ambas piernas manteniendo el ritmo	Es capaz de atacar la valla con ambas piernas haciendo pasitos previos	Solo es capaz de atacar la valla con la pierna dominante
20%	SALTOS PIES JUNTOS/ CUÑA			
	Est S.1 Toma impulso previo al salto a pies juntos	Siempre	A veces	Nunca
	Est. S.2 Se ayuda de los brazos en la fase de vuelo	Siempre	A veces	Nunca
	Est S.3. Agrupa su cuerpo elevando las piernas en la fase de vuelo.	Siempre	A veces	Nunca

	Est S.4 Mantiene un ritmo constante de saltos sobre la cuña.	Siempre	A veces	Nunca
	Est S.5 Es capaz de saltar sobre la cuña sin rebotes.	Siempre	A veces	Nunca
20%	LANZAMIENTOS DORSAL/ JABALINA			
	Est J1. Lanza con ambos pies apoyados en el suelo (jabalina)	Lanza con ambos pies apoyados en el suelo.	Lanza con un solo pie apoyado en el suelo	Lanza en el aire
	Est J2. Mantiene el brazo del lanzamiento extendido (jabalina)	Siempre	A veces	Nunca
	Est J3. Lanza con suficiente altura (realiza una parábola)	Lanza con suficiente altura (realiza una parábola).	Lanza excesivamente alto	Lanza excesivamente bajo
	Est J4. Se ayuda de las piernas para hacer el lanzamiento dorsal.	Siempre	A veces	Nunca
	Est J5. Mantiene la extensión de brazos hasta el final del lanzamiento.	Siempre	A veces	Nunca
20%	BLOQUE 6 Gestión de la vida activa y valores			
	Est.EF.6.7.1. Est.EF.6.7.2. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz presentes en su clase, en especial en el aprendizaje de nuevas habilidades	Nunca	A veces	Siempre
	Acepta y respeta las normas de los juegos	Nunca	A veces	Siempre
	Muestra interés por participar en todas las tareas y valora su esfuerzo personal	Nunca	A veces	Siempre
	Utiliza el diálogo y las normas básicas de comunicación social para solucionar conflictos.	Nunca	A veces	Siempre
	Adquiere hábitos de cuidado e higiene personal.	Nunca	A veces	Siempre

6.RESULTADOS

A partir del diseño de 3 proyectos de aprendizaje que integran el contenido del atletismo desde tres modelos pedagógicos con la intención de dar un cambio en la inclusión del atletismo en las escuelas a favor de un tratamiento educativo y pedagógico de este deporte, los resultados que se esperan encontrar son en relación al alumnado y al profesorado.

6.1 RESULTADOS A NIVEL DEL ALUMNADO EN FUNCIÓN DEL MODELO QUE SE TRABAJARÁ CON CADA GRUPO.

Modelo ludotécnico: este modelo se trabajará con la clase de 2ºB, un grupo bastante conflictivo y poco unido. Tomando como referencia los resultados de estudios previos del modelo ludotécnico, la gran ventaja que posee este enfoque es la existencia de un incremento significativo en el tiempo de compromiso motor respecto al enfoque tradicional, lo que repercute en una disminución del riesgo de problemas de disciplina, por lo que podría favorecer la reducción de disputas y conflictos en este grupo.

Además, un mayor tiempo de practica de la actividad física por parte del niño, puede incidir positivamente en la creación de hábitos perdurables de práctica deportiva, perfilándose como un enfoque de iniciación al atletismo mucho más en sintonía con los principios pedagógicos y con las finalidades que persigue la educación física en la educación primaria (Valero, Conde, Delgado y Conde, 2006 p.38)

Modelo de educación deportiva: este modelo se trabajará con la clase de 2ºA ya que su mejor comportamiento y relaciones interpersonales favorecerán el trabajo en equipo y la asignación y cumplimiento de los roles. Se van a tomar como referencia los resultados del estudio realizado por Calderón et al. (2010) que tras desarrollar una unidad didáctica bajo los criterios de educación deportiva con niños de 3º de primaria y analizar sus dibujos, confirma que la práctica por equipos diferenciados, sin control directo del profesor, y con roles establecidos para cada uno de los miembros del equipo, hace que pueda incrementarse el sentimiento de autonomía y colaboración entre los alumnos, aspecto que también indica Siedentop et al. (2004; p.7-8). Los resultados sobre la percepción de competencia y de cultura deportiva muestran que se producen mejoras

sobre todo en alumnos con nivel de habilidad bajo en el proceso de toma de decisiones y en el nivel de ejecución técnica (Calderón et al. 2010, p.178)

Se confirma que la educación deportiva tiene un efecto positivo como modelo curricular de enseñanza en alumnos de primaria, ya que mejora su nivel de percepción de competencia, de cultura deportiva y de entusiasmo. Aspectos que pueden incrementar su motivación por la práctica deportiva extraescolar (Calderón et a. 2010 p.179)

Modelo jugando al atletismo: puesto que es el modelo que menor trabajo cognitivo implica, se trabajará con la clase de 1ºA ya que son los más pequeños. Al ser un modelo creado para la competición y la captación de niños al mundo del atletismo es sobre el que menos estudios encontramos en el contexto de educación física. Por dicha razón, se presentan unos hipotéticos resultados basados en las características del modelo y del grupo clase.

Creo que, a través de este modelo, los alumnos de primero trabajarán y desarrollarán más sus habilidades motrices básicas que con otros. Las pruebas que presenta este modelo, requieren un menor encadenamiento de acciones técnicas que las pruebas habituales del atletismo por lo que no es necesario tener una gran habilidad motriz para obtener buenos resultados. Sentirse competente funciona como refuerzo positivo para seguir practicando.

La estructura de práctica y competición, favorece un elevado tiempo de práctica y por lo tanto un mayor número de oportunidades de repetición del gesto. Además, no hay que olvidar que los alumnos practican y compiten por equipos, por lo que, además de animarse entre ellos aprenden a través de la observación e imitación de otros compañeros.

6.2 RESULTADOS A NIVEL DEL PROFESORADO

A nivel de docencia, estas metodologías nos ayudan a trabajar los contenidos de las actividades físicas individuales de una forma grupal y cooperativa, fomentando las relaciones interpersonales. Al mismo tiempo, favorece una mayor inclusión y tiempo de práctica del alumnado independientemente de su nivel de competencia motriz.

Además, con la realización de este proyecto se aportará a la tutora de educación física y al centro una experiencia de cómo llevar a cabo 3 metodologías diferentes para la enseñanza del atletismo. Estos modelos pedagógicos también podrán trasladarse en un futuro a otro tipo de contenidos (actividades físicas colectivas, medio natural, expresión, etc.)

Siguiendo a Valero (2006) estas metodologías presentan una estructura de sesión definida que determina cual ha de ser el comportamiento del maestro durante la intervención, hecho que facilita la puesta en práctica de los modelos.

En el estudio realizado por Calderón et al. (2010) el docente que llevo a cabo la unidad didáctica basada en educación deportiva manifestó un sentimiento de renovación tras la aplicación del modelo, que le impulso a mejorar su formación continua y ciertos aspectos de su formación docente. Además, coincidiendo con Sinelnikov (2009), indicó que uno de los aspectos que más dificultades le había supuesto fue la planificación y puesta en marcha del modelo, por lo que una formación práctica previa hubiese mejorado en parte su intervención. Parece adecuado en este sentido un cambio en las metodologías de enseñanza que utilizan los profesores para poder estimular este tipo de comportamientos, que pueden mejorar la calidad de sus intervenciones docentes y por ende la motivación por la práctica de los alumnos independientemente del nivel educativo. El profesor indicó en relación a su percepción del conocimiento del deporte y el nivel de competencia de los alumnos, que hubo grandes mejoras, y no hubo ningún sentimiento de aburrimiento y monotonía entre los alumnos, corroborando el trabajo de Hastie y Sinelkinov (2006) citado por Calderón et al. (2010 p.177).

7. CONCLUSIONES

A través de este proyecto me he informado sobre las distintas perspectivas de la iniciación deportiva y he indagado acerca de los modelos pedagógicos de educación física más utilizados durante el siglo XX. He estudiado como estos han ido evolucionando desde aquellos más tradicionales y centrados en la técnica al surgimiento en Europa de nuevas propuestas teóricas y prácticas centradas en aspectos más tácticos.

He ampliado mi formación, profundizando en la literatura de tres modelos pedagógicos: modelo ludotécnico, educación deportiva y jugando al atletismo, siendo capaz de buscar bibliografía y seleccionar y procesar aquella información que más se ajusta a mis necesidades.

También, he llevado a cabo el diseño de tres proyectos de aprendizaje basados en dichos modelos pedagógicos. En ellos, he abordado contenidos de atletismo adaptándolos a un contexto real, como son mis grupos clase de prácticas, cumpliendo así con el principal objetivo del trabajo.

En cuanto a las limitaciones, este proyecto está diseñado para desarrollarse en un único centro de Zaragoza, con un contexto determinado y un número reducido de alumnos, ya que, como alumna de prácticas no tengo acceso a una muestra mayor ni a otros centros educativos.

Además, uno de los objetivos a lograr, era llevar a cabo las distintas intervenciones y sus correspondientes recogidas y análisis de datos con cada grupo. Al no poder realizar dichas intervenciones a causa del Covid-19, este proyecto recoge un diseño para una futura intervención y estudio.

Otra perspectiva de futuro que surge a raíz de este proyecto es llevar a cabo una intervención con contenidos de atletismo a través de modelos pedagógicos en otro contexto socio-económico para poder estudiar así la influencia del contexto.

También, pueden llevarse a cabo futuros proyectos basados en modelos pedagógicos trabajando otro tipo de contenidos de educación física como actividades colectivas, actividades en el medio natural, expresión corporal, etc.

Pese a no poder haber alcanzado todos los objetivos, estoy satisfecha con el trabajo realizado, ya que, he descubierto y me he formado en nuevos modelos pedagógicos que no conocía y que, ahora, voy a poder aplicar en mis futuras clases de educación física. Gracias a las características de estos modelos podré enriquecer mis programaciones y llegar a un mayor número de alumnos.

Estos nuevos conocimientos no solo son aplicables al área de educación física, sino que, en los entrenamientos de atletismo, sin dejar de lado la técnica, también los pondré en marcha para favorecer aspectos como las relaciones interpersonales en un deporte individual, el entusiasmo, la autonomía o la percepción de competencia motriz.

Además, tras la realización de este proyecto, otorgo mayor importancia a la formación continua del profesorado. Para trabajar a través de nuevos modelos pedagógicos y estar actualizado de las nuevas tendencias, considero fundamental hacer uso de la literatura pasada y presente y recibir una buena formación que enriquezca y facilite el diseño y desarrollo de las programaciones e intervenciones.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Calderón, A., Hatie, P.A. & Martínez de Ojeada, D. (2011). El modelo de educación deportiva (sport education model) ¿Metodología de enseñanza del nuevo milenio? *Revista española de educación física y deportes*, núm.395, pp.63-79.
- Calderón, A., Hatie, P.A. & Martínez de Ojeada, D. (2010). Aprendiendo a enseñar mediante el modelo de Educación Deportiva (Sport Education Model) Experiencia inicial en educación primaria. *Cultura Ciencia y Deporte*, vol. 5, núm. 15, pp. 169-180.
- Casey, A. (2016). Models-Based Practice. In C.D. Ennis (ed.). *Handbook of Physical Education Pedagogy* (chapter 6). London: Routledge.
- Contreras, O.R. (1998) Didáctica de la educación física. Un enfoque constructivista. Barcelona: Inde.
- Devís J. y Sánchez, R. (1996). La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales. Aprendizaje deportivo. Universidad de Murcia.

- De la Torre, E (1998). Los deportes de equipo en la escuela: hacia un modelo de enseñanza más coherente. *ASKESIS*. Núm. 4.
- Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela, D., Pérez-Pueyo, A. & Aznar, M. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, núm. 413, pp. 55-75.
- García, J. Durán, J. & Sainz, A. (2004) Jugando al atletismo. Guía y pautas de referencia para realizar competiciones alternativas de atletismo en las categorías infantil (12 y 13 años), alevín (10 y 11 años), benjamín (8 y 9 años) y edades anteriores según nuevo concepto y formato de competiciones. Real Federación Española de Atletismo.
- Gómez, A., Calderón, A. & Valero, A. (2014) Análisis comparativo de diferentes modelos de enseñanza para la iniciación al atletismo. *Ágora para la educación física y el deporte*, núm. 16, pp. 104-121.
- Izquierdo, E. (2013) El modelo ludotécnico en la iniciación deportiva escolar. programación de una unidad didáctica de relevos en atletismo. Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE). Boletín Oficial del Estado, 10 de diciembre de 2013.
- López V.M. (2017). ¿Qué significa programar por “dominios de acción motriz” y qué ventajas tiene para el profesorado de Educación física? *Revista Digital de Educación Física*. Núm. 44, pp. 5 -10.
- Martin, G. (2018). El atletismo en la educación física en primaria. Propuesta con modelo ludotécnico. Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid.
- Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejería de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Publicada en Boletín Oficial del Estado de 20 de junio de 2014.
- Orden ECD 850/2016, de 29 de julio, por la que se modifica la Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. Publicada en Boletín Oficial del Estado, 12 de agosto de 2016.
- Rodríguez, J.J., (2010). La iniciación deportiva en el contexto escolar: análisis de los modelos de enseñanza. *EF Deportes revista digital*, núm. 142, marzo.
- Servil, J., García, L., Abós, A. (2019). Los modelos pedagógicos en Educación Física. Fundamentos de diseño institucional y metodologías de aprendizaje en

la especialidad de Educación Física. *Mater en profesorado E.S.O., bachillerato, F.P. y enseñanzas de idiomas, artísticas y deportivas.*

- Siedentop, D. (1994) Sport Education: Quality PE through positive sport experiences. *Champaign, IL: Human Kinetic.*
- Siedentop, D., Hastie, P. A. y van der Mars, H. (2004). Complete Guide to Sport Education. *Champaign, IL: Human Kinetics.*
- Siedentop, D., Hatie, P.A & Van Der Mars, H. (2011) Completa Guide to Sport Education. *Champaign, IL: Human Kinetic.*
- Valero, A., & Conde, J. L. (2003). La iniciación al atletismo a través de los juegos (el enfoque Ludotécnico en el aprendizaje de las disciplinas atléticas). *Málaga: Aljibe.*
- Valero, A. (2004). Situación actual de la metodología en la iniciación deportiva al atletismo. *Revista de Educación Física.* Núm. 94, 13-20. 27.
- Valero, A., Conde, A., Delgado, M., Conde, J.L. (2005). Comparación de los enfoques Tradicional y Ludotécnico sobre la eficacia y la mejora Técnica en el Atletismo. *European Journal of Human Movement.* Núm 14, pp. 119-133.
- Valero, A. (2006a). La iniciación al deporte del atletismo: del modelo tradicional a los nuevos enfoques metodológicos. *Kronos. La revista científica de la actividad física y deporte,* núm. 9, pp.34-44.
- Valero, A. (2006b). Las propuestas Ludotécnicas: una herramienta metodológica útil para la iniciación deportiva al atletismo en primaria. *Revista retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación,* núm10, pp. 42-49.
- Valero Valenzuela, A., Conde Sánchez, A., Delgado Fernández, M., & Conde Caveda, J. L (2006). Incidencia de los enfoques de enseñanza tradicional y ludotécnico sobre las variables de enseñanza-aprendizaje en la iniciación al atletismo. *Revista Apunts. Educación física y deportes,* núm. 84, pp. 32-38

9. ANEXOS

ANEXO 1: Diario de la profesora (elaboración propia)

DIARIO PROFESORA				
Grupo:	Modelo:	Nº Sesión:	Fecha:	
1. CARACTERÍSTICAS DEL MODELO				
ED. DEPORTIVA		LUDOTÉCNICO		JUGANDO AL ATLETISMO
	Afiliación (equipos)		Explicación de la prueba	Materiales atractivos
	Cumplimiento de roles		Propuesta de desafío	Formación de equipos
	Registro de resultados		Propuestas ludotécnicas	Apoyo y animación al equipo
	Práctica dirigida		Alto tiempo de práctica	Desarrollo HMB
	Práctica autónoma		Ejecución técnica	Alto tiempo de práctica
	Competición		Propuestas Globales	Competición por equipos
	Evento final		Reflexión común	Relevos
	Reconocimientos y premios		Resolución desafío	Evento final competición
2. REGISTRO ANECDÓTICO: material, tiempos, espacios, contenidos, agrupaciones...				
3. TIEMPO DE PRÁCTICA (juegos de atletismo)				
Recreo		SI		NO
Extraescolar		SI		NO
4. EXPERIENCIAS POSITIVAS/NEGATIVAS (para una futura aplicación)				

ANEXO 2: Ficha para la elaboración de los dibujos (elaboración propia)

NOMBRE: _____ EDAD: _____ CURSO: _____ FECHA: _____

1. Escribe 4 IDEAS que pasan por tu cabeza al pensar en EDUCACIÓN FÍSICA.



2. ¿Qué es para ti la EDUCACIÓN FÍSICA? Haz un DIBUJO.

A large, empty rounded rectangular box with a blue border, intended for the student to draw their response to the question.

3. EXPLICA tu dibujo.
