



Trabajo Fin de Máster

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE
TERCERO DE LA E.S.O.**

**Máster Universitario en Formación del Profesorado de
E.S.O., Bachillerato, F.P. y Enseñanza de Idiomas.
Especialidad en Educación Física.**

**Presentado por:
D. Julián García García**

**Dirigido por:
Dr./D. David Valadés**

Alcalá de Henares, a 30 de junio de 2023

Índice

1	Introducción.....	5
1.1	Intenciones educativas.....	5
1.2	Demanda social respecto de los objetivos y competencias a obtener por los alumnos.	5
1.3	La lógica curricular o análisis general de los contenidos de la materia.	6
2	Marco legal.....	8
3	Contextualización.....	9
3.1	El contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente.	9
3.2	Características del alumnado.....	10
3.3	Trayectoria del centro educativo.....	12
4	Objetivos de Etapa.....	12
5	Competencias Clave y Perfil de Salida.....	13
6	Competencias Específicas.....	14
7	Saberes básicos / Contenidos.....	15
8	Situaciones de Aprendizaje y temporalización.....	18
8.1	Situaciones de Aprendizaje.....	18
8.2	Secuenciación y temporalización de las Situaciones de Aprendizaje.....	37
8.2.1	Justificación de secuenciación, número de sesiones y ubicación.....	39
9	Métodos Pedagógicos.....	40
9.1	El rol del Alumnado en las clases.....	45
10	Recursos Didácticos.....	45
11	Evaluación.....	47
11.1	Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.....	49
11.1.1	Criterios de Evaluación.....	50
11.1.2	Procedimientos de Evaluación del Aprendizaje e Instrumentos de Evaluación.....	50
11.1.3	Criterios de Calificación.....	51
11.2	Evaluación de la programación y de la práctica docente (López-Rodríguez (2013)).....	52
12	Elementos Transversales e Interdisciplinariedad.....	53
13	Atención a las diferencias individuales / a la Diversidad.....	54
13.1	Alumnado que no trae la ropa deportiva.....	54
13.2	Alumnado lesionado.....	55

13.3	Alumnado que se niega a la realización de la práctica deportiva.....	55
13.4	Alumno usuario de silla de ruedas	56
14	Innovación	56
15	Referencias	57
16	Anexos	61
16.1	Anexo 1: Situación de aprendizaje 4, “Infórmate, Cuídate y Socorre (Among Us)”.	61
16.1.1	Contexto	64
16.1.2	Justificación.....	64
16.1.3	Objetivos	67
16.1.4	Competencias Especificas	67
16.1.5	Contenidos.....	68
16.1.6	Metodología	69
16.1.7	Temporalización.....	73
16.1.8	Recursos	79
16.1.9	Evaluación y Calificación	81
16.1.10	Atención a la Diversidad.....	97
16.1.11	Sesiones.....	99
16.1.12	Referencias	103
16.2	Anexo 2: Objetivos de etapa	106
16.3	Anexo 3: Contenidos.....	109
16.4	Anexo 4: Resúmenes de las situaciones de aprendizaje.....	112
16.5	Anexo 5: Criterios de Evaluación	119
16.6	Anexo 6: Evaluación	121
16.6.1	Evaluación Preinteractiva.....	121
16.6.2	Evaluación Interactiva.....	128
16.7	Anexo 7: Atención a la Diversidad alumnado con TDAH	131

1 Introducción

La programación didáctica que se desarrolla a continuación se corresponde al año académico de 2022-2023, siendo dirigida para el curso académico de 3º de Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O.), en relación con la asignatura de Educación Física (E.F.). En esta programación se recogerán los elementos curriculares necesarios para el desarrollo de la práctica docente contextualizándola para el centro educativo López Vicuña en el barrio de Hellín, en el distrito de San Blas-Canillejas.

1.1 Intenciones educativas.

La intención educativa es en primer lugar permitir, ayudar, facilitar o guiar al alumnado en su proceso de aprendizaje, permitiendo así su desarrollo como persona preparándose así para su vida y para la convivencia en sociedad. Por otro lado, creo que la salud tiene una gran importancia y por lo tanto debe ser un gran pilar en el desarrollo de la E.F., ya que las acciones que hagan de pequeños pueden marcar su futuro generando diferentes sentimientos y emociones, permitiéndoles disfrutar o amar la actividad física o generando rechazo total a la actividad física, por esto yo entiendo la E.F. como movimiento, como actividad física que pueda atraer o enganchar al alumnado a la práctica de actividad física, sea cual sea, siendo desde un deporte en todas sus formas o la realización de cualquier actividad en al aire libre o en casa. Unido a lo anterior, creo que es importante que el alumnado desarrolle una actitud crítica frente a las diferentes actividades físicas, así como información relacionada con ella o sobre las diferentes problemáticas que existen en relación, desde enfermedades hasta el uso de sustancias dopantes.

Por otro lado, es importante llevar la actividad física ya no solo al alumnado, sino también llegar al entorno educativo, buscando generar un entorno más sano y más conciencia en la necesidad de la actividad física para tener una mejor salud.

Por último, es necesaria demostrar la utilidad de la tercera hora de la E.F., dando un buen uso de esta hora, planteando actividades, tareas o proyectos que mantengan al alumnado el mayor tiempo posible activos, dándoles herramientas para que puedan aprovechar ya no solo en el centro educativo, sino también en su tiempo libre. Algunas ideas que se podrían implementar son los descansos activos entre clases o durante las clases para aumentar la actividad del alumnado, por otro lado, se pueden plantear proyectos extraescolares donde el alumno y el entorno escolar puedan ser partícipes de estas actividades de forma gratuita, pago voluntario o un pago simbólico, pero con el fin de aumentar la actividad física y mejorar la salud en el entorno escolar.

1.2 Demanda social respecto de los objetivos y competencias a obtener por los alumnos.

Una de las principales demandas de la sociedad actual y que están muy relacionadas con la educación física es la salud, la salud según la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2014) “es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” y según el Aznar y Webster (2006) “es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad.” Por otro lado añaden que “es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo”, en estas definiciones podemos observar que a la salud se le atribuye el bienestar físico, mental y social,

es decir, estar sano en los tres ámbitos que recogen estas definiciones, pero si vamos más allá la salud es variable. Los profesionales de actividad física y del deporte desde la asignatura de Educación Física debemos cubrir la necesidad de hacer ver al alumnado que debe encontrarse lo más saludable posible en relación con estos tres ámbitos.

Desde otro punto de vista la sociedad actual y el alumnado demanda una aplicación directa de los conocimientos y habilidades que se plantean en las clases, por eso según Hargreaves, Earl y Ryan (1998) plantean tres problemas que se deben solucionar en nuestras clases: el problema de pertenencia, el problema de imaginación y el problema del desafío. Respondiendo a esta problemática del currículum, estaríamos atendiendo a las demandas de la sociedad actual.

1.3 La lógica curricular o análisis general de los contenidos de la materia.

Según el Decreto 65/2022 de 2022 se debe incidir en primer lugar en el “aprendizaje de los retos clave que comenzaron a atenderse en la etapa anterior”, es decir lo que el currículo pretende es que se continúe el aprendizaje tomando como punto de partida los aprendizajes de la etapa anterior y dando continuidad al trabajo de las etapas previas, especificando que este aprendizaje debe ser un reto para el alumnado, lo que hace pensar que ese aprendizaje debe desarrollarse mediante metodologías activas. Además, también nos especifica que se debe destacar, dar importancia y consolidar el estilo de vida activo y saludable, la creación de un conocimiento sobre su cuerpo, el disfrute y uso de las manifestaciones expresivas y culturales de carácter motriz, y la mejora del desarrollo de los procesos decisionales que intervienen en diferentes situaciones motrices para darles una resolución. Con esto se pretende que el alumnado se desarrolle en competencias tomando conciencia de su propio cuerpo, siendo conscientes de sus habilidades y destrezas, para así crecer. Por esta razón el Decreto 65/2022 de 2022 nos propone hacerlo mediante la salud, las habilidades artístico-expresivas y el uso de diferentes situaciones motrices, algo que se puede aplicar directamente en la vida diaria del alumnado, dando así un aprendizaje que les plantee un desafío, creativo y experiencial, lo que nos permitirá resolver los problemas del currículum según Hargreaves, Earl y Ryan (1996): El problema de pertenencia, el problema de imaginación y el problema del desafío.

Según el Decreto 65/2022 de 2022 los contenidos de la asignatura de E.F. se divide en seis bloques de contenidos: el bloque de “**Vida activa y saludable**” donde aborda la salud; el bloque de “**Organización y gestión de la actividad física**”, donde se aborda aspectos relacionados con la práctica física, desde la planificación, su puesta en práctica y la seguridad; el bloque de “**Resolución de problemas en situaciones motrices**” donde se trabajan aspectos relacionados con la toma de decisiones, el uso eficiente de la motricidad, y la creatividad motriz, los cuales se trabajaran en diferentes contextos como pueden ser en situaciones motrices individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición; en el bloque de “**Emociones y relaciones sociales**”, donde se trabajan aspectos relacionados con la regulación de la respuesta emocional en situaciones de actividad física y deportiva, y, el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones en las diferentes situaciones que se plantean; en el bloque de “**Manifestaciones de la cultura motriz**” donde se trabaja la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva y el deporte como manifestación cultural; y en último lugar, el bloque de “**Interacción eficiente y sostenible con el entorno**” relacionado con el medio natural y el urbano, formas de interaccionar con el medio que nos rodea.

Teniendo en cuenta el reciente cambio de ley, el alumnado de 3° de la E.S.O. tiene actualmente como referencia el Decreto 65/2022 de 2022, pero provienen de 2° de la E.S.O. de tener como referencia los contenidos del Decreto 48/2015 de 2015. A primera vista podemos ver una gran diferencia entre la organización de los contenidos ya que se pasa de 7 bloques de contenidos en el Decreto 48/2015 de 2015 a 6 bloques de contenidos en el Decreto 65/2022 de 2022, algo que podemos observar en la tabla 1. En la tabla 1, también podemos observar la relación que se establece entre los bloques de contenidos de segundo a tercero, teniendo en cuenta la diferencia de los documentos.

Tabla 1

Comparativa de contenidos de 2° de la Lomce a 3° de la Lomloe.

2° de la Lomce Bloque de Contenidos	3° E.S.O. Lomloe Bloque de Contenidos	Diferencias y comparativa
1.Actividades individuales en medio estable	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales	Se pasa de habilidades gimnásticas en 2° de la E.S.O. relacionadas con los saltos, giros, equilibrios y volteos a la resolución de problemas en situaciones motrices en 3° de la E.S.O. mediante el trabajo del esquema corporal, habilidades específicas y capacidades condicionales, que bien se pueden relacionar con el medio estable, relacionándose más específicamente con habilidades del atletismo. Además, también se relacionan con las emociones y las relaciones sociales, generando por lo tanto una evolución de lo que habían trabajado el curso anterior.
2.Actividades de adversario: lucha	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales	Se pasa de la lucha en 2° de la E.S.O. a la resolución de problemas en situaciones motrices y a las emociones y relaciones sociales en 3° de la E.S.O. mediante el trabajo del esquema corporal, habilidades específicas y capacidades condicionales, que bien se pueden relacionar con las actividades de adversario, pero aumentando la complejidad e introduciendo implementos en estas actividades como puede ser el bádminton. Se relaciona directamente con las emociones y las relaciones sociales generando una evolución de lo que habían trabajado el curso anterior, sobre todo desde el punto de vista del respeto al adversario y a las normas, experimentando diferentes situaciones adversas para así enfrentar y gestionar las emociones que surgen con la actividad.
3.Actividades de colaboración-oposición: fútbol	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales	Se pasa del fútbol en 2° de la E.S.O. a la resolución de problemas en situaciones motrices y a las emociones y relaciones sociales en 3° de la E.S.O. mediante el trabajo del esquema corporal, habilidades específicas y capacidades condicionales, que bien se pueden relacionar con las actividades de adversario, pero aumentando la complejidad e introduciendo habilidades más complejas como bien podrían ser las de baloncesto u otros juegos alternativos de invasión. Por otro lado, a pesar de en segundo no relacionarse con las emociones y las relaciones sociales, creo que importante introducirlo en este tipo de actividades, sobre todo desde el punto de vista del respeto al adversario y a las normas, experimentando diferentes situaciones adversas para así enfrentar y gestionar las emociones que surgen con la actividad, aceptando así los diferentes roles que existen en las actividades.
4.Actividades en medio estable: no estable:	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno D. Emociones y relaciones sociales	En 2° de la E.S.O. se trabaja habilidades de trepa y nudos mientras que en 3° de la E.S.O. se pasa a trabajar tanto en medio urbano como en el medio natural, desde el desplazamiento sostenible hasta la organización, gestión, respeto a las normas y consumo responsable en actividades en el medio urbano y natural. Siendo y generando situaciones muy propicias para generar interacciones entre el alumnado, teniendo que gestionar diferentes situaciones de forma autónoma y llegando a acuerdos.
5.Actividades artístico-	E. Manifestaciones de la cultura motriz.	En 2° de la E.S.O. se trabaja principalmente el acrosport, mientras que en 3° de la E.S.O. se pasa a trabajar con técnicas específicas de la expresión

expresivas: acrosport	D. Emociones y relaciones sociales	corporal, actividades rítmico-musicales, así como el deporte y género, y su papel en nuestra cultura actual. Esto se relaciona con el bloque de emociones, desde el punto de vista de la expresión, ya que cuando queremos transmitir algo tienen que ser capaces de acompañarlo con el cuerpo, para así poder transmitir dicha emoción.
6.Salud	A. Vida activa y saludable B. Organización y gestión de la actividad física	En 2º de la E.S.O. se trabaja la salud desde una forma más analítica para diferenciar buenas prácticas, conocer medidas preventivas y desde la higiene postural, mientras que en 3º de la E.S.O. se pasa a trabajar la salud, pero desde sus tres partes, la salud física, mental y social, unido junto aspectos de organización y gestión de la actividad física. En este contenido se da un gran salto, ya que pasa a tener más importancia la salud y muchos aspectos no están trabajados.
7.La respiración. Tipos y combinación de la respiración con la actividad física y con la relajación	A. Vida activa y saludable B. Organización y gestión de la actividad física	En 2º de la E.S.O. se trabaja respiración y sus tipos, así como la relajación, mientras que en 3º de la E.S.O. se pasa a trabajar la salud donde bien podría estar incluida la respiración y/o la relajación, que unidos junto aspectos de organización y gestión de la actividad física permite dar un salto a favor la salud y la práctica de actividad física. En este contenido ya no tiene un bloque específico, ya que pasa a tener más importancia la salud y la organización y gestión de la actividad física, pero si se incluye dentro de forma indirecta desde el cuidado del cuerpo o la educación postural

Como bien podemos observar en la tabla 1, los contenidos que se trabajan en la Lomloe según el Decreto 65/2022 de 2022, son más abiertos, permitiéndonos más libertad a la hora de trabajar las competencias, dándonos una amplia base y permitiéndonos el uso de contenidos parecidos para lograr alcanzar los objetivos de etapa. Además, podemos apreciar el cambio de los bloques de contenidos, donde ahora la salud y la gestión de la actividad física tienen una mayor importancia, así como las emociones. Por esta razón he elaborado esta tabla para conocer de donde se proviene y tener una referencia de donde debería partir el alumnado de 3º de la E.S.O, teniendo en cuenta el cambio de ley.

2 Marco legal

La programación didáctica que se va a desarrollar se ajusta a lo que dice la nueva *Ley Orgánica 3/2020 de 2020, la cual modifica a la Ley Orgánica 2/2006 de 2006*, o lo que viene a ser lo mismo, se modifica la ley orgánica de educación (LOE) convirtiéndola en la ley orgánica por la que se modifica la ley orgánica de educación (LOMLOE). Es en el *Real Decreto 217/2022 de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria*, donde se recogen las bases para el desarrollo de la programación didáctica, así como el *Decreto 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria*, siendo esto así porque la educación es competencia de las comunidades autónomas.

A su vez empleo la *Orden EFP/279/2022, de 4 de abril, por la que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en el ámbito de gestión del Ministerio de Educación y Formación Profesional*, y la *Orden 1210/2022, de 12 de mayo, del Consejero de Educación, Universidades, Ciencia y Portavoz del Gobierno, por la que se establece el calendario escolar para el curso 2022-2023 en los Centros Educativos No Universitarios Sostenidos con Fondos Públicos de la Comunidad de Madrid*, ya que nos ayudara a asentar y fundamentar las bases de la programación didáctica que nos acontece.

Por otro lado, creo necesario hacer referencia a los diferentes elementos curriculares que se recogen en el Real Decreto 217/2022 de 2022 en el Artículo 2:

- **Objetivos:** logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.
- **Competencias clave:** desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Las competencias clave aparecen recogidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica y son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.
- **Competencias específicas:** desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, el Perfil de salida del alumnado, y por otra, los saberes básicos de las materias o ámbitos y los criterios de evaluación.
- **Criterios de evaluación:** referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.
- **Saberes básicos:** conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de una materia o ámbito cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.
- **Situaciones de aprendizaje:** situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas.

En este punto se ha de hacer una aclaración, ya que según el Real Decreto 217/2022 de 2022 la terminología apropiada es “saberes básicos”, pero sin embargo en el Decreto 65/2022 de 2022 no se habla de saberes básicos en ningún momento, solo se habla con la terminología de “contenidos” a lo largo de todo el documento. Por lo que para el desarrollo de la programación didáctica se va a emplear la terminología de contenidos, puesto que el lugar de acción de la enseñanza es en la Comunidad de Madrid y la competencia en educación la tiene la Comunidad de Madrid, por esta razón empleo la terminología del Decreto 65/2022 de 2022, contenidos.

3 Contextualización

La programación didáctica de educación física se va a desarrollar en el centro educativo López Vicuña, concretamente en el curso de 3º de la E.S.O. Por lo que a continuación paso a desarrollar el contexto social, histórico, geográfico, el contexto del alumnado y la trayectoria del centro educativo.

3.1 El contexto social, histórico y geográfico en el que se realiza la acción docente.

El centro educativo donde se va a realizar la acción docente se encuentra ubicado en la Comunidad de Madrid, más concretamente en el distrito de San Blas – Canillejas.

Este distrito está conformado por los barrios de Simancas, Hellín, Aposta, Arcos, Rosas, Rejas, Canillejas y El Salvador, los cuales tienen una población total de 161.363 personas a noviembre de 2022 según el Banco de Datos de del Ayuntamiento de Madrid [BDAM], (s.f.). Según el BDAM (s.f.) el barrio de Hellín, barrio de ubicación del centro educativo, tiene una población total de 9557 personas, de las cuales 4384 son hombres y 5173 son mujeres, por lo tanto, siendo el 54,13% mujeres y el 45,87% hombres. Si observamos los datos que nos da el BDAM (s.f.) se puede observar que en este barrio el 19,39% son extranjeros frente al 80,61 que son españoles.

En el barrio de Hellín la tasa de desempleo es de 617 personas según el BDAM (s.f.) a abril de 2023, frente a las 7968 personas que se encuentran en situación de desempleo inscritas, lo que me hace pensar que la tasa de desempleo puede ser mayor. Según el BDAM (s.f.), a fecha de 2017, la renta media del barrio de Hellín era de 22.647,07 frente a la de 32.821,79 del distrito.

Tradicionalmente este barrio ha sufrido situaciones de desempleo y rentas más bajas, además debemos tener en cuenta que en esta zona la población se concentra entre los 20 años y los 75 años. Esta zona además ha destacado debido a la droga o la conflictividad, el analfabetismo, problemas sociales, bajo nivel económico y altos niveles de paro. A pesar de esto, en la actualidad el barrio ha ido evolucionando y mejorando desde el progreso de Avenida de Guadalajara, la eliminación de las chabolas, la construcción de nuevas viviendas, centros comerciales y múltiples zonas verdes. Actualmente el distrito está dotado de 3 bibliotecas públicas, 5 centros de salud, 7 centros culturales, 3 centros deportivos municipales, 2 centros de servicios sociales, 5 centros de mayores y 95 centros escolares, de los cuales 45 son centros públicos, 13 son centros concertados y 37 son centros privados, según Buscador de Centros Educativos Comunidad de Madrid [BCECM], (s.f.).

Una vez ubicado el distrito y el barrio, paso a centrarme en el centro educativo. El centro educativo se denomina López Vicuña, se ubica específicamente en la Calle Hinojal, N.º 7, 28037, Madrid. El centro educativo tiene como origen en la Congregación de las Religiosas de María Inmaculada. Este es un centro de identidad católica y concertado. Este centro educativo, nace por la idea de Vicenta María, con la intención de ayuda a las jóvenes mujeres, por lo que el centro educativo en sus inicios se centrará en la formación profesional (FP). El centro educativo y la congregación de las religiosas de María Inmaculada llegan al barrio en los años 60. Actualmente el centro López Vicuña, cubre las etapas educativas de Infantil, Primaria, Secundaria, FP Básica, Ciclos Formativos de Grado Medio y Ciclos Formativos de Grado Superior.

El centro educativo se encuentra rodeado por múltiples espacios deportivos los cuales suelen ser aprovechados por el centro cuando son necesarios, desde el parque Paraíso, al parque del Estadio Metropolitano, las pistas de atletismo de Suances o el polideportivo municipal de San Blas, todos estos son espacios cercanos al centro educativo y a los que se pueden ir a realizar cualquier tipo de actividad educativa. Cerca del centro educativo disponen de una biblioteca, la biblioteca pública municipal de José de Hierro.

3.2 Características del alumnado.

De forma general el alumnado de estas edades, en este caso de tercero de la E.S.O. suele tener de entre 14 y 15 años, este alumnado se encuentra en plena adolescencia lo que les supone

cambios a nivel físico y sexual, un desarrollo cognitivo, un desarrollo moral y el desarrollo socioafectivo. Según Pérez-Pueyo y Santiago (2002) los cambios experimentados en esta edad son los siguientes: en los cambios físicos, nos encontramos con el crecimiento corporal, aumentando el peso, estatura y un cambio en las dimensiones corporales; se debe añadir que se produce el desarrollo sexual por la maduración de los órganos sexuales y a la aparición de caracteres sexuales secundarios y el inicio de la capacidad reproductiva; y por último los aspectos psicosociales se encuentran integrados en distintas características y comportamientos, que están marcados por la búsqueda de la identidad, búsqueda de su independencia, el desarrollo del pensamiento abstracto, alteraciones en su estado de ánimo, da una mayor importancia a sus amigos y suele haber un aumento de los problemas con sus padres.

Algo que se debe tener en cuenta que los cambios se van sucediendo según pasa el tiempo y en ningún momento se dan todos a la vez por lo que puede generar en el alumnado torpeza motora, fatiga, falta de coordinación y algún trastorno conductuales y emocionales.

Una vez analizado las características generales del alumnado en esta etapa, paso a realizar un análisis más concreto del alumnado en su contexto.

Como bien hemos podido ir viendo en el contexto socioeconómico del distrito y del barrio conviven españoles y alumnado extranjero procedentes de Asia, de Centroeuropa, de Latinoamérica y/o de Centroáfrica. Además de tener un nivel socioeconómico medio bajo o bajo. Esto repercute en el alumnado del centro, por lo que el alumnado del centro será de múltiples procedencias, con diferentes culturas o ideologías y con una gran variedad de recursos económicos. Por otro lado, debemos tener en cuenta que el alumnado se puede ver afectado por otros problemas familiares o personales que interfieren en su desarrollo personal y académico, siendo algunos de estos casos las familias monoparentales, las familias rescatadas por sus abuelos, las situaciones de desempleo, las situaciones provenientes de la falta de recursos económicos, las enfermedades o los abusos.

En el caso del centro López Vicuña tiene una gran variedad de alumnado, teniendo por lo tanto un alumnado muy heterogéneo. Esto es así en primer lugar por la multiculturalidad que se recoge en el centro, convive alumnado procedente Rumania, China, Latinoamericanos, centroafricanos y hay dos alumnas refugiadas que provienen de Ucrania, esto hace que se junten un montón de culturas e ideologías dentro del centro escolar dando la oportunidad de poder enriquecer la educación del alumnado debido a la multiculturalidad. En segundo lugar, el nivel socioeconómico y cultural afecta al alumnado, por ejemplo, cuando se necesitan ciertos materiales académicos o recursos, la falta de información o el desconocimiento de la necesidad de estudiar y obtener una educación (ejemplo: una alumna se va de viaje con su madre a París por su 18 cumpleaños a pesar de las dificultades y problemas que está teniendo para superar la E.S.O.). En tercer lugar, las situaciones de familias monoparentales, situación de alumna que se pasa las tardes en la tienda con su madre y además se tiene que levantar a las seis de la mañana para llegar a clase ya que se han tenido que mudar para poder vivir algo mejor. En cuarto lugar, los problemas relacionados con la convivencia en el centro escolar como pueden ser situaciones de acoso. En quinto lugar, las enfermedades o circunstancias derivadas del COVID-19, casos de trastornos de la alimentación, problemas psicológicos o ingresos en el hospital, que puedan generar en que el alumno deba quedarse en casa un periodo largo de tiempo. En sexto lugar la diversidad de alumnado que hay, los diferentes ritmos de aprendizaje

y la diversidad dentro del aula como puede ser el TDAH o algún retraso en el desarrollo. Estas son algunas de las circunstancias del alumnado que hacen que sea muy heterogéneo y diverso.

3.3 Trayectoria del centro educativo.

En el Centro Educativo López Vicuña [CELV], (s.f.) se recogen las intenciones educativas del centro, así como el reglamento de régimen interno y plan de convivencia. En el CELV, (s.f.) nos especifica que se busca una educación integral para la vida desde la concepción cristiana, basándose en la obra de Vicenta María. Por lo tanto, se pretende acompañar, orientar y ayudar al alumnado para su futuro.

Con relación a la normativa del centro en el plan de convivencia y reglamento de régimen interno se recoge lo siguiente en base al *Decreto 32/2019, de 2019* y en base a la *Ley Orgánica 3/2020 de 2020*:

- Quienes conforman la comunidad educativa, las funciones de cada uno de sus miembros, así como sus responsabilidades.
- Derechos y deberes que tienen los diferentes miembros de la comunidad educativa (entidad titular, alumnado, padres, personal administrativo y profesores), así como sus funciones.
- Normas de convivencia de la comunidad educativa en relación con la conducta a promover, normas de convivencia y la obligatoriedad de cumplir estas normas
- Acción educativa donde se habla de las características del propio centro en cuanto a la educación.

El Centro López Vicuña tiene las etapas de infantil, primaria, secundaria, formación profesional básica, formación profesional media y superior, por lo que en las etapas educativas obligatorias no requieren de coordinación con otros colegios, mientras que para el alumnado que quiere ir a bachillerato se le facilita el acceso al centro educativo Colegio María Inmaculada Río Rosas.

Por otro lado el Centro López Vicuña desarrolla varios proyectos que son el FeCoRa (alumnado de Formación Profesional Superior), Vicuña (alumnado de la E.S.O. y Formación Profesional Media y Superior), festival navidad (todo el alumnado, celebración de navidad donde deben desarrollar una de las habilidades o destrezas que han aprendido durante el primer trimestre), bocadillo solidario (todo el alumnado, paga un bocadillo solidario para donar el dinero a familias al borde de la pobreza o a proyectos en África) y festival de mayo (todo el alumnado, paga una entrada solidaria para donar el dinero a familias al borde de la pobreza o a proyectos en África, además de una tómbola solidaria, el alumnado ayuda a preparar y gestionar las actividades, representaciones y talleres).

4 Objetivos de Etapa

Según el Decreto 65/2022 de 2022 en el Artículo 13, establece que los objetivos para la etapa de la E.S.O. serán los siguientes, aquí hablo sobre el K) que es el principal y el que justifica la educación física, el resto se encuentra en el anexo 2:

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la

dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

Este objetivo de etapa es fundamental para el desarrollo de la educación física, ya que es la única asignatura va a poder desarrollar en su totalidad este objetivo. La educación física va a ayudar y permitir el desarrollo crítico sobre la actividad física y los diferentes ámbitos de la educación física, hace y permite que el alumnado participe y sea consciente de los procesos que vive, trasladándolo al ámbito deportivo y siendo capaces de valorar lo que es adecuado o lo que puede ser más positivo siendo críticos con el contexto que les rodea. El hecho de que el alumnado conozca unas buenas prácticas deportivas y puedan participar teniendo una actitud crítica y responsable, les permite que en los diferentes ámbitos ya sean economía o cultura ser críticos teniendo en cuenta que deben informarse y valorando la calidad de esa información. El planteamiento de dilemas morales o el debatir sobre situaciones que se dan en las clases de educación física va a permitir que el alumnado desarrolle su actitud crítica y responsable, participando y preparando al alumnado para el ejercicio de la ciudadanía.

5 Competencias Clave y Perfil de Salida

Según el Decreto 65/2022 de 2022 en el Artículo 14, establece que las competencias clave para la etapa de E.S.O. sean los de la tabla 2, y que según el Decreto 65/2022 de 2022 en el Anexo II, recoge que los descriptores operativos asociados a la asignatura de educación física sean los de la Tabla 2. En ella vamos a encontrar diferentes descriptores operativos que se van a desarrollar en las clases de educación física, en el curso de 3º de la E.S.O., que son una descripción más específica de las competencias clave, por ello la Competencia en comunicación lingüística [CCL] se desarrollara con dos de los descriptores y así con las diferentes competencias. Por ello en la Tabla 2 aparece la competencia clave, el descriptor operativo de la competencia clave escrito con la abreviatura de la competencia clave y el número del descriptor operativo.

Tabla 2

Relación de competencias clave con sus descriptores

Competencias Clave	Descriptores Operativos
a) Competencia en comunicación lingüística [CCL].	CCL3, y CCL5
b) Competencia plurilingüe [CP].	
c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería [STEM].	STEM2 y STEM5.
d) Competencia digital [CD].	CD4
e) Competencia personal, social y de aprender a aprender [CPSAA].	CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4 y CPSAA5
f) Competencia ciudadana [CC].	CC2, CC3 y CC4
g) Competencia emprendedora [CE].	CE1, CE2 y CE3
h) Competencia en conciencia y expresión culturales [CCEC].	CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4

Nota: Elaboración propia extraída la información del Artículo 14 del Decreto 65/2022 de 2022 y del Anexo II del Decreto 65/2022 de 2022.

Por lo tanto, las competencias clave que se van a desarrollar mediante las clases de educación física serán la a, c, d, e, f, g y h, de acuerdo con los descriptores que se relación con las competencias específicas en la asignatura de educación física. Estos pueden ser algunos de los ejemplos de cada competencia específica:

a) La CCL se trabajará por ejemplo con explicaciones a los compañeros de clase ciertas actividades o trabajos que haya realizado, o cuando el alumnado tenga que estar interaccionando para conseguir alcanzar un objetivo o superar un reto, aquí es donde esta competencia clave tiene su mayor importancia.

c) La STEM se trabajará por ejemplo con aspectos relacionados con la salud, mediante el cálculo de gasto calórico diario, o el cálculo de consumo de proteínas, hidratos de carbono o grasas, además de poder usar aplicaciones de video para así poder analizar diferentes situaciones motrices como puede ser la implicación de diferente musculatura.

d) La CD se trabajará por ejemplo con el uso de aplicaciones móviles para interpretar, conocer y valorar diferentes situaciones de la actividad física, como por ejemplo la toma o medición en pruebas de condición física para valorar su salud, en el uso de aplicaciones con EdPuzzle o el uso de diferentes herramientas para grabar videos o generar trabajos.

e) La CPSAA se trabajará por ejemplo con las diferentes autoevaluaciones y coevaluaciones que se realizaran en las diferentes situaciones de aprendizaje, siendo así críticos y conscientes de donde parten para así poder ser capaces de establecer un plan de acción para la mejora de dicha habilidad para sí mismo o para ayudar a un compañero.

f) La CC se trabajará por ejemplo con debates, con el análisis de situaciones conflictivas en diferentes actividades, interviniendo y reflexionando sobre lo sucedido más allá de la actividad, para recogerlo en el cuaderno del alumnado; mediante el respeto el medio en las actividades en medio urbano y natural, sin generar perjuicios al medio; y actuando con un estilo de vida activo, como por ejemplo el aumento de actividad diario en los descansos activos proponiendo actividades.

g) La CE se trabajará por ejemplo con la elaboración de un plan nutricional o plan de actividad física, autoevaluando sus características contexto y necesidades, de tal forma que una parte pueda desarrollarlo en las clases de educación física y el resto pueda realizarlo en casa en su tiempo libre de forma autónoma.

h) La CCEC se trabajará por ejemplo con la expresión corporal donde el alumnado deberá hacer representaciones relacionadas con su cultura, emociones o el lugar donde viven, para mostrarlas a sus compañeros, que las conozcan y las puedan apreciar.

6 Competencias Específicas

Según el Decreto 65/2022 de 2022, recoge las competencias específicas para la asignatura de educación física, donde establece una relación entre competencia y descriptor operativo, véase en la Tabla 3. Además, cada competencia específica tiene un criterio de evaluación concreto para cada curso, viéndose en la Tabla 3.

Tabla 3*Relación entre competencias específicas y descriptores operativos*

Competencia Específica	Criterio de Evaluación	Descriptor Operativo
1 Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	1.1; 1.2; 1.3; 1.4; 1.5 y 1.6	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.
2 Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos	2.1; 2.2 y 2.3	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.
3 Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.	3.1; 3.2 y 3.3	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.
4 Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	4.1; 4.2 y 4.3	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.
5 Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 y 5.2	STEM5, CC4, CE1, CE3.

Nota: Elaboración propia, extraída la información del Anexo II del Decreto 65/2022 de 2022.

7 Saberes básicos / Contenidos

Según el Decreto 65/2022 de 2022 en educación física se deberán trabajar los siguientes contenidos, pero si hacemos referencia al Real Decreto 217/2022 de 2022 en el Anexo II, habla de saberes básicos. Puesto que la programación que me dispongo a realizar es en la Comunidad de Madrid, usare la terminología que se hace referencia en el Anexo II del Decreto 65/2022 de 2022, hablando por lo tanto sobre los contenidos de educación física del curso de 3º de la E.S.O. Los contenidos como tal están en el anexo 3. Por lo tanto se trabajarán los siguientes contenidos en las situaciones de aprendizaje:

A. Vida activa y saludable. Este bloque de contenidos se abordará con las situaciones de aprendizaje 1 “Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!” y la 2 “Infórmate, Cuídate y Socorre”.

B. Organización y gestión de la actividad física. Este bloque de contenidos se abordará con las situaciones de aprendizaje 1 “Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!”, la 2 “Infórmate, Cuídate y Socorre”, la 3 “Siente como un Atleta” y la 7 “No seas un Hooligan”.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices. Este bloque de contenidos se abordará con las situaciones de aprendizaje 3 “Siente como un Atleta”, 4 “Pequeños Gasoles y Laias”, la 5 “Convirtiéndome en Carolina Marín” y la 6 “Exprésate y crea”

D. Emociones y relaciones sociales. Este bloque de contenidos se abordará con la situación de aprendizaje 7 “No seas un Hooligan”.

E. Manifestaciones de la cultura motriz. Este bloque de contenidos se abordará con las situaciones de aprendizaje 3 “Siente como un Atleta”, 4 “Pequeños Gasoles y Laias”, la 5 “Convirtiéndome en Carolina Marín” y la 6 “Exprésate y crea”.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. Este bloque de contenidos se abordará con las situaciones de aprendizaje 8 “Cuida el entorno y aprovéchalo” y la 9 “Prepara y busca sin desorientarte”.

Esta distribución de los contenidos se hace así debido a que no se parten de los contenidos, sino que se parte de las competencias específicas, que se asocian con los descriptores operativos, los objetivos generales de etapa (OGE) y a los criterios de evaluación, por lo que lo que hago es establecer una relación entre todos según lo que marca el Decreto 65/2022 de 2022, asociando los contenidos con los que se va a desarrollar cada competencia específica que irán orientados a lograr y alcanzar los descriptores operativos, los objetivos generales de etapa y a los criterios de evaluación. Con esto se quiere hacer entender que los contenidos son el medio por los cuales se genera el aprendizaje, pero no el fin último, ya que se podrían alcanzar el mismo aprendizaje, pero con unos contenidos diferentes, por lo que el foco real debe ser el aprendizaje en conjunto. Por otro lado, ya que lo verdaderamente importante es el alumnado y su desarrollo y aprendizaje, creo que el hecho de trabajar ciertos contenidos en diferentes situaciones de aprendizaje va a dar un enfoque diferenciador para generar un aprendizaje significativo en los diferentes ámbitos que nos acontece en la educación física.

A continuación, en la tabla 4 se podrá observar la relación de los diferentes elementos curriculares que establece la relación entre cada competencia específica, descriptor operativo, objetivos generales de etapa, criterios de evaluación y contenidos.

Tabla 4*Relación de elementos curriculares*

Competencias Específicas	Descriptores operativos	OGE	Criterios de Evaluación	Contenidos 3º E.S.O.
1	CCL3	a, b, c, d, e, f, g, h, k y l	1.1	A. Salud Física
	STEM2		1.2	A. Salud Física
	STEM5			B. Preparación para la práctica motriz
	CD4		1.3	A. Salud Física
	CPSAA2			B. Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices
	CPSAA4		1.4	B. Actuaciones criticas antes accidentes
			1.5	A. Salud Social y Salud Mental
			1.6	B. Planificación y autorregulación de proyectos motores
2	CPSAA4	a, b, c, d, e, f, g y k.	2.1	B. Elección de la práctica fisica
	CPSAA5			C. Toma de decisiones y Capacidades condicionales
	CE2		2.2	C. Toma de decisiones, Esquema corporal y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
	CE3		2.3	C. Creatividad Motriz
				E. Practica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo
3	CCL5	a, b, c, d, e, f, g, h, j, k y l.	3.1	D. Gestión emocional y respeto de las reglas
	CPSAA1		3.2	B. Preparación para la práctica motriz
	CPSAA3			C. Creatividad Motriz
	CPSAA5		3.3	D. Habilidades sociales
	CC3			
4	CC2	a, b, c, d, j, k y l.	4.1	E. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural e Influencia del deporte en la cultura actual
	CC3		4.2	E. Deporte y Genero.
	CCEC1		4.3	E. Usos comunicativos de la corporalidad, Practica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo
	CCEC2			
	CCEC3			
	CCEC4			
5	STEM5	a, b, c, d, e, g, j y k	5.1	F. Normas de uso, Consumo responsable y Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.
	CC4			
	CE1		5.2	F. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad, y Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
	CE3			

Nota: Elaboración propia, tras el análisis y relación anterior de los elementos curriculares.

8 Situaciones de Aprendizaje y temporalización

8.1 Situaciones de Aprendizaje

En la Tabla 4 y en la Tabla 5 podemos ver la relación de los diferentes elementos curriculares. En la Tabla 4 se relaciona a cada competencia con los descriptores operativos, asociándolos a los criterios de evaluación y los contenidos. Mientras que en la Tabla 5 se relacionan las situaciones de aprendizaje que se van a realizar, en esta Tabla 5 se puede observar que cada situación de aprendizaje tiene un nombre y agrupa las competencias, descriptores operativos, criterios de evaluación y contenidos que se relacionan a esa situación de aprendizaje. Lo que he hecho ha sido, a través de las relaciones que previamente he ido realizando de los diferentes elementos curriculares para terminar diseñando las situaciones de aprendizaje.

Tabla 5

Situaciones de Aprendizaje y relación con los elementos curriculares

Situación de Aprendizaje	Competencias Específicas	Descriptores Operativos	Criterios de Evaluación	Contenidos 3º E.S.O.
1. Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!	1	CCL3	1.1	A. Salud Física (Consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación crítica del entrenamiento)
	1	STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	1.2	A. Salud Física (Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares); Afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares; Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares); y cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.) B. Preparación para la práctica motriz (Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y deportiva)
	1		1.6	B. Planificación y autorregulación de proyectos motores (Establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto; y Uso de herramientas y recursos digitales para la gestión de la actividad física.)
2. Infórmate, Cuídate y Socorre	1		1.3	A. Salud Física (Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros; y Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física) B. Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices (Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos; Gestión del riesgo propio y del de los demás; y Medidas individuales y colectivas de seguridad.)

	1		1.4	B. Actuaciones críticas antes accidentes (Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar); y Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares)).
	1		1.5	A. Salud Social y Salud Mental (Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos; Exigencias y presiones de la competición; Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros); y Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos.))
3. Siente como un Atleta	2	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	2.1	B. Elección de la práctica física (Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.) C. Toma de decisiones, Capacidades condicionales y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. (Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas; Desarrollo de las capacidades físicas básicas; y Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de vallas y de relevos, salto de longitud o lanzamiento de peso, entre otros)
	4	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	4.1	E. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural e Influencia del deporte en la cultura actual (Los deportes como seña de identidad cultural; y Deporte e intereses políticos y económicos.)
4. Pequeños Gasoles y Laias	2	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	2.2	C. Toma de decisiones, Esquema corporal y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. (Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales; Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil; Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto; Deportes de invasión: baloncesto, balonkorf, netball, ultimate o vórtel, entre otros; y Deporte de bate y campo: kickball.)
	4	CC2 CC3	4.1	E. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural e Influencia del deporte en la cultura actual (Los deportes como seña de identidad cultural; y Deporte e intereses políticos y económicos.)
	4	CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	4.2	E. Deporte y Género. (Evolución histórica.; Igualdad en el acceso al deporte; y Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.)
5. Convirtiéndome en Carolina Marín	2	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	2.2	C. Toma de decisiones, Esquema corporal y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. (Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales; Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción

				con un móvil; Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto; Deportes de red y muro: bádmiton o pickleball.; y Deporte de bate y campo: kickball.)
	4	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	4.2	E. Deporte y Genero. (Evolución histórica.; Igualdad en el acceso al deporte; y Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.)
6. Exprésate y crea	2	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	2.3	C. Creatividad Motriz (Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles.) E. Practica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo (Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.)
	4	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	4.3	E. Usos comunicativos de la corporalidad, Practica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo (Técnicas específicas de expresión corporal: danzas, bailes, mimo, dramatización, etc.)
7. No seas un Hooligan	3	CCL5	3.1	D. Gestión emocional y respeto de las reglas (Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices; y Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.)
	3	CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	3.2	B. Preparación para la práctica motriz (Mantenimiento, reparación y reciclaje de material deportivo para actividades físicas y deportivas) C. Creatividad Motriz (Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles)
	3		3.3	D. Habilidades sociales (Estrategias y técnicas de negociación y mediación en contextos motrices: escucha activa y diálogo.)
8. Cuida el entorno y aprovéchalo	5	STEM5 CC4 CE1 CE3	5.1	F. Normas de uso, Consumo responsable y Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. (Respeto a las normas viales en los desplazamientos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible; Consolidación de la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual y sostenible. Análisis crítico y búsqueda activa de diferentes mecanismos de desplazamiento respetuosos con el medio ambiente; patines, uso combinado del transporte público y los desplazamientos a pie, etc.; y Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.)
9. Prepara y busca sin desorientarte	5		5.2	F. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad, y Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

SA N°1: Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!	Nivel educativo: 3° ESO grupo A	N.º sesiones: 12	Temporalización: 12/09/22 – 05/10/22	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, f, g, h, k y l
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
<p>Evaluar e interpretar el nivel de condición física y contexto para conocerse así mismos, y saber cuál es su punto de partida.</p> <p>Aplicar la evaluación de su condición física y contexto a un programa de actividad física.</p> <p>Conocer y aplicar los procesos de autorregulación aplicándolos a su estilo de vida (en actividad física, higiene postural, ...)</p> <p>Usar diferentes medios digitales como ayuda para medir y/o mantener o crear un estilo de vida activo.</p>			<p>Competencia de comunicación lingüística: CCL3.</p> <p>Competencia de matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería: STEM2 y STEM5.</p> <p>Competencia digital: CD4,</p> <p>Competencia personal, social, y de aprender a aprender: CPSAA2 y CPSAA4.</p>	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				
<p>Competencia específica 1</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <p>1.1. Planificar la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>1.6. Planificar con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales, vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>				
CONTENIDOS				
<p>Bloque A. Vida activa y saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salud Física <ul style="list-style-type: none"> ○ Consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación crítica del entrenamiento ○ Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares) ○ Afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares ○ Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares) ○ Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. <p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preparación para la práctica motriz <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y deportiva. 				
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS				
Técnica de enseñanza: Aprendizaje Cooperativo			Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE				
Actividades motivadoras, de cohesión, de retadoras y cooperativas.				

RECURSOS DIDÁCTICOS			
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio y Patio	Materiales: El dispuesto en recursos	Organización: Grupos principalmente
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.			
ELEMENTOS TRANSVERSALES			
<ul style="list-style-type: none"> • Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo. • Fomentar y promover la correcta expresión oral y escrita y el uso de las matemáticas. Teniendo como fin el hábito de la lectura. • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 			
EVALUACIÓN			
Instrumentos		Tipos	
Rubrica en el momento inicial (10%) Rubrica en el momento procesual (15%) Rubrica en el momento final (20%) Kahoot (12,5%). Porfolio y trabajos a realizar (12,5%). Rubrica Autoevaluación (15%) Rubrica Coevaluación (15%)		Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación	
Observaciones:			

SA N°2: Siéntete como un Atleta	Nivel educativo: 3° ESO grupo A	N.º sesiones: 10	Temporalización: 10/10/22 - 07/11/22	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, f, g, j, k y l.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
Conocer las habilidades implicadas en el atletismo y aplicar las ideas de la situación de aprendizaje anterior para desarrollar las habilidades y capacidades asociadas. Conocer y reflexionar sobre la influencia del atletismo. Conocer y saber hacer las habilidades básicas del atletismo mediante el modelo ludotécnico.			Competencia personal, social y de aprender a aprender: CPSAA4 y CPSAA5. Competencia emprendedora: CE2 y CE3. Competencia Ciudadana: CC2 y CC3, Competencia en conciencia y expresión culturales: CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				

<p>Competencia específica 2. Criterio de evaluación: 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para conducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>Competencia específica 4 Criterio de evaluación 4.1. Comprender diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales.</p>			
CONTENIDOS			
<p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elección de la práctica física <ul style="list-style-type: none"> ○ Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización. <p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toma de decisiones <ul style="list-style-type: none"> ○ Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas • Capacidades condicionales <ul style="list-style-type: none"> ○ Desarrollo de las capacidades físicas básicas • Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. <ul style="list-style-type: none"> ○ Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de vallas y de relevos, salto de longitud o lanzamiento de peso, entre otros. <p>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural <ul style="list-style-type: none"> ○ Los deportes como seña de identidad cultural • Influencia del deporte en la cultura actual <ul style="list-style-type: none"> ○ Deporte e intereses políticos y económicos. 			
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS			
<p>Técnica de enseñanza: Modelo ludotécnico y Aprendizaje cooperativo</p>		<p>Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización</p>	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE			
<p>Actividad de presentación global, ludotécnica o juego modificado; actividad global y actividad de reflexión y puesta en común.</p>			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
<p>Humanos: 30 alumnos</p>	<p>Espaciales: Patio y Gimnasio</p>	<p>Materiales: El dispuesto en recursos</p>	<p>Organización: Todo el grupo, parejas o subgrupo.</p>
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
<p>Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.</p>			
ELEMENTOS TRANSVERSALES			

<ul style="list-style-type: none"> • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentará y trabajará la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad. • Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 	
EVALUACIÓN	
Instrumentos	Tipos
Hoja de Observación en el momento inicial (10%) Hoja de Observación en el momento procesual (15%) Hoja de Observación en el momento final (20%) EdPuzzle (12,5%). Porfolio y trabajos a realizar (12,5%). Hoja de Observación Autoevaluación (15%) Hoja de Observación Coevaluación (15%)	Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación
Observaciones:	

SA N°3: Exprésate y crea	Nivel educativo: 3° ESO grupo A	N.º sesiones: 10	Temporalización: 08/11/22 - 30/11/22	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, f, g, j, k y l
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
<p>Conocer y aplicar las diferentes técnicas de la expresión corporal.</p> <p>Desarrollar un montaje creativo donde se apliquen las diferentes técnicas de expresión corporal con base rítmico-musical.</p> <p>Cooperar, colaborar y ayudar, al desarrollo y diseño del montaje final atendiendo al contexto del grupo.</p>			<p>Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA): CPSAA 4 y CPSAA 5.</p> <p>Competencia emprendedora: CE2 y CE3</p> <p>Competencia ciudadana: CC2 y CC3.</p> <p>Competencia en conciencia y expresión culturales: CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4</p>	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				
<p>Competencia específica 2. Criterio de evaluación 2.3. Evidenciar y movilizar estrategias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.</p> <p>Competencia específica 4 Criterio de evaluación 4.3. Participar en la elaboración y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.</p>				
CONTENIDOS				
<p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> • Creatividad Motriz <ul style="list-style-type: none"> ○ Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles. <p>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo <ul style="list-style-type: none"> ○ Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos. • Usos comunicativos de la corporalidad <ul style="list-style-type: none"> ○ Técnicas específicas de expresión corporal: danzas, bailes, mimo, dramatización, etc. 				
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS				
Técnica de enseñanza: Aprendizaje basado en retos y Aprendizaje basado en problemas			Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE				
Actividades motivadoras, retadoras, actividad de presentación de problema o reto, actividad para descubrimiento de objetivos y actividad para acotar el problema o reto.				
RECURSOS DIDÁCTICOS				
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio, Patio y salón de actos	Materiales: El dispuesto en recursos		Organización: Grupos de 2, de 4 y de 8, según la fase o como vayan evolucionando

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	
<p>Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro.</p> <p>Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.</p>	
ELEMENTOS TRANSVERSALES	
<ul style="list-style-type: none"> • Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo. • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentará y trabajará la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad. 	
EVALUACIÓN	
Instrumentos	Tipos
Rubrica en el momento inicial (10%) Rubrica en el momento procesual (15%) Rubrica en el momento final (20%) Trabajos a realizar (12,5%). Porfolio (12,5%). Rubrica Autoevaluación (15%) Rubrica Coevaluación (15%)	Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación
Observaciones:	

SA N°4: Infórmate, Cuidate y Socorre	Nivel educativo: 3º ESO grupo A	N.º sesiones: 12	SA N°4: Infórmate, Cuidate y Socorre	Nivel educativo: 3º ESO grupo A
OBJETIVOS DIDÁCTICOS				
<ul style="list-style-type: none"> • Adquirir conocimientos sobre la mejora de los hábitos saludables y la vida activa. • Gestionar situaciones de accidentes y método de actuación (RCP y Heimlich). • Desarrollar pensamiento crítico para la preparación para la actividad física. • Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta. • Conocer los niveles de condición física respecto a la salud y poder valorar dónde se encuentran ellos mismos en relación con esos niveles. • Concienciar y explicar los beneficios de la actividad en relación con diferentes enfermedades o factores de riesgo. 			<p>Competencia en comunicación lingüística: CCL3</p> <p>Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería: STEM2, STEM5.</p> <p>Competencia digital: CD4</p> <p>Competencia personal, social y de aprender a aprender: CPSAA 2, CPSAA 4.</p>	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				
<p>Competencia específica 1.</p> <p>Criterio de evaluación</p> <p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen cualquier estereotipo, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>				
CONTENIDOS				
<p>Bloque A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud Física <ul style="list-style-type: none"> ○ Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros ○ Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física - Salud Social <ul style="list-style-type: none"> ○ Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos. - Salud Mental <ul style="list-style-type: none"> ○ Exigencias y presiones de la competición ○ Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). ○ Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos. <p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Preparación para la práctica motriz. <ul style="list-style-type: none"> ○ Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos. - Prevención de accidentes en las practicas motrices <ul style="list-style-type: none"> ○ Gestión del riesgo propio y del de los demás. ○ Medidas individuales y colectivas de seguridad. - Actuaciones críticas antes accidentes <ul style="list-style-type: none"> ○ Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). ○ Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). 				
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS				

Técnica de enseñanza: Gamificación		Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE			
Actividades gamificadas, actividades motivadoras, retadoras y reflexivas.			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio y Patio	Materiales: El dispuesto en recursos	Organización: Parejas, todo el grupo o subgrupos
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.			
ELEMENTOS TRANSVERSALES			
<ul style="list-style-type: none"> • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentará y trabajará la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad. • Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 			
EVALUACIÓN			
Instrumentos		Tipos	
Rubrica en el momento inicial (10%) Rubrica en el momento procesual (15%) Rubrica en el momento final (20%) Trabajos a realizar (12,5%). Portfolio (12,5%). Rubrica Autoevaluación (15%) Rubrica Coevaluación (15%)		Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación	
Observaciones:			

SA N°5: Pequeños Gasoles y Laías	Nivel educativo: 3° ESO grupo A	N.º sesiones: 12	Temporalización: 23/01/23 - 14/02/23	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, f, g, j, k y l.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
Conocer y reflexionar sobre la influencia del baloncesto, como identidad cultural y desde el punto de vista del género.			Competencia personal, social y de aprender a aprender: CPSAA4 y CPSAA5. Competencia emprendedora: CE2 y CE3.	

<p>Conocer, identificar y aplicar los diferentes elementos y habilidades del baloncesto. Mostrar una actitud crítica frente a comportamientos poco deportivos. Aplicar y ser consciente de los diferentes procesos de percepción, decisión y ejecución.</p>	<p>Competencia ciudadana: CC2 y CC3. C. en conciencia y expresión cultural: CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.</p>
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN	
<p>Competencia específica 2. Criterio de evaluación 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>Competencia específica 4. Criterio de evaluación 4.1. Comprender diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales. 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos.</p>	
CONTENIDOS	
<p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toma de decisiones <ul style="list-style-type: none"> ○ Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales • Esquema corporal <ul style="list-style-type: none"> ○ Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. ○ Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. • Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. <ul style="list-style-type: none"> ○ Deportes de invasión: baloncesto <p>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural <ul style="list-style-type: none"> ○ Los deportes como seña de identidad cultural. • Deporte y Género <ul style="list-style-type: none"> ○ Evolución histórica ○ Igualdad en el acceso al deporte ○ Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte • Influencia del deporte en la cultura actual <ul style="list-style-type: none"> ○ Deporte e intereses políticos y económicos 	
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	
<p>Técnica de enseñanza: Modelo Comprensivo Vertical</p>	<p>Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización</p>
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	
<p>Actividades motivadoras, juego modificado o situación motriz adaptada, actividad de reflexión de concienciación y actividad de habilidad motriz.</p>	

RECURSOS DIDÁCTICOS			
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio y patio	Materiales: El dispuesto en recursos	Organización: Por grupos.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.			
ELEMENTOS TRANSVERSALES			
<ul style="list-style-type: none"> • Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo. • Fomentar y promover la correcta expresión oral y escrita y el uso de las matemáticas. Teniendo como fin el hábito de la lectura. • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 			
EVALUACIÓN			
Instrumentos		Tipos	
Hoja de Observación en el momento inicial (10%) Hoja de Observación en el momento procesual (15%) Hoja de Observación en el momento final (20%) EdPuzzle (12,5%). Portfolio y trabajos a realizar (12,5%). Hoja de Observación Autoevaluación (15%) Hoja de Observación Coevaluación (15%)		Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación	
Observaciones:			

SA N°6: No seas un Hooligan	Nivel educativo: 3° ESO grupo A	N.º sesiones: 11	Temporalización: 15/02/23 - 15/03/23	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, f, g, h, j, k y l.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
Mostrar una actitud crítica frente a conductas antideportivas. Usar las herramientas de mediación en los diferentes conflictos que surjan. Ser capaz de empatizar y experimentar lo que es estar en la posición de un juez o persona que no es escuchada. Aceptar y respetar las creaciones del material autoconstruido, para su aplicación en las clases. Compartir, emplear y cuidar los materiales autoconstruidos.			Competencia en comunicación lingüística: CCL5 Competencia personal, social y de aprender a aprender: CPSAA 1, CPSAA 3, CPSAA 5. Competencia ciudadana: CC3.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				

Competencia específica 3.**Criterio de evaluación**

3.1: Practicar y participar activamente en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles.

3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

CONTENIDOS**Bloque B. Organización y gestión de la actividad física**

- Preparación para la práctica motriz
 - Mantenimiento, reparación y reciclaje de material deportivo para actividades físicas y deportivas.

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- Creatividad Motriz
 - Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles.

Bloque D. Emociones y relaciones sociales.

- Gestión emocional.
 - Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
- Habilidades sociales.
 - Estrategias y técnicas de negociación y mediación en contextos motrices: escucha activa y diálogo.
- Respeto a las reglas.
 - Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Técnica de enseñanza: Aprendizaje basado en juegos

Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Actividades motivadoras, reflexivas y de rol.

RECURSOS DIDÁCTICOS

Humanos:
30 alumnos

Espaciales:
Gimnasio y Patio

Materiales:
El dispuesto en recursos

Organización:
Todo el grupo,
subgrupos, parejas o
individuales.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro.

Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

- Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo.

<ul style="list-style-type: none"> • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentará y trabajará la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad. • Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 	
EVALUACIÓN	
Instrumentos	Tipos
Rubrica en el momento inicial (10%) Rubrica en el momento procesual (15%) Rubrica en el momento final (20%) Trabajos a realizar (12,5%). Portfolio (12,5%). Rubrica Autoevaluación (15%) Rubrica Coevaluación (15%)	Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación
Observaciones:	

SA N°7: Cuida el entorno y aprovéchalo.	Nivel educativo: 3° ESO grupo A	N.º sesiones: 10	Temporalización: 21/03/23 - 19/04/23	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, g, j y k
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
Respetar y aplicar las normas viales. Usar y traer medios de transportes sostenibles que impliquen actividad física. Respetar y hacer un uso adecuado de los recursos del centro, entorno urbano y entorno natural. Aplicar las técnicas de desplazamiento adecuadas para el medio del que dispongo. Conocer y aplicar un mantenimiento al medio de transporte sostenible del que dispongo.			Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería: STEM5 Competencia ciudadana: CC4 Competencia emprendedora: CE1, CE3.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				
Competencia específica 5. Criterio de evaluación 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.				
CONTENIDOS				
Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno <ul style="list-style-type: none"> • Normas de uso <ul style="list-style-type: none"> ○ Respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible 				

<ul style="list-style-type: none"> ○ Consolidación de la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual y sostenible. Análisis crítico y búsqueda activa de diferentes mecanismos de desplazamiento respetuosos con el medio ambiente; patines, uso combinado del transporte público y los desplazamientos a pie, etc. ● Consumo responsable <ul style="list-style-type: none"> ○ Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. ● Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. 			
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS			
Técnica de enseñanza: Pedagogía de la aventura		Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE			
Actividades motivadoras, retadoras, de movilidad sostenible y ambiental.			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio y Patio	Materiales: El dispuesto en recursos	Organización: Por grupos de 2 a 4
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.			
ELEMENTOS TRANSVERSALES			
<ul style="list-style-type: none"> ● Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo. ● Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. ● Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 			
EVALUACIÓN			
Instrumentos		Tipos	
Rubrica en el momento inicial (10%) Rubrica en el momento procesual (15%) Rubrica en el momento final (20%) Trabajos a realizar (12,5%). Porfolio (12,5%). Rubrica Autoevaluación (15%) Rubrica Coevaluación (15%)		Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación	
Observaciones:			

SA N°8: Prepara y busca sin desorientarte	Nivel educativo: 3º ESO grupo A	N.º sesiones: 10	Temporalización: 24/04/23 - 22/05/23	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, g, j y k
OBJETIVOS DIDÁCTICOS			COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS	
<p>Diseñar actividades en el medio natural y urbano. Incluir el medio de transporte sostenible que implica actividad física a las diferentes actividades diseñadas. Conocer y analizar los diferentes riesgos que pueden conllevar las actividades físicas en el medio urbano y natural con y sin transporte sostenible. Realizar acciones que ayuden a conservar el medio urbano y natural en las salidas del centro educativo.</p>			<p>Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería: STEM5. Competencia ciudadana: CC4. Competencia emprendedora: CE1 y CE3</p>	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				
<p>Competencia específica 5. Criterio de evaluación 5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas.</p>				
CONTENIDOS				
<p>Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno</p> <ul style="list-style-type: none"> • Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. • Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. 				
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS				
Técnica de enseñanza: Pedagogía de la Aventura			Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE				
Actividades motivadoras, retadoras, de movilidad sostenible y ambiental.				
RECURSOS DIDÁCTICOS				
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio, Patio, Medio Urbano y Natural	Materiales: El dispuesto en recursos		Organización: Por grupos de 2 a 4.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD				
<p>Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.</p>				
ELEMENTOS TRANSVERSALES				
<ul style="list-style-type: none"> • Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo. 				

<ul style="list-style-type: none"> Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales. 	
EVALUACIÓN	
Instrumentos	Tipos
Rúbrica en el momento inicial (10%) Rúbrica en el momento procesual (15%) Rúbrica en el momento final (20%) Trabajos a realizar (12,5%). Porfolio (12,5%). Rúbrica Autoevaluación (15%) Rúbrica Coevaluación (15%)	Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación
Observaciones:	

SA N°9: Convirtiéndome en Carolina Marín.	Nivel educativo: 3º ESO grupo A	N.º sesiones: 11	Temporalización: 23/05/23 - 14/06/23	Objetivo de etapa: a, b, c, d, e, f, g, j, k y l.
OBJETIVOS DIDÁCTICOS		COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS		
Conocer y reflexionar sobre la influencia del baloncesto, como identidad cultural y desde el punto de vista del género. Conocer, identificar y aplicar los diferentes elementos y habilidades del bádminton. Mostrar una actitud crítica frente a comportamientos poco deportivos y estereotipos. Aplicar y ser consciente de los diferentes procesos de percepción, decisión y ejecución.		Competencia personal, social y de aprender a aprender: CPSAA4 y CPSAA5. Competencia emprendedora: CE2 y CE3 Competencia ciudadana: CC2 y CC3, Competencia en conciencia y expresión culturales: CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS EVALUACIÓN				
Competencia específica 2. Criterio de evaluación 2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos Competencia específica 4. Criterio de evaluación 4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos				
CONTENIDOS				
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> Toma de decisiones <ul style="list-style-type: none"> Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales Esquema corporal 				

<ul style="list-style-type: none"> ○ Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil • Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. <ul style="list-style-type: none"> ○ Deportes de red y muro: bádminton 			
Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.			
<ul style="list-style-type: none"> • Deporte y género. <ul style="list-style-type: none"> ○ Evolución histórica. ○ Igualdad en el acceso al deporte. ○ Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. 			
ORIENTACIONES METODOLÓGICAS			
Técnica de enseñanza: Modelo Comprensivo Vertical		Estilos de enseñanza: Que posibilita la participación, cognoscitivos y propician la socialización	
ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE			
Actividades motivadoras, juego modificado o situación motriz adaptada, actividad de reflexión de concienciación y actividad de habilidad motriz.			
RECURSOS DIDÁCTICOS			
Humanos: 30 alumnos	Espaciales: Gimnasio y Patio	Materiales: El dispuesto en recursos	Organización: Parejas o grupos de 4
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
Realización de actividades de refuerzo o asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, asignación del rol de profesor, asignación del rol de árbitro. Adaptación de las tareas y espacios para el buen funcionamiento del usuario de silla de ruedas, además de la modificación y adaptación de los diferentes elementos estructurales.			
ELEMENTOS TRANSVERSALES			
<ul style="list-style-type: none"> • Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo. • Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad. • Se fomentará y trabajará la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad. 			
EVALUACIÓN			
Instrumentos		Tipos	
Hoja de Observación en el momento inicial (10%) Hoja de Observación en el momento procesual (15%) Hoja de Observación en el momento final (20%) EdPuzzle (12,5%). Porfolio y trabajos a realizar (12,5%). Hoja de Observación Autoevaluación (15%) Hoja de Observación Coevaluación (15%)		Heteroevaluación Coevaluación de discentes. Autoevaluación	
Observaciones:			

Ver Anexo 4 para los resúmenes de las situaciones de aprendizaje.

8.2 Secuenciación y temporalización de las Situaciones de Aprendizaje

Para el desarrollo de las situaciones de aprendizaje disponemos de un total de 98 sesiones que se desarrollan los lunes, martes y miércoles con el grupo de 3º A de la ESO, por un lado el tener clase de educación física puede ser una ventaja, ya que tienen más recientes lo trabajado los días anteriores, pero lo veo más como una desventaja, lo mejor sería tener más separación entre las clases para que puedan asimilar los aprendizajes y tenga mejora distribuidos los días de actividad física, además puede suponerles una carga de trabajo alta ya que deberían hacer todo de un día para otro, limitando así los procesos de reflexión, pero esta es la organización marcada por el centro. El inicio de las clases se realiza el 08 de septiembre de 2022 y finalizan el 22 de junio de 2023. El periodo lectivo se divide en tres trimestres, que más o menos suelen estar marcados por periodos vacacionales como son las navidades o la semana santa, además debemos tener en cuenta otras festividades o días no lectivos en los cuales no abra actividad docente.

El primer trimestre en el centro López Vicuña es desde el 08 de septiembre de 2022 hasta el 09 de diciembre de 2022, en este periodo de tiempo contamos con 32 sesiones de educación física, contando ya con los días sin clase del 12 y 31 de octubre de 2022, del 1 y 9 de noviembre de 2022 y del 5 al 8 de diciembre de 2022.

El segundo trimestre en el centro López Vicuña es desde el 12 de diciembre de 2022 hasta el 17 de marzo de 2023, en este periodo de tiempo contamos con 35 sesiones de educación física, contando ya con los días sin clase del 23 de diciembre de 2022 hasta el 08 de enero de 2023 por navidades y el 27 de febrero de 2023.

El tercer trimestre en el centro López Vicuña es desde el 21 de marzo de 2023 hasta el 14 de junio de 2023, en este periodo de tiempo contamos con 31 sesiones de educación física, contando ya con los días sin clase del 31 de marzo de 2023 hasta el 10 de abril de 2023 por semana santa y el 1, 2 y 15 de mayo de 2023.

Además, nos encontramos con un cuarto periodo desde el 15 de junio de 2023 hasta el 22 de junio de 2023, que se produce tras las evaluaciones finales, y en este periodo de tiempo contamos con otras 3 sesiones extras.

Tabla 6

Calendario Académico de 2022/23

SEPTIEMBRE								OCTUBRE								NOVIEMBRE								DICIEMBRE							
S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D
1				1	2	3	4	5						1	2	11		1	2	3	4	5	6	15				1	2	3	4
2	5	6	7	8	9	10	11	7	3	4	5	6	7	8	9	12	7	8	9	10	11	12	13	16	5	6	7	8	9	10	11
3	12	13	14	15	16	17	18	8	10	11	12	13	14	15	16	13	14	15	16	17	18	19	20	17	12	13	14	15	16	17	18
4	19	20	21	22	23	24	25	9	17	18	19	20	21	22	23	14	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	25
5	26	27	28	29	30			10	24	25	26	27	28	29	30	15	28	29	30					19	26	27	28	29	30	31	
								11	31																						

ENERO								FEBRERO								MARZO								ABRIL							
S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D
19							1	24			1	2	3	4	5	28			1	2	3	4	5	32						1	2
20	2	3	4	5	6	7	8	25	6	7	8	9	10	11	12	29	6	7	8	9	10	11	12	33	3	4	5	6	7	8	9
21	9	10	11	12	13	14	15	26	13	14	15	16	17	18	19	30	13	14	15	16	17	18	19	34	10	11	12	13	14	15	16
22	16	17	18	19	20	21	22	27	20	21	22	23	24	25	26	31	20	21	22	23	24	25	26	35	17	18	19	20	21	22	23
23	23	24	25	26	27	28	29	28	27	28					32	27	28	29	30	31		36	24	25	26	27	28	29	30		
24	30	31																													

MAYO								JUNIO							
S	L	M	X	J	V	S	D	S	L	M	X	J	V	S	D
37	1	2	3	4	5	6	7	41				1	2	3	4
38	8	9	10	11	12	13	14	42	5	6	7	8	9	10	11
39	15	16	17	18	19	20	21	43	12	13	14	15	16	17	18
40	22	23	24	25	26	27	28	44	19	20	21	22	23	24	25
41	29	30	31					45	26	27	28	29	30		

Leyenda	
8 inicio Clases	32 primer Trimestre
Días de Clase EF	35 segundo Trimestres
Días Festivos	31 tercer Trimestre
14 Evaluación Final	3 tras Evaluación Final
22 último día Clases	98 + 3 Sesiones Totales

Nota: Elaboración propia. Realizado en Excel e importado a Word.

Las situaciones de aprendizaje se desarrollarán en el siguiente orden:

Tabla 7

Organización de las sesiones de las situaciones de aprendizaje

Situaciones de Aprendizaje	Fechas de realización	Trimestre	N.º de Sesiones
1. Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!	12 de septiembre - 5 de octubre	1º	12
3. Siente como un Atleta	10 de octubre - 07 de noviembre	1º	10
6. Exprésate y crea	08 de noviembre - 30 de noviembre	1º	10
2. Infórmate, Cuídate y Socorre	12 de diciembre - 18 de enero	2º	12
4. Pequeños Gasoles y Laias	23 de enero - 14 de febrero	2º	12
7. No seas un Hooligan	15 de febrero - 15 de marzo	2º	11
8. Cuida el entorno y aprovéchalo	21 de marzo - 19 de abril	3º	10
9. Prepara y busca sin desorientarte	24 de abril - 22 de mayo	3º	10
5. Convirtiéndome en Carolina Marín	23 de mayo - 14 de junio	3º	11

8.2.1 Justificación de secuenciación, número de sesiones y ubicación

La situación de aprendizaje 1 es Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!, ya que creo que es una buena forma de iniciar el curso, una toma de contacto y sabiendo que hábitos tienen, para a partir de aquí empezar a trabajar otros hábitos tanto de actividad física como alimenticios entre otros, por lo tanto, empezando a sentar la base del curso académico y aprovechando para elaborar la normativa para el curso.

La situación de aprendizaje 2 es Siente como un Atleta, la ubicamos en el primer trimestre, con una base ya establecida en hábitos y estilo de vida, lo que nos ayudara para el desarrollo de la situación de aprendizaje sobre atletismo ya que aprovecharemos esas bases, para extrapolarlas al atletismo, pudiendo analizar las diferentes necesidades, capacidades y habilidades que se requieren en las diferentes pruebas.

La situación de aprendizaje 3 es Exprésate y crea, ya que creo que es un punto donde el alumnado si no se conocía, ya se conoce, puede tener más confianza el grupo y por lo tanto puede ser más agradable de trabajar en este momento, por otro antes navidad en el centro educativo se hace un festival de navidad donde el último día de clase se hacen diferentes representaciones, por lo que trabajar las competencias y contenidos en este momento puede ayudarles en sus creaciones y representaciones que realicen, dándoles una motivación y aplicación extra.

La situación de aprendizaje 4 es Infórmate, Cuídate y Socorre, ya que en esta unidad se pretende desarrollar un análisis de diferentes estereotipos, enfermedades entre otras junto con los primeros auxilios. Esta situación de aprendizaje se ubica aquí porque tiene la navidad de por medio, y son épocas donde se hacen regalos, se hacen comidas que pueden producir atragantamientos y es época de los famosos propósitos de año nuevo, donde se supone que empieza la operación verano, donde realmente los alumnos deben ser críticos con las diferentes practicas físicas, elementos relacionados con la actividad física y con la salud social y mental.

La situación de aprendizaje 5 es Pequeños Gasoles y Laias, es la segunda situación de aprendizaje que realiza en el segundo trimestre, y se pretende esta ubicación porque ya se han trabajado una serie de conocimientos y habilidades en el primer trimestre, lo que nos permite trabajar con el baloncesto diferentes retos cooperativos e individuales y resolviendo diferentes situaciones de juegos con oposición e invasión.

La situación de aprendizaje 6 es No seas un Hooligan, ya que en esta situación de aprendizaje podremos ver diferentes tipos de comportamientos y emociones que entre otras pueden estar derivadas del deporte u otras circunstancias, además la situación de aprendizaje previa se relaciona con el baloncesto y así podremos analizar ejemplos o situaciones que hayan sucedido en clase. En último lugar tienen esta ubicación por la cercanía a la jornada deportiva que realiza el centro educativo, al igual que también empieza a tener cercanía con diferentes fases finales de competiciones deportivas, donde podrá ayudar al alumnado a gestionar esas emociones en los diferentes roles, desde jugador, espectador o arbitro.

La situación de aprendizaje 7 es Cuida el entorno y aprovéchalo, ya que esta es una situación de aprendizaje más vivencial, y les saca del entorno propio del centro educativo creo que este momento es el mejor para empezar el trabajo de esta competencia, es un momento previo a la semana santa y post semana santa, donde nos podemos encontrar a un alumnado cansado y que necesitara algo más de motivación para poder seguir adelante. Además, aprovechando que esta competencia es más novedosa para el alumnado, puede llegar a generar más emociones y esto hará que puedan aprender más de una forma diferente, lo que nos puede permitir espaciarla un poco en el tiempo por la semana santa, empleando la bicicleta, patines o patinetes para dar continuidad a la actividad física en esta semana santa.

La situación de aprendizaje 8 es Prepara y busca sin desorientarte, se ubica en el tercer trimestre, primero por el tiempo, ya que es más probable que no llueva demasiado y nos permita realizar las actividades en los diferentes espacios. Por otro lado, esta competencia les resulta más interesante y motivadora, algo que es interesante aprovechar durante el tercer trimestre y les puede mantener metidos en las clases, permitiéndonos también usar diferentes medios de desplazamiento con los que se ha trabajado en la situación de aprendizaje anterior. En último lugar, tiene cercanía a las vacaciones de verano, y es una forma en darles salidas a diferentes actividades más haya a salir de fiesta o de los videojuegos, asegurándonos también la seguridad en la que realizan las actividades en el medio natural.

La situación de aprendizaje 9 es Convirtiéndome en Carolina Marín, esta última situación de aprendizaje es de Badminton, el Badminton les resulta muy divertido al alumnado, esto hará que a pesar de estar tan cerca de las vacaciones realmente tengan algo más de motivación que si realizamos otra situación de aprendizaje. Por último, al igual que en la competencia anterior tiene cercanía a las vacaciones de verano, y es una forma en darles salidas a diferentes actividades más haya a salir de fiesta o de los videojuegos, y sobre todo una actividad en el que no necesitan demasiado material para realizarlo.

9 Métodos Pedagógicos

Antes de hablar de métodos creo que es importante analizar algunas de las metodologías y estilos para lograr una clase motivada o una clase con un buen clima motivacional y que el discurso docente haga que el alumnado se mantenga lo más motivados posibles para el desarrollo de las actividades, para que así el alumnado sea participe de su aprendizaje. “La

metodología hace referencia al conjunto de procedimientos y técnicas utilizadas por los docentes para organizar las actividades a los alumnos, así como utilizar todos los recursos que dispone a favor de la enseñanza” (Blázquez, 2016, p.16), mientras que los estilos de enseñanza hacen “referencia al clima de enseñanza y a los modos de estimulación organización utilizados para enseñar; se les reconoce por la manera en las que se producen las interacciones del profesor” (Altet, 1988 en Blázquez, 2016, p.16), por otro lado, Delgado y Sicilia (2002) dicen que los estilos de enseñanza “son una forma de interaccionar con los alumnos y que se manifiestan tanto en las decisiones preactivas, durante las decisiones interactivas y en las decisiones postactivas”, por lo que ambos autores están de acuerdo en que los estilos de enseñanza se desarrollan con la interacción del docente con el discente, que es lo que verdaderamente va a modificar e influenciar en el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado, por lo que deduzco que el uso de metodologías activas favorecerá este proceso de enseñanza y aprendizaje. Delgado y Sicilia (2002) los clasifica los estilos en tradicionales, individuales, los que posibilitan la participación del alumnado en la enseñanza, los de socialización, los que favorecen la creatividad y los que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumnado en su aprendizaje

Una vez expuesto es importante hablar sobre la diferente metodología que voy a emplear para desarrollar las situaciones de aprendizaje.

La situación de aprendizaje 1, se desarrollará con el método pedagógico de aprendizaje cooperativo. El modelo pedagógico del aprendizaje cooperativo, “es un método de trabajo que se desempeña en grupos pequeños donde los alumnos sólo perciben que pueden alcanzar sus objetivos si los demás participantes del grupo también los alcanza” (D. W. Johnson y Johnson, 1989, 1999, en Sáez de Ocáriz, 2016) En este método la responsabilidad individual de cada uno influye sobre el grupo, por lo que el aprendizaje de los compañeros influye en el mío, por lo que el alumnado debe intentar cooperar para todos poder avanzar. Según Fernández-Rio (2021), este modelo va a influir en la motivación del alumnado, en la cohesión social, en el ámbito cognitivo y en el desarrollo del alumnado. Fernández-Rio (2021) divide este modelo en tres fases, la primera que sería de creación y cohesión de grupo, donde se realizarían los agrupamientos y se desarrollarían actividades para generar un cohesión, confianza y conocimiento dentro del grupo; la segunda fase, se busca el entendimiento de cooperación para que el alumnado supere los retos; y la tercera fase es el uso de este aprendizaje cooperativo para enseñar y aprender, donde el docente crea los grupos y se empiezan planteando pequeñas tareas en forma de reto, buscando entre ellos una solución, a el trabajo mediante observador y ejecutante donde el alumnado se ayuda a aprender y a mejorar la acción que está realizando o el uso de la técnica del Puzzle de Aronson. Sumado a esto Sáez de Ocáriz (2016), propone que primero se tome unas decisiones sobre que vamos a enseñar, tamaño de grupos, objetivos y planificación; segundo, una explicación de las tareas propuestas y que se busca conseguir con ella; pasando a la tercera, donde el docente debe controlar las interacciones, dar algunos ajustes si es necesario y cerrar la actividad con una reflexión; y en último lugar evaluar, donde se debe comprobar si el alumnado ha procesado la información y los aprendizajes adquiridos, evaluando así que se ha aprendido y si ha sido de forma efectiva.

La situación de aprendizaje 2, se desarrollará con el método pedagógico del modelo ludotécnico. Este modelo fue creado por Valero y Conde (2003) en Valero, Gómez y Sánchez (2020). Según Navarro, Collado y Pellicer (2020) “se diseñó específicamente para la enseñanza del atletismo y sus diferentes disciplinas/pruebas”. Este modelo busca un aprendizaje técnico

pero basado en el juego, es decir que busca que el aprendizaje técnico se dé con juegos, haciendo más lúdico y divertido. Este modelo se fundamenta en el condicionamiento operante de Skinner, en las teorías de metas y logro, en el aprendizaje constructivista y el aprendizaje social, añaden Valero, Gómez y Sánchez (2020) la teoría motivacional. Según Navarro, Collado y Pellicer (2020) el objetivo de este modelo es “la adquisición de las habilidades o gestos técnicos de las disciplinas deportivas que se pretenden enseñar, pero unido al disfrute y a la diversión de los alumnos”, es decir aprender jugando, generando emociones para salir de un modelo técnico que aburría a parte del alumnado, dando así una alternativa, pero sin perder el foco de cuál es el objetivo con este modelo. Este modelo se caracteriza por tener cuatro fases en su desarrollo, según Navarro, Collado y Pellicer (2020): Presentación global y propuesta de preguntas y desafíos; propuesta ludotécnica o juego modificado; propuesta global; y reflexión y puesta en común. Valero, Gómez y Sánchez (2020) añaden la importancia y el ajuste del modelo en función de la dificultad con la que se plantea, es decir, si es un nivel básico hacer uso de pocas cuñas técnicas y solo trabajando una fase de la técnica, mientras que si son más avanzados se pueden dar más cuñas técnicas en la misma sesión y juego, pero lo que mantienen fijo con este modelo es que solo se trabaje una fase técnica en cada sesión.

La situación de aprendizaje 3, se desarrollará con el método pedagógico de aprendizaje basado en retos y problemas. El modelo del Aprendizaje Basado en Problemas (ABP), según Blázquez (2016) se fundamenta en plantear un problema o reto, donde mediante una información inicial puedan lograr resolver la situación, durante este proceso el alumnado compartirá las experiencias y trabajara de forma cooperativa. Este modelo tiene como objetivo convertir al alumnado en el responsable de su propio aprendizaje, relacionando este modelo con la competencia de aprender a aprender, el alumno además construye su aprendizaje en compañía de otros alumnos lo que permite un intercambio de experiencias convirtiéndose en críticos, da la oportunidad del desarrollo del alumnado de forma total y busca plantear retos que resultara más motivante. Para llevar a la práctica este modelo primero debemos tener claro el objetivo, para después plantearles el problema adecuado, a partir de aquí son los alumnos quienes empiezan a indagar y el profesor quien los acompaña en el proceso de aprendizaje. El profesor va a ayudar en la reflexión y va a modificar las situaciones planteadas en función de las necesidades demandadas por el alumnado. El alumnado va a reflexionar, desarrollarse y generar opiniones en base a lo que están haciendo, desarrollándose como persona crítica y reflexiva, mediante un aprendizaje autónomo y colaborativo. Este modelo se estructura en cuatro fases: presentación de la actividad, donde planteamos el problema asociado a un contenido y planificamos lo que vamos a necesitar. En la segunda fase el alumnado mediante en trabajo cooperativo, deben saber cuáles son los objetivos, delimitar el problema que tienen para posteriormente abordar el problema y reflexionar sobre él. En la tercera fase el alumnado presenta los resultados. En la cuarta fase realiza la evaluación de lo aprendido y trabajado.

La situación de aprendizaje 4, se desarrollará con el método pedagógico de gamificación que se desarrolla en el anexo 1, en la situación de aprendizaje que se desarrolla completamente. Además también se habla sobre la enseñanza basada en juegos que es la que se va a usarse junto con material autoconstruido en la situación de aprendizaje 6.

La situación de aprendizaje 5 y 9, se desarrollará con el método pedagógico del modelo comprensivo vertical. Según Navarro, Collado y Pellicer (2020) “fomenta el placer intrínseco e inherente por la práctica deportiva, ya que permite adaptar las reglas a la edad, nivel de las diferentes habilidades” es decir, es un modelo donde lo que prima es la participación del

alumnado, que busca el mayor tiempo de compromiso motor de forma lúdica. El modelo pedagógico escogido para llevar a cabo esta situación de aprendizaje es el Modelo de la Enseñanza Comprensiva en el deporte (ECD), también llamado Teaching Games for understanding (TGfU) o Game-Centred-Approach (GcA) según Pérez-Pueyo et al. (2021), dice que este modelo pretende desarrollar las diferentes competencias, conocimientos y contenidos en el alumnado, pero, a diferencia de otros como el tradicional o técnico, otorga al discente un papel protagonista en el proceso. Debido a esta visión del estudiante como base del proceso de enseñanza - aprendizaje, se hace necesario destacar la importancia de la participación activa e implicación de este, ya que, sólo de esta manera conseguirá adquirir los aprendizajes significativos propuestos de manera eficaz, satisfactoria y autónoma.

En este caso, el modelo comprensivo que voy a llevar a cabo es el vertical, ya que pretendemos llevar a cabo una pedagogía centrada en una modalidad deportiva, el baloncesto y bádminton. El modelo comprensivo nace de la unión y participación ideológica de diversos paradigmas: Aprendizaje constructivista (socioafectivo, lenguaje y reflexión, participación, motivación y neuroeducación) cognitivo y situado. El modelo comprensivo debe poseer ciertas características:

- Transferibilidad de los aprendizajes: Trabajar juegos dispares no produce ninguna transferencia de los aprendizajes, por lo que si se trabajan modalidades que posean características estructurales y funcionales similares. Para ello se ha establecido la clasificación de las modalidades deportivas (invasión, red y muro, campo y bate, blanco y diana, lucha, individuales y otros). En nuestro caso, encontramos el voleibol en los deportes de red (cancha dividida). La lógica de las modalidades que comprende cada grupo es muy similar, a excepción de los individuales, cuyas características son difícilmente agrupables.
- Importancia de la táctica vinculada a la transferibilidad de los aprendizajes. No repetir los mismos deportes en todos los cursos. Los aprendizajes de los deportes permitirán al alumno utilizarlos en otras situaciones de juego que pertenezcan a modalidades deportivas del mismo grupo. Además, no solo posee beneficios en relación con el rendimiento, si no que aumenta la motivación, participación, pensamiento y reflexión deportiva lógica, espectadores críticos, gusto por la práctica deportiva, hábitos de vida.

El docente debe actuar como guía, permitiendo a los alumnos generar sus aprendizajes mediante el descubrimiento de soluciones (problemas tácticos). Aprendizajes significativos adquiridos mediante la búsqueda de soluciones por el alumnado. Fomenta curiosidad, implicación, compromiso, cooperación. Resolución de problemas y descubrimiento guiado.

Otras estrategias didácticas que se pueden emplear son la grabación de vídeos, las reflexiones, el apoyo con pizarra o herramienta visual, congelar el juego, modificar normas y/o características del juego (Problemas tácticos o principios de acción y número de jugadores), se pueden emplear juegos modificados: relaciones entre compañeros, oponentes y espacio-tiempo. Se trata de una actividad en la que se pretende aprender una situación de juego para posteriormente poder aplicarla al “juego de adultos”, es decir, el reglamentario; deben mantener las características básicas de su grupo de modalidades deportivas.

Aprendizaje táctico - técnico: necesario desarrollo de aprendizajes de ambos aspectos deportivos pero siempre se parte desde la táctica hacia la técnica.

La estructura de este modelo podría quedar de la siguiente forma en las sesiones:

- Fase 1: Juego 1.
- Fase 2: Reflexión de concienciación táctica.
- Fase 3: Tarea y práctica de habilidades (ejecuciones técnicas) + reflexión de estas
- Fase 4: Otro juego similar al primero.
- Fase 5: Reflexión final.

La situación de aprendizaje 7 y 8, se desarrollará con el método pedagógico de pedagogía de la aventura. La Pedagogía de la aventura según Parra, et al. (2009) es un recurso metodológico utilizado para desarrollar los valores humanos mediante la vía de la actividad física. Con esta metodología se busca conseguir un desarrollo tanto personal y social de las personas planteándose actividades motrices y de carácter cooperativo. Con este tipo de pedagogía se intenta lograr que el alumnado aumente la motivación en el aprendizaje, mediante actividades motrices y concienciar al individuo de cumplir con sus obligaciones éticas, logrando así una experiencia personal que sirva posteriormente para afrontar cualquier conflicto que surja a lo largo de su vida como una oportunidad de reto y desarrollo personal. La Educación de Aventura según Baena-Extremadura (2021) da un enfoque diferenciador a las actividades en entorno natural, buscan plantear reto en un entorno seguro para la realización práctica. Además, suma aspectos de la pedagogía de la aventura, buscando ese desarrollo integral y humanizador. Este modelo pretende que el alumnado resuelva diferentes situaciones motrices o problemas en entornos de medio natural donde no suelen estar familiarizados y por lo tanto es desconocido o distinto al habitual. Este modelo emplea la resolución de problemas en grupos reducidos. Este modelo se caracteriza por una primera fase donde experimentan y buscan el conocimiento de lo desconocido, para posteriormente pasar a los problemas y retos en diferentes situaciones, desde adaptadas a reales (Entorno próximo, entorno cercano y entorno lejano).

Otras cuestiones metodológicas de gran interés pueden ser las siguientes:

Según Sánchez Bañuelos (1992) y Sánchez Bañuelos (2003), la información de debe aportar en dos fases de forma inicial y en forma de conocimiento de la ejecución y resultados. Por lo que primero el docente da una informacional inicial sobre lo que se va a realizar, con qué objetivo y una información retadora o sobre la tarea que deben realizar, para posteriormente el alumnado dar una respuesta a dicha información, donde el docente ira aportando más información y recibiendo respuestas del alumnado a lo largo de la sesión, estableciendo lo que hemos denominado una interacción a lo largo de la sesión, y, por otro lado, de forma más específica un feedback.

Puesto que vamos a aportar una información inicial, debemos pensar que método es el más adecuado para transmitirlo, según Sánchez Bañuelos (1992): si es de forma visual, como bien vimos, podría ser mediante una demostración mediante la ejecución de un alumno o docente a velocidad normal, mediante una ayuda visual que hace referencia al gesto o acción de una forma global, no tiene por qué ser a velocidad real, o mediante medios visuales auxiliares como por ejemplo puede ser el uso de un video; si es de forma kinestésica, mediante una ayuda manual que sería una guía del profesor al alumnado para generarle una toma de conciencia de la acción y el intento reproducirla, o ayuda automática siendo una adaptación del medio para que el alumnado tenga la sensación de hacerlo en una situación adaptada y posteriormente hacerlo en la situación real tras la adaptación; o de si es de forma auditiva,

mediante una descripción cuando el docente hace un desarrollo de la acción que tienen que llevar a cabo de forma detallada, explicación cuando el docente busca dar una justificación de porque una acción se realiza de una forma determinada, o ayuda sonora, cuando el docente hace referencia a ciertos sonidos cuando se realiza alguna acción.

Por otro lado, desde el punto de vista de Florence et al. (2000) se debe estimular al alumnado desde el uso de estimulaciones tónicas del tipo ¡a por ello! ¡sigue así! para buscar el alumnado reaccione o mantenga su atención; represivas, que meten miedo al alumnado ¡esto cuenta para nota si no lo hacéis bien! ¡si no lo hacéis bien no tendréis juego libre el jueves!, tienen un efecto momentáneo y con cuidado porque puede conducir a una represión; o positivas, estas son afectivas y van orientadas a la superación, al desarrollo de cada uno, buscan hacer que el alumnado se motive e intente superar sus dificultades para lograr el éxito, el éxito individual de cada uno en función de sus características y adecuado para la tarea retadora.

9.1 El rol del Alumnado en las clases.

En la situación de aprendizaje de orientación el papel del docente va a ser la de guiar al alumnado en sus aprendizajes, el alumnado va a ser el centro de todo y es el que va a llevar a cabo su aprendizaje, de forma que va a construir su propio aprendizaje. El alumnado durante la situación de aprendizaje va a trabajar en grupos de cuatro y cuando fuera necesario por parejas para el desarrollo de ciertas actividades. El objetivo principal es que el alumnado vaya superando los retos que le vamos proponiendo.

Durante la situación de aprendizaje se va a seguir siempre una misma estructura de sesión:

Primero se dará la información inicial donde el docente explicara cuales son los objetivos de esa sesión para pasar a plantear la tarea y actividad retadora al alumnado. A lo largo de esta actividad el alumnado va a tener la libertad de toma de decisiones y el docente mediante preguntas ira guiando o ayudando al alumnado lograr su aprendizaje.

Los modelos pedagógicos que van a emplear en las sesiones son los expuestos anteriormente en el punto “3.4 metodología”, debemos tener en cuenta que el aprendizaje cooperativo, el aprendizaje basado en problemas, el descubrimiento guiado, pedagogía de la aventura y la educación de la aventura, son modelos que al final los vamos a trabajar por grupos diseñados por el docente y que con estos modelos conseguimos el objetivo que queremos, que es que el alumnado vaya siendo autónomo y coopere para lograr su aprendizaje, para posteriormente poner en común los resultados, reflexionar y volver a la acción. El resto de los aspectos metodológicos se han tratado con anterioridad en el punto “3.4 metodología” y no creo oportuno volver a explicarlos, puesto que sería una redundancia.

10 Recursos Didácticos

A lo largo de la asignatura haremos uso de diferentes recursos didácticos, que según Diaz (1996) “son todo el conjunto de elementos, útiles o estrategias que el profesor utiliza, o puede utilizar como soporte, complemento o ayuda en su tarea docente”, es decir para Diaz los recursos didácticos son todos los elementos materiales sobre los que un docente se apoya para llevar a cabo la práctica de la enseñanza y que facilitara e intervendrán en el proceso de aprendizaje del alumnado.

Dentro de los recursos los podemos clasificar en instalaciones deportivas, material deportivo, equipamiento de los alumnos, material de soporte, material impreso, material audiovisual e informativo y material complementario. Esta es la clasificación que hace Díaz (1996) sobre los materiales curriculares. Por lo que me dispongo a hacer una clasificación de los recursos atendiendo a los criterios de Díaz (1996).

- Instalaciones deportivas

En cuanto a los espacios deportivos se dispone de un gimnasio grande con vestuarios y almacén deportivo y un patio. Además, también se dispone de espacios complementarios que son el salón de actos, de un aula, la sala de informática y, además, se hará uso de espacios naturales y urbanos fuera del centro educativo.

- Material deportivo

En cuanto al material deportivo del cual se podrá hacer uso será el que se puede observar en la tabla 8.

Tabla 8

Material disponible para la realización de las sesiones de educación física

Material	N.º	Material	N.º
Saltómetros	4	Muñeco salvavidas	1
Postes bádminton blancos	4	Torpedo salvavidas	1
Postes bádminton azules	4	Tablas de natación	16
Colchonetas quitamiedos	2	Tablero baloncesto	1
Colchonetas azules tatami	12	Balones fútbol sala invidentes	7
Colchonetas verdes lona	3	Balones vóley	11
Colchonetas verdes sintéticas	7	Balones baloncesto	18
Colchonetas azules finas	3	Balones fútbol	9
Bancos suecos	8	Balones medicinales	4 de 5kg; 5 de 3kg; 10 de 2kg; y 10 de 1kg
Aro salvavidas	1	Balones de balonmano	10
Tubo salvavidas	1	Bolas frontenis	12
Porterías unihockey	2	Pañuelos	10
Redes bádminton	4	Diábolos	15
Raquetas bádminton	4	Aros lastrados natación	6
Cuerdas 5 m	2	Red multideportiva 20m	1
Cuerdas 2m	15	Petos	11

Tacos salidas iniciación	3	Conos blandos	7
Conos amarillos	12	Balones foam	7
Conos naranja grandes	6	Testigos atletismo	14
Conos naranja pequeños	7	Aros planos	21
Bolas tenis	30	Aros circulares	6
Pesos atletismo	13	Picas de madera	14
Discos atletismo	12	Picas plástico	11
Fitball pequeño	1	Juegos petanca	14

- Equipamiento de los alumnos

Los alumnos deberán traer la ropa deportiva, en su caso el chándal del colegio además deberá traer, si está dentro de sus posibilidades, cuando le sea solicitado, bicicleta, patín o patines (solo uno), dispositivo móvil para cuando sea requerido, raqueta de bádminton, agua, fruta y ropa de cambio para después de la práctica deportiva junto con un pequeño neceser.

- Material de soporte

Dispositivo móvil para pasar lista y hacer anotaciones referentes a la aplicación del centro educativo, cuaderno de evaluación del alumnado y materiales referentes a la recogida de datos por parte del docente para la evaluación del alumnado.

- Material impreso

Materiales a usar en el aula, como fichas de retos o las hojas de observación.

- Material audiovisual e informático

Sera necesario material de soporte audiovisual (proyector y altavoz), recursos de las situaciones de aprendizaje subidos en la plataforma del centro, aplicaciones Google Fit, MyFitnessPal, Google Maps, Pokemon Go, además de acceso a plataformas complementarias como pueden ser EdPuzzle, Kahoot, Canva, Power Point o Quizz.

- Material complementario

El salón de actos, de un aula, la sala de informática y, además, se hará uso de espacios naturales y urbanos fuera del centro educativo.

11 Evaluación

Para mí la evaluación va más allá de la calificación y del rendimiento, pienso que tiene que estar relacionada con el intentar mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, y para esto, es fundamental que el alumnado sea partícipe, no puede ser una pieza independiente. Si conseguimos que el alumnado participe de forma activa en el proceso de e-a, alcanzará a la larga una serie de competencias que verdaderamente podrá aplicar en su vida adulta y profesional.

Me gustaría desarrollar un sistema de evaluación que estuviese marcado por la relación bidireccional entre alumnado y profesorado, ya que ambos tienen que ir de la mano y remar en el mismo sentido para alcanzar los objetivos propuestos de la mejor manera posible. Ambos deben ir recogiendo evidencias a lo largo de todo el proceso para, de esta forma, seguir avanzando. Es importante fijar una meta compartida para que el alumnado sea conocedor de hacia dónde va y sepa hacia dónde se dirige el proceso, para que vaya aprendiendo cómo debe avanzar en función de sus necesidades y características personales. En la labor como docente voy a tratar de ajustar de la mejor forma posible lo que sería la programación, para así intentar satisfacer las distintas necesidades educativas del alumnado.

La finalidad es básicamente que el alumnado mejore su aprendizaje, y para ello consideramos que el proceso se antoja como algo clave, puesto que las mejoras se deben ir realizando a lo largo de todo el camino, y no se debe resumir el resultado final en un simple logro obtenido. Consideramos que la evaluación debe ser continua para que el alumno/a pueda corregir sus debilidades y errores y llegar a la meta final lo más “formado” posible.

Para atender a la evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje, me centrare lógicamente tanto en la enseñanza como en el aprendizaje:

La evaluación de la enseñanza se realizará sobre la acción docente en sus tres funciones, que son el diseño, la puesta en práctica y la evaluación. Para ello, participarán tanto el propio docente como el alumnado, dependiendo del momento y la fase que se esté evaluando. La evaluación de la fase preinteractiva se llevará a cabo por el docente a través del análisis documental mediante una hoja de control sobre la propia situación de aprendizaje. La evaluación de la fase interactiva se llevará a cabo por el docente y el alumnado a través de la asamblea grupal y del diario del alumnado, y, por otro lado, se grabarán las sesiones para poder rellenar una hoja de observación. Finalmente, la evaluación de la fase postinteractiva se llevará a cabo del mismo modo que la fase interactiva, por el docente y el alumnado, a través del diario reflexivo del alumnado y de la información recogida en las asambleas grupales.

En cuanto a la evaluación del aprendizaje, decir que lo que buscamos en el alumnado es que consiga esa autonomía durante el proceso de aprendizaje, lo cual no quiere decir que el docente sea un elemento externo y que no tenga nada que ver en el proceso. Para ello, consideramos fundamental la competencia de “aprender a aprender”, ya que es de esta forma como de verdad vamos a conseguir una serie de aprendizajes eficaces en el alumnado. Nuestra idea es que el alumnado reflexione durante el proceso y que sea capaz de forma autónoma de tomar decisiones a lo largo de éste. Debe ser consciente de todo lo que hace para que los aprendizajes sean significativos, puesto que así podrá seguir aplicándolos una vez terminada la etapa escolar.

Me centraré en el desarrollo de las competencias y el grado de aprendizaje. Para la evaluación del desarrollo de las competencias voy a tratar de ceder responsabilidades y fomentar esa competencia de aprender a aprender. Serán evaluadas durante el proceso y al final, a través de una rúbrica de autoevaluación y de las asambleas grupales. Para la evaluación del grado de aprendizaje utilizaremos una hoja de observación. Para ello, participarán tanto el docente como el alumnado.

11.1 Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado

A continuación, voy a hablar sobre la evaluación del aprendizaje del alumnado. Esta evaluación del aprendizaje voy a abordarla desde el momento, entendiendo que en los tres momentos inicial, procesual y final vamos a realizar la evaluación. Es de vital importancia aclarar que pretendo realizar evaluación formativa y por lo tanto pretendo que el alumnado mejore y aprenda de la forma más eficaz para él.

Por todo esto creo que la finalidad de la evaluación debe variar en función del momento. En el momento inicial la evaluación tiene una finalidad diagnóstica, que con ella lo que vamos a hacer es identificar y conocer de donde parte el alumnado para así poder conocerlo y hacerles conscientes de donde parten, al igual que para adecuar los contenidos, los objetivos e indicadores de logro a lo que requiere el alumnado; en el momento procesual la evaluación será formativa, con ella se quiere ver y hacer consciente al alumnado de cómo están progresando, y a partir de esto poder regular su aprendizaje según la demanda, es decir, un alumno o una alumna que está progresando más rápido podrá abordar mayores retos que un alumno o una alumna que progresa más lento, por lo tanto ambos tendrán que regular su aprendizaje y tendré que actuar para ayudar a que el alumnado continúe progresando en función de sus características y logros; y por último, en el momento final la evaluación va a tener una finalidad sumativa, con la intencionalidad de ver lo que ha logrado cada alumno o alumna y hacerles conscientes de todo el proceso de mejora que han realizado a lo largo de la situación de aprendizaje.

Atendiendo a estas finalidades y a estos momentos he decidido que las situaciones de aprendizaje se van a evaluar el grado de competencia de los distintos ámbitos (ámbito cognitivo, ámbito motor y ámbito afectivo).

Puesto que estamos hablando de la evaluación del aprendizaje en todo momento evaluamos al discente. Por ello, el discente va a ser evaluado en los distintos momentos y por distintas personas en el momento inicial, el discente por un lado va a autoevaluarse, haciéndole consciente de su punto de inicio, tanto del ámbito motor, cognitivo y afectivo; por otro lado, se realizará una heteroevaluación, también de los tres ámbitos. En el momento procesual y final seguiremos realizando las mismas evaluaciones para los tres ámbitos, con la misma participación, pero además vamos a introducir la coevaluación, donde el alumnado se evaluará entre ellos para hacer consciente a sus compañeros como van en el proceso de aprendizaje y que logros han alcanzado durante este proceso de aprendizaje.

Atendiendo a lo que, explicando anteriormente, paso a hablar sobre cómo vamos a evaluar el grado de competencia de los distintos ámbitos (ámbito cognitivo, ámbito motor y ámbito afectivo). Para esto vamos a usar la técnica de la observación y la técnica de la experimentación utilizándolos en diferentes instrumentos se concretarán en las situaciones de aprendizaje. Además, me parece importante incluir el procedimiento de la asamblea grupal. Estos procedimientos de los que hemos hablado van a ser utilizados en diferentes instrumentos. Los instrumentos van a ser utilizados en los procedimientos.

El instrumento de la técnica observacional será la rúbrica, este instrumento se va a usar en los tres momentos y tanto para autoevaluar, como para coevaluar y heteroevaluar. La rúbrica va a permitir evaluar el ámbito motor, el saber hacer cognitivo, ámbito afectivo.

El docente tendrá un cuaderno de notas donde registrará unas palabras o frase que le evoque un recuerdo de la sesión para luego poder registrar los acontecimientos más importantes.

Los instrumentos de la técnica experimentación que vamos a emplear son el porfolio por parte del alumnado. El porfolio es un instrumento que nos va a permitir hacer que el alumnado vaya siendo consciente de su proceso de aprendizaje, en el deberá ir haciendo anotaciones sobre lo que ha estado trabajando en clase, su progreso y sus dificultades, al igual que otros acontecimientos que puedan estar relacionados con el ámbito afectivo. El porfolio será recogido al alumnado el último día de clase de educación física, y se les recogerá a 5 alumnos de forma de forma aleatoria, pero nunca repitiendo a quien se lo recogemos hasta que todos estén revisados, además en casos de necesidad o por circunstancias se podrá recoger antes a algún alumno o alumna, ya que como finalidad tengo que el alumnado pueda llevar lo mejor posible su proceso de aprendizaje. Y por último tras las sesiones realizare una pequeña asamblea grupal, donde se realizarán reflexiones y preguntas sobre el aprendizaje.

Por otro lado, también tenemos que añadir que durante el resto de las sesiones vamos a estar también evaluando, pero sin instrumentos, por lo que será una evaluación en la acción.

11.1.1 Criterios de Evaluación.

Los Criterios de evaluación según el Decreto 65/2022 de 2022, son los asociados al curso de 3º de la E.S.O. según las competencias específicas (Ver anexo 5). Los criterios de evaluación se encuentran asociados a las situaciones de aprendizaje en la tabla 5.

11.1.2 Procedimientos de Evaluación del Aprendizaje e Instrumentos de Evaluación

Según Blázquez (2017) los procedimientos o técnicas son “un conjunto de acciones que utiliza el docente para indagar y obtener información relacionada con el aprendizaje de los alumnos”, algunos de estos procedimientos son la observación y la experimentación-comprobación; y según Blázquez (2017) los instrumentos de evaluación son “recursos que se emplean para recolectar información y deben poseer ciertas condiciones para que se garantice una evaluación acorde con las intenciones”, algunos de los instrumentos son el registro anecdótico, listas de control, registro de acontecimientos, hojas de observación, rúbricas o porfolio.

Los instrumentos de evaluación que se van a emplear en las diferentes situaciones de aprendizaje serán los siguientes:

La situación de aprendizaje 1 es “Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¿se tu propio entrenador!” será evaluada con la rúbrica para saber el nivel de logro alcanzado por el alumnado, además se realizará una prueba en Kahoot y el porfolio dedicado al análisis de las de la propuesta de mejora para diferentes hábitos saludables y la alimentación.

La situación de aprendizaje 2 es “Siente como un Atleta” será evaluada con la hoja de observación para evaluar la realización de las diferentes técnicas del atletismo enseñadas con el modelo ludotécnico donde deberán ir evaluando las pruebas, mediante un EdPuzzle para comprobar si realmente se conocen las habilidades implicadas en las diferentes modalidades del atletismo y el porfolio dedicado al análisis de las diferentes habilidades y la realización de la propuesta de mejora para las habilidades relacionadas con el atletismo.

La situación de aprendizaje 3 es “Exprésate y crea” será evaluada con la rúbrica para ver si el montaje final cumple con los requisitos que se les pedía (creatividad y comunicación) y el porfolio para el análisis de la gestión de las emociones, así como la dificultad de transmitir sin palabras.

La situación de aprendizaje 4 es “Infórmate, Cuídate y Socorre (Among Us)” será evaluada con la rúbrica durante la practica para saber la implicación y conocer el grado de consecución de los objetivos planteados con la gamificación, y el porfolio para evaluar el análisis crítico del alumnado sobre la preparación para la práctica y seguridad en la actividad física.

La situación de aprendizaje 5 es “Pequeños Gasoles y Laias” será evaluada con la hoja de observación para comprobar si han conseguido desarrollar las habilidades motrices relacionadas con el baloncesto y la toma de decisiones, mediante un EdPuzzle para saber si son capaces de reconocer diferentes situaciones motrices que se han estado trabajando mediante el modelo comprensivo y el porfolio para el análisis crítico del papel de la mujer y la importancia del deporte en nuestra sociedad actual.

La situación de aprendizaje 6 es “No seas un Hooligan” será evaluada con la rúbrica y el porfolio para el análisis crítico con las diferentes situaciones de descontrol emocional y con las habilidades sociales para resolver las diferentes situaciones conflictivas que se daban a lo largo de la situación de aprendizaje.

La situación de aprendizaje 7 es “Cuida el entorno y aprovéchalo” será evaluada con la rúbrica durante las prácticas en los diferentes entornos y comprobar si cumple con las normas y respeta el medio, y mientras que el porfolio para el análisis crítico sobre el cuidado y uso responsable de los diferentes medios.

La situación de aprendizaje 8 es “Prepara y busca sin desorientarte” será evaluada con la rúbrica para saber si han realizado todo lo pedido en la gestión y diseño de actividades en el medio urbano y natural; y el porfolio para el análisis crítico sobre el uso de los diferentes espacios urbanos como estilo de vida activo.

La situación de aprendizaje 9 es “Convirtiéndome en Carolina Marín” será evaluada con la hoja de observación para comprobar si han conseguido desarrollar las habilidades motrices relacionadas con el bádminton y la toma de decisiones, mediante un EdPuzzle para saber si son capaces de reconocer diferentes situaciones motrices que se han estado trabajando mediante el modelo comprensivo y el porfolio para el análisis crítico del papel de la mujer y la importancia del deporte en nuestra sociedad actual.

11.1.3 Criterios de Calificación

Tras el proceso de evaluación descrito pienso que es bueno que el alumnado sea participe también de la calificación, la calificación saldrá de estos procesos que estamos evaluando, pero no solo por parte del docente, sino que también tendremos una autocalificación y cocalificación las cuales tendrán que estar justificadas por el alumnado. Por esta razón la calificación del alumnado será la siguiente:

Cada trimestre tendrá un mismo porcentaje de calificación un 33% cada uno de ellos.

Cada trimestre este compuesto por tres situaciones de aprendizaje, de las cuales se calificarán sobre 10, de las cuales las tres tendrán la misma importancia de cara a la calificación. Por lo que cada situación de aprendizaje tendrá un valor de 11% de la nota final del curso.

Antes de explicar la calificación es importante tener en cuenta de donde parte cada alumno y hasta dónde llega, por lo que el proceso de aprendizaje es importante valorarlo. Teniendo esto claro paso a explicar de dónde proviene la calificación de las situaciones de aprendizaje:

Calificación del docente: el 70% de la nota procederá de la evaluación que realizará el docente a lo largo de toda la situación de aprendizaje. El docente deberá realizar la calificación atendiendo a las evaluaciones realizadas en los diferentes momentos. La evaluación inicial realizada será de un 10%, la evaluación procesual será el 15% y la evaluación final será el 20%, el 12,5% será la evaluación del portafolio que realiza el alumnado, el 12,5% sobre los trabajos relacionados con la situación de aprendizaje y/o exámenes.

Autocalificación: el 15% de la nota procederá de las autoevaluaciones que realizará a lo largo de toda la situación de aprendizaje. El docente deberá realizar la calificación atendiendo a las evaluaciones realizadas en los diferentes momentos. La evaluación inicial realizada será de un 2,5%, la evaluación procesual será el 5% y la evaluación final será el 7,5%.

Cocalificación el 15% de la nota procederá de la evaluación que realizará el alumno que coevalúa a lo largo de toda la situación de aprendizaje. El docente coevaluador deberá realizar la calificación atendiendo a las evaluaciones realizadas en los diferentes momentos. La evaluación inicial realizada será de un 2,5%, la evaluación procesual será el 5% y la evaluación final será el 7,5%.

11.2 Evaluación de la programación y de la práctica docente (López-Rodríguez (2013))

Según López-Rodríguez (2013) si nos adentramos en la evaluación de la enseñanza, podemos establecer diferentes cuestiones que han de ser resueltas si queremos generar una visión completa de este proceso. En primer lugar, encontramos el ¿Quién?, que, como puede parecer evidente, hace referencia a la/s persona/s que van a ser las encargadas de llevar a cabo esta evaluación de la acción docente. Las tres opciones que componen esta cuestión son: Autoevaluación; se trata de una evaluación del docente a sí mismo, Coevaluación docente - docente; hace referencia a la evaluación realizada por los alumnos en relación con la acción docente, Coevaluación amiga; llevada a cabo por un docente del mismo departamento. Tras analizar el quién, resulta fundamental exponer el ¿Cómo?, que nos aportará los instrumentos, técnicas y procedimientos que consideramos oportunos para completar la evaluación. En el caso de la programación, será evaluada mediante una lista de control. Esta estará compuesta de diferentes indicadores que harán referencia a la presencia o no de elementos básicos en la programación docente. Para la evaluación de la interacción contamos con la hoja de observación, que, mediante indicadores y escalas de verificación, nos permiten conocer cuál es la calidad de la interacción del docente con los discentes. Por último, para llevar a cabo la evaluación, se deberá realizar un análisis de todos los instrumentos empleados, así como de todas las intervenciones o situaciones acontecidas en las sesiones. Considero importante destacar la existencia del diario reflexivo del docente, en el que, en todas las fases (preinteractiva, interactiva y postinteractiva), el docente refleja sus reflexiones o creencias sobre su labor docente.

- La programación, también denominada fase preinteractiva. Como su propio nombre indica, esta acción hace referencia a la planificación, organización y secuenciación de su ejercicio profesional, de tal forma que, antes de la aplicación en el aula, haya programado los contenidos, situaciones de aprendizaje, sesiones, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje, objetivos didácticos de curso, de situaciones de aprendizaje, de sesión y un largo etcétera de aspectos para tener en cuenta antes de iniciar la interacción.
- La interacción., tras la realización de la programación, comienza la siguiente función docente: la interacción o puesta en práctica de lo programado. Como su propio nombre indica, esta fase hace referencia al transcurso de las sesiones de aula, en las que, mediante la observación y relación docente – discente podrá comprobarse si lo programado en la fase anterior ha sido lo adecuado, o, si, por el contrario, requiere de alguna modificación en la acción (es decir, durante el transcurso de la propia sesión).
- Evaluación. Una vez completadas las fases de programación y de interacción, llegamos a la de evaluación o post- interactiva. En este momento, podrá evaluarse nuevamente la adecuación de la programación docente, de tal forma que puedan generarse las modificaciones oportunas, pero, a diferencia de la función anterior, estas serán futuras, es decir, para posteriores situaciones de aprendizaje e incluso futuros cursos académicos. Resulta importante destacar, que no sólo podrá evaluarse la programación, si no que, la interacción del docente también puede y debe ser analizada.

La evaluación de la fase preinteractiva (ver Anexo 6)

La evaluación de la fase interactiva, esta primera parte es para recoger parte del discurso docente durante la interacción con el alumno, en este instrumento anotara el docente si disponemos de discurso o no en los diferentes momentos de la sesión. En qué situación con respecto al grupo se da, y que información, de las distintas tareas, objetivos y contenidos de la sesión. Pudiendo anotar que dice y como lo dice para posteriormente analizarlo en el diario reflexivo. (ver Anexo 6)

Evaluación de la fase postinteractiva, en la fase postinteractiva emplearemos el diario reflexivo, donde el docente reflexionara sobre lo observado en los distintos momentos, con el fin de corregir, ajustar y modificar la programación e interacción con el alumnado. Tiene un fin formativo ya que, tras la observación y recogida de datos, realizamos la evaluación para actuar en función de lo que creemos y pensamos que va a ser mejor para el desarrollo de nuestra situación de aprendizaje o para un desarrollo de la situación de aprendizaje en otro curso académico.

12 Elementos Transversales e Interdisciplinariedad

Según el Decreto 65/2022 del 2022, la programación deberá atender los siguientes elementos transversales en las diferentes situaciones de aprendizaje que se desarrollaran a lo largo del curso académico:

- Promover y favorecer la capacidad de aprender por sí mismos y el trabajo en equipo.
- Fomentar y promover la correcta expresión oral y escrita y el uso de las matemáticas. Teniendo como fin el hábito de la lectura.

- Se promoverá la resolución colaborativa de problemas, el reforzando de la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad.
- Se fomentará y trabajará la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad.
- Se fomentarán la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

Por otro lado, a lo largo del curso académico se generará una comunicación con los profesores del resto de asignaturas para trabajar de forma interdisciplinar a lo largo del curso para trabajar mediante la misma base los diferentes contenidos de las asignaturas y así lograr alcanzar los objetivos de etapa. Esto nos va a permitir generar experiencias más significativas asociadas a diferentes emociones que van a marcar al alumnado, pudiendo ver la realidad y aplicación de lo que se trabaja en las clases. Además, también se podrían trabajar mediante proyectos de aprendizaje y servicio donde el alumnado más mayor pueda ayudar al alumnado más pequeño en la adquisición de ciertos aprendizajes.

13 Atención a las diferencias individuales / a la Diversidad

Atendiendo al artículo 30 del Decreto 65/2022 de 2022, el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo (ACNEAE) hace referencia a aquellos alumnos que requieran una atención educativa diferente a la establecida con carácter general, por presentar necesidades educativas especiales (ACNEE), por dificultades específicas de aprendizaje (DEA), por desconocimiento grave del español, por encontrarse en situación de vulnerabilidad, por sus altas capacidades, por haberse incorporado tardíamente al sistema educativo o por condiciones personales o de historia escolar u otras dificultades que sean identificadas y valoradas.

En la programación didáctica que desarrollo, cuento con alumno usuario de silla de ruedas, además cuento con casos de interrupciones del tipo negarse a la práctica de la actividad física, no traer el material necesario para la práctica deportiva o no traer el chándal y cuento o contare con alumnado lesionado debido a múltiples opciones por inactividad o por practica de actividad deportiva fuera del centro educativo, por esta razón planteo medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa ante estas situaciones. Ver anexo 7 para adaptaciones alumno con TDAH.

13.1 Alumnado que no trae la ropa deportiva

En el caso del alumnado que no traiga la ropa deportiva necesaria para la realización de la práctica deportiva, proponemos las siguientes medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa (González y Campos, 2014; Rodríguez-Negro, 2023):

- Realización de actividades de refuerzo para aprender los contenidos impartidos en la sesión que no ha podido realizar. Estas actividades de refuerzo podrán ser realizadas tanto en la siguiente sesión como fuera del horario lectivo.
- Asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, facilitándole una hoja de observación para ello.

- Asignación del rol de profesor, siendo el encargado de explicar y dirigir el calentamiento, la vuelta a la calma o determinados ejercicios.
- Asignación del rol de árbitro, siendo el encargado de controlar el correcto funcionamiento del ejercicio o partido, señalar las infracciones y de solucionar los conflictos que ocurran como resultado del incumplimiento de la normativa.
- Encargado de sacar el material, colocarlo y recogerlo.

13.2 Alumnado lesionado

En caso del alumnado que se encuentre lesionado y no pueda realizar la sesión con normalidad, propongo las siguientes medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa (González y Campos, 2014; Rodríguez-Negro, 2023):

- Realización de actividades de refuerzo para aprender los contenidos impartidos en la sesión que no ha podido realizar. Estas actividades de refuerzo podrán ser realizadas tanto en las siguientes sesiones una vez se haya recuperado de la sesión como fuera del horario lectivo.
- Asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, facilitándole una hoja de observación para ello.
- Asignación del rol de profesor, siendo el encargado de explicar y dirigir el calentamiento, la vuelta a la calma o determinados ejercicios.
- Asignación del rol de árbitro, siendo el encargado de controlar el correcto funcionamiento del ejercicio o partido, señalar las infracciones y de solucionar los conflictos que ocurran como resultado del incumplimiento de la normativa.
- Encargado de sacar el material, colocarlo y recogerlo (depende del tipo de lesión).

13.3 Alumnado que se niega a la realización de la práctica deportiva

En el caso del alumnado que se niega a la realización de la práctica deportiva, propongo las siguientes medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa (González y Campos, 2014; Rodríguez-Negro, 2023):

- Usar la mediación, para intentar convencer y negociar con el alumnado, haciéndole así partícipe de la sesión.
- Realización de actividades de refuerzo para aprender los contenidos impartidos en la sesión que no ha querido realizar. Estas actividades de refuerzo podrán ser realizadas tanto en la siguiente sesión como fuera del horario lectivo.
- Asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, facilitándole una hoja de observación para ello al alumnado.
- Asignación del rol de profesor, siendo el encargado de explicar y dirigir el calentamiento, la vuelta a la calma o determinados ejercicios.
- Asignación del rol de árbitro, siendo el encargado de controlar el correcto funcionamiento del ejercicio o partido, señalar las infracciones y de solucionar los conflictos que ocurran como resultado del incumplimiento de la normativa.
- Encargado de sacar el material, colocarlo y recogerlo.

13.4 Alumno usuario de silla de ruedas

En el caso del alumno usuario de la silla de ruedas, se proponen las siguientes medidas ordinarias para llevar a cabo adaptaciones curriculares no significativas (Cumellas y Estrany, 2006; De Potter, 1990, como se citó en Arráez, 1998; González y Campos, 2014; Mendoza, 2009; Ríos, 2003):

- Delimitar el espacio en el que este alumno se tenga que desplazar para compensar las dificultades de movilidad que se puedan presentar, a través de una variación de las distancias, aumentando la de los jugadores sin discapacidad o reduciendo la del jugador con discapacidad. Haremos una prueba previa para observar la diferencia entre ellos.
- Modificación y adaptación de determinados elementos estructurales del juego: número de jugadores, materiales, espacios, tiempos, complejidad organizativa, agrupaciones de alumnos, nivel de dificultad, normativa, etc.
- En juegos de pillar o atrapar habrá refugios en los que pueda descansar, aunque esto dependerá de la intensidad del ejercicio y de la sesión.
- Adaptación de los ejercicios, para que pueda realizarlos con el tren superior en lugar de con el tren inferior.

14 Innovación

Desde el punto de vista de la innovación, para el centro educativo al que va dirigido esta programación es en sí innovadora, ya que no están acostumbrados a trabajar con esta metodología y menos a usar gamificaciones o proyectos. En mi caso desarrollo una gamificación y un proyecto que son las situaciones de aprendizaje 4 y 6. La situación de aprendizaje 4 de la gamificación es la que desarrollo en el anexo 1, mientras que la situación de aprendizaje 6 se centra en el desarrollo de un proyecto interdisciplinar con la asignatura de tecnología para trabajar con materiales autoconstruidos.

La innovación según Blázquez (2020) habla sobre la innovación educativa como “conjunto de ideas y estrategias, lo más sistematizadas posibles, mediante las cuales se trata de implantar y colocar cambios en las practicas educativas”, pero lo que nos propone tanto Blázquez (2020) como Blázquez (2022) es una enseñanza basada en evidencias. Este autor nos plantea la idea de innovar pero con cabeza, es decir se debe innovar pero atendiendo a las circunstancias y contexto de cada centro educativo, por eso digo que en esta programación yo he innovado, porque la realidad del centro en la que estoy estas metodologías no se emplea. Con lo que he podido leer del autor nos propone innovar con cabeza, y lo que me ha transmitido es que para innovar no se requieren grandes proyectos o ideas, sino se trata de ir introduciendo cambios en nuestra forma de generar las interacciones con el alumnado. Las metodologías que he empleado para la elaboración de la programación son metodologías activas basadas en las evidencias según Blázquez (2022) esta educación física basada en evidencias (EFBE), es aquella que emplea resultados de investigaciones para tomar decisiones en la educación física en el contexto en el que me encuentro. Ahora es importante saber y comprobar si esta EFBE es aplicable en nuestro contexto, por lo que realmente se debe evaluar y ver que modificaciones se deben hacer para ajustarlo a la realidad en la que me encuentro.

Según Ibarrola (2013) en Pellicer et al. (2015) las emociones intervienen en el aprendizaje del alumnado de hecho dice que “dificultaran o facilitarán el aprendizaje, de hecho

la adquisición de una habilidad cognitiva va a depender de los sentimientos que le genera al alumnado la realización de la tarea”, es decir que en función de las emociones que se genere en el alumnado influiremos positivamente en la adquisición de conocimientos y experiencias prácticas. Por esta razón lo que he buscado con esta programación es el uso de metodologías activas para que el alumnado sea participe del proceso de enseñanza y aprendizaje, buscando la mejor forma, intentando que el alumnado este motivado e interesado.

15 Referencias

- Arráez, J. M. (1998). *Teoría y Praxis de las adaptaciones curriculares en educación física. Un programa de intervención motriz aplicado a la educación primaria*. Aljibe.
- Banco de Datos del Ayuntamiento de Madrid [BDAM]. (s.f.). Ayuntamiento de Madrid https://www-s.madrid.es/CSEBD_WBINTER/arbol.html
- Baena-Extremadura, A. (2021). *Capítulo 9: Educación Aventura*. En Pérez-Pueyo, A., Hortigüela-Alcalá, D., y Fernández-Rio, J. (2021). *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué*. Universidad de León.
- Blázquez, D. (2022). *Lo que funciona en tu clase. Educación Física basada en evidencias*. Inde.
- Blázquez, D. (Ed.) (2022). *Métodos de enseñanza en educación física: enfoques innovadores para la enseñanza de competencias*. Inde.
- Blázquez, D. (2020). *Descubre como es la Educación Física del s. XXI. Así trabaja el profesorado más innovador*. Inde.
- Blázquez, D. (2017). *Cómo evaluar bien Educación Física. El enfoque de la evaluación formativa*. Inde.
- Blázquez Sánchez, D. (2016). *Métodos de enseñanza en educación física: Enfoques innovadores para la enseñanza de competencias*. INDE.
- Buscador de Centros Educativos Comunidad de Madrid [BCECM]. (s.f.). Servicios e Información. Educación. Comunidad de Madrid. <https://www.comunidad.madrid/servicios/educacion/buscador-centros-educativos>
- Casanova, M. A. (1995). *Manual de evaluación educativa*. La Muralla S.A.
- Centro Educativo López Vicuña. (s.f.). Proyecto Educativo. <https://lopezvicu.org/colegio/proyecto-educativo>
- Cumellas, M. y Estrany, C. (2006). *Discapacidades motoras y sensoriales en primaria*. Inde.
- Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid. *Boletín oficial de la Comunidad de Madrid*. http://www.madrid.org/wleg_pub/secure/normativas/contenidoNormativa.jsf?nmnorma=10718&cdestado=P#no-back-button

- Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín oficial de la Comunidad de Madrid*.
- Decreto 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid*, 176, de 26 de julio de 2022. https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2022/07/26/BOCM-20220726-2.PDF
- Díaz, J. (1996). Los Recursos y Materiales Didácticos en Educación Física. *Apunts. Educación física y deportes*, 1(43), 42-54. <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/316542/406648>
- Fernández-Río, J. (2021). *Capítulo 2: El aprendizaje cooperativo*. En Pérez-Pueyo, A., Hortigüela-Alcalá, D., y Fernández-Río, J. (2021). *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué*. Universidad de León.
- Florence, J., Brunelle, J., y Carlier, G. (2000). *Enseñar educación física en secundaria* (1.a ed.). Inde.
- González-Víllora, S., Evangelio, C., Guijarro, E., y Rocamora, I. (2020). *Innovando con el modelo de Educación Deportiva: si buscas resultados distintos, no eduques de la misma manera*. Aula Magna.
- González Rivera, M. D., y Campos Izquierdo, A. (2014). *Intervención docente en educación física en secundaria y en el deporte escolar*. Síntesis.
- Hargreaves, A., Earl, L. y Ryan, J. (1996). *Capítulo 6: La problemática del Currículum*. En *Una educación para el cambio. Reinventar la educación de los adolescentes*. Ediciones OCTAEDRO, S.L.
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de Diciembre de 2020. <https://www.boe.es/boe/dias/2020/12/30/pdfs/BOE-A-2020-17264.pdf>
- López-Rodríguez, A. (2013). *La evaluación de la enseñanza y los aprendizajes en la educación física. Consideraciones en torno a un sistema de evaluación formativa*. *Tándem: Didáctica de la Educación Física*, 43 p (70-77).
- López Vicuña (2022). *Reglamento de Régimen Interior*. https://lopezvicu.org/images/pdf/RRII_2022-23.pdf
- López Vicuña (2022). *Plan de Convivencia Curso 2022-2023. Plan de Conducta*. https://lopezvicu.org/images/pdf/PLAN_DE_CONVIVENCIA_2022-23.pdf
- Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008). *Marco para la buena enseñanza. Centro de Perfeccionamiento, Experimentación e Investigaciones Pedagógicas*. <https://cpeip.cl/wp-content/uploads/2017/10/MBE.pdf>
- Melero, D y Navarro, D (2020). *Capítulo VI: El modelo de aprendizaje cooperativo: El grupo como comunidad de aprendizaje*. En Sánchez-Alcaraz, B.J., Valero, A., Navarro, D. y

- Merino, J.A. (2020). *Metodologías emergentes en educación física: Consideraciones teórico-prácticas para docentes*. Wanceulen Editorial.
- Mendoza, N. (2009). *Propuestas prácticas de educación física inclusiva para la etapa de secundaria*. Inde.
- Navarro, D., Collado, J.A., y Pellicer, I. (2020). *IV. Aprendizaje cooperativo, ¿Quieres llegar rápido o lejos? En Modelos pedagógicos en educación física*.
- Navarro, D., Collado, J.A., y Pellicer, I. (2020). *Modelos pedagógicos en educación física*.
- Orden EFP/279/2022, de 4 de abril, por la que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en el ámbito de gestión del Ministerio de Educación y Formación Profesional. *Boletín Oficial del Estado*, 84, 8 de abril de 2022. <https://www.boe.es/boe/dias/2022/04/08/pdfs/BOE-A-2022-5687.pdf>
- Orden 1210/2022, de 12 de mayo, del Consejero de Educación, Universidades, Ciencia y Portavoz del Gobierno, por la que se establece el calendario escolar para el curso 2022-2023 en los Centros Educativos No Universitarios Sostenidos con Fondos Públicos de la Comunidad de Madrid. *Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid*, 121, 23 de mayo de 2022. https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2022/05/23/BOCM-20220523-26.PDF
- Parra, M., Caballero, P., y Domínguez, G. (2009). *Pedagogía de la Aventura*. En, García Montes, M.^a E. (coord.), *Dinámicas y estrategias de recreación*, (pp. 199-260). Graó.
- Pellicer, I., López, L., Mateu, M., Mestres, L., Monguillot, M., y Ruiz, J.V. (2015). *NeuroEF. La REVOLUCIÓN de la Educación Física desde la NEUROCIENCIA*. Inde.
- Pérez-Pueyo, A., Hortigüela-Alcalá, D., y Fernández-Rio, J. (2021). *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué*. Universidad de León.
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial del Estado*, 76, de 30 de Marzo de 2022. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2022/BOE-A-2022-4975-consolidado.pdf>
- Ríos, M. (2003). *Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad*. Paidotribo. Recuperado el 3 de mayo de 2023, de: <https://atencionninosdiscapacidad2014.files.wordpress.com/2014/03/manualdeeducacionfisicaadaptadaalalumnocondiscapacidad-140109082742-phpapp01.pdf>
- Rodríguez-Negro, J. (2023). *La gestión del Aula en Educación Física. Herramientas y estrategias para el docente*. Independently Published. ISBN:9798375110509.
- Sáez de Ocáriz, U (2022). Aprendizaje cooperativo “AC”. En Blázquez, D. (Ed.) (2022). *Métodos de enseñanza en educación física: enfoques innovadores para la enseñanza de competencias*. Inde.

- Sáez de Ocáriz Granja, U. (2016). *Aprendizaje cooperativo "AC"*. En Blázquez Sánchez, D. (2016). *Métodos de enseñanza en educación física: Enfoques innovadores para la enseñanza de competencias*. INDE.
- Sánchez-Alcaraz, B.J., Valero, A., Navarro, D. y Merino, J.A. (2020). *Metodologías emergentes en educación física: Consideraciones teórico-prácticas para docentes*. Wanceulen Editorial.
- Sánchez Bañuelos, F. (2003) *Capítulo 10: La comunicación y la interacción didáctica en la clase de Educación Física*. En Sánchez Bañuelos, F., y Fernández García, E. (2003). *Didáctica de la educación física para primaria*. Pearson Prentice Hall.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Grada: Gymnos.
- Sicilia, A., y Delgado, M.A. (2002). *Educación Física y Estilos de Enseñanza*. Inde.

16 Anexos

16.1 Anexo 1: Situación de aprendizaje 4, “Infórmate, Cuídate y Socorre (Among Us)”.

**CUARTA SITUACIÓN DE
APRENDIZAJE: Infórmate, Cuídate y
Socorre (Among Us)**

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE DE TERCERO DE LA
E.S.O.**

Centro López Vicuña

Curso: 3º E.S.O.

Grupo: A

Profesor: Julián García

Índice

<u>16.1.1</u>	<u>Contexto</u>	64
<u>16.1.2</u>	<u>Justificación</u>	64
<u>16.1.3</u>	<u>Objetivos</u>	67
<u>16.1.4</u>	<u>Competencias Especificas</u>	67
<u>16.1.5</u>	<u>Contenidos</u>	68
<u>16.1.6</u>	<u>Metodología</u>	69
<u>16.1.7</u>	<u>Temporalización</u>	73
<u>16.1.8</u>	<u>Recursos</u>	79
<u>16.1.9</u>	<u>Evaluación y Calificación</u>	81
<u>16.1.10</u>	<u>Atención a la Diversidad</u>	97
<u>16.1.11</u>	<u>Sesiones</u>	99
<u>16.1.12</u>	<u>Referencias</u>	103

16.1.1 Contexto

El Among Us es un juego online donde puedes jugar con tus amigos, en el cual hay dos roles, unos jugadores serán compañeros (tripulantes) y otros impostores que tendrán que sabotear las tareas de los otros jugadores. El objetivo del juego es que los tripulantes mientras hacen las tareas de la nave espacial identifiquen quiénes son los impostores. En cada ronda hay que votar para ver quién es el impostor. A la persona que la voten quedará eliminada y si no pillan al impostor, el impostor ganará.

Las tareas son importantes a la hora de realizarlas porque suma tiempo para que los tripulantes puedan saber quiénes son los impostores. Los impostores no tienen que hacer tareas, pero pueden simular que las hacen para conseguir pasar desapercibidos y podrán eliminar a los tripulantes acercándose y tocándolos. Los tripulantes eliminados pasarán al rol de ser fantasmas, en el cual podrán ver todo el mapa sabiendo que pasa exactamente en cada lugar. Los tripulantes fantasmas aún pueden completar tareas. Sin embargo, los fantasmas no pueden arreglar ningún sabotaje realizado por los impostores. Las tareas están repartidas por el mapa (nave espacial).

Sí un tripulante sospecha de alguien podrá convocar una reunión para votar al impostor, en esa reunión habrá debate para ver a quién votar.

Este juego se podrá jugar tanto en ordenador como en un teléfono móvil.

16.1.2 Justificación

Se ha elegido este juego porque se piensa que es una buena forma de tratar los contenidos de vida activa y saludable y, organización y gestión de la actividad física, ya que nos permite que los alumnos/as de 3º de la ESO interactúen entre ellos a la hora de jugar y aprender durante las diferentes sesiones. Este juego fomentará la aparición del pensamiento crítico porque habrá bastantes debates donde cada alumno/a se expresa de forma diferente y podrán hacerlo con total libertad delante de sus compañeros. Durante las actividades de la situación de aprendizaje se impartirán las diferentes capacidades físicas y vida saludable.

Observando la vida cotidiana del alumnado veo que están rodeados de videojuegos, videoconsolas, móviles, internet, juegos de mesa, etc. Por ello, esta es una buena manera de conseguir que el alumnado este motivado, aprendan, participen y estén concentrados durante las clases es extrapolar las herramientas que ofrecen los juegos y usarlas en clase.

Para ello, los nuevos modelos de enseñanza y aprendizaje nos ofrecen la oportunidad de conseguir que los alumnos participen en su propio aprendizaje, pero para ello, el profesorado tiene que estar en continua evolución y aprendiendo a utilizar los nuevos recursos tecnológicos que surgen y se pueden utilizar en las aulas para poder conseguir una mayor participación de los alumnos en las aulas y que consigan un mayor aprendizaje significativo, según Marín et al. (2015).

En términos de la dinámica social del aprendizaje basado en juegos, según Perrotta et al., (2013) un tema común es que a través de los videojuegos los jóvenes cultivan intereses y se unen a "grupos de afinidad" que operan en contextos, como parte de sus proyectos de

desarrollo personal. En estos grupos, los jugadores se involucran en formas sofisticadas de aprendizaje impulsadas por la pasión compartida por los juegos, así que, utilizar este tipo de recursos y métodos en el aula ayudan a desarrollar habilidades sociales, ya que, el alumnado está en continua interacción con los demás compañeros para lograr el fin común. Para los profesores, esto plantea la posibilidad de utilizar la "gamificación" como estrategia para mejorar la enseñanza, el aprendizaje y la evaluación. Utilizando técnicas basadas en juegos se fomenta la competencia y la superación personal en el aula.

Bogost (2011) destaca que los juegos son, ante todo representaciones que simulan ciertos comportamientos y experiencias, y utilizan conjuntos de reglas, roles y mecanismos de juego y recompensa para motivar e involucrar. También es una forma de participación experiencial en la que las personas aprenden por ensayo y error, juego de roles y tratando un tema determinado, no como "contenido", sino como un conjunto de reglas, o un sistema de elecciones y consecuencias. Por lo tanto, si conseguimos trasladar los beneficios que nos ofrecen los juegos a las aulas, podremos llevar a cabo un aprendizaje más enriquecedor y motivante para los alumnos.

Desde una perspectiva psicológica encontramos la siguiente aportación dada por Lee y Hammer (2011): *“los juegos motivan a causa de que impactan directamente en las áreas cognitivas, emocionales y sociales de los jugadores”*, por lo tanto, lo que autor nos viene a decir con esto es que el juego tiene un impacto directo en las áreas cognitivas, emocionales y sociales, como consecuencia de la motivación que les puede generar el juego.

En el estudio de Kenny y McDaniel (2011) vemos como los juegos en las aulas causan una mayor motivación en los alumnos, por lo tanto, los alumnos tienen una mayor predisposición para aprender, porque la motivación es imprescindible para asegurar el aprendizaje, cuando un alumno está motivado, la efectividad de la actividad aumenta y consecuentemente el aprendizaje será más duradero.

Una de las observaciones que hemos visto en los anteriores estudios, es la de que los alumnos/as simplemente por el mero hecho de estar motivados aprenden mejor. Para ello queremos entender porque ese hecho ocurre en el ser humano.

Según Woolfolk (2010) existen dos tipos de motivación:

- La motivación intrínseca: es la motivación que mana de forma natural de las necesidades psicológicas y de los esfuerzos innatos del crecimiento. Por ello es importante, porque, cuando una persona tiene una motivación intrínseca, obra por sí misma y quiere superarse. Entonces se esfuerza mucho más e inconscientemente aprende a la vez. Para ello, como docentes deberemos de proponer actividades que favorezcan el afloramiento de este tipo de motivación.
- Motivación extrínseca: es la motivación que aparece de forma externa por factores externos a la actividad propuesta. Por ejemplo: el halago del profesor, un premio por realizar bien la actividad.

Gallego y Llorens (2015) añaden que para conseguir tener buenos resultados a la hora de realizar la gamificación se debe conseguir que florezca la motivación intrínseca por parte de los alumnos, aunque, sin olvidarnos que debemos reforzar esa motivación con la motivación extrínseca que podemos aportar como docentes.

16.1.2.1 Principios y mecanismos de los juegos (Perrotta et al., 2013)

En este apartado veremos qué principios y mecanismos están implícitos en los juegos y nos harán entender porque usándolos correctamente podremos sacar partido de ellos consiguiendo que los alumnos/as disfruten aprendiendo.

16.1.2.1.1 Principios

- Motivación intrínseca: Los juegos por sí mismos son intrínsecamente motivadores porque en general es una actividad voluntaria. Por lo tanto, los juegos para aprender funcionan mejor en el contexto de la invitación y persuasión, en lugar de la imposición.
- Aprender a través del disfrute intenso y la “diversión”: Los juegos pueden ser un vehículo para envolver a los estudiantes en un "flujo". El flujo es un estado de conciencia durante la cual un individuo tiene el control de sus acciones y está completamente absorto en la tarea en cuestión.
- Autosuficiencia y autonomía: Los juegos fomentan investigación y exploraciones independientes.
- Aprendizaje experimental.

16.1.2.1.2 Mecanismos

- Normas: Estas reglas pueden ser más o menos complejas.

Metas claras pero desafiantes: La presencia de actividades exigentes y claramente definidas que permita que los alumnos vean el impacto directo de sus esfuerzos.

- Un escenario de ficción o "fantasía" que proporciona un trasfondo convincente: Este es un elemento esencial pero fácilmente malinterpretado en el aspecto del juego. A pesar de la tendencia a entregarse al escapismo y las fantasías, la simulación también puede ser una estrategia deliberada y consciente que ayuda al aprendizaje. La adherencia a un escenario o rol ficticio permite a los jugadores experimentar con habilidades e identidades.
- Niveles de dificultad progresivos, respaldados por criterios comprensibles de progresión.
- Interacción y alto grado de control del alumno: Lo más importante es la certeza de que el esfuerzo y la dedicación serán reconocidos y recompensados.
- Un cierto grado de incertidumbre e imprevisibilidad.
- Retroalimentación inmediata y constructiva: Uno de los mecanismos más poderosos de los juegos es la capacidad de proporcionar retroalimentación en tiempo real, no sólo como evaluación, sino más a menudo como orientación para facilitar y corregir el desempeño del juego.
- Un elemento social que permite a las personas compartir experiencias y construir vínculos: Un juego no es simplemente un producto o herramienta que puede tener o no una relación con el aprendizaje. El ecosistema que rodea al juego es igual de importante. De hecho, probablemente sea aún más relevante

desde una perspectiva educativa, porque brinda a los jugadores una variedad de oportunidades para compartir, interactuar y perseguir intereses y pasiones.

16.1.3 Objetivos

En cuanto a los objetivos, a continuación, expondré los objetivos que se trataran en la situación de aprendizaje que son los siguientes:

- Adquirir conocimientos sobre la mejora de los hábitos saludables y la vida activa.
- Gestionar situaciones de accidentes y método de actuación (RCP y Heimlich).
- Desarrollar pensamiento crítico para la preparación para la actividad física.
- Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta.
- Conocer los niveles de condición física respecto a la salud y poder valorar dónde se encuentran ellos mismos en relación con esos niveles.
- Concienciar y explicar los beneficios de la actividad en relación con diferentes enfermedades o factores de riesgo.

16.1.4 Competencias Específicas

La competencia específica la hemos relacionado con el curso de tercero de la ESO, y hemos elegido la competencia específica 1. Según el Decreto 29/2022, es “Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida”. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

He elegido esta competencia específica porque creemos que es bueno fomentar el trabajo en grupo, además de ayudarse unos a otros en los diferentes conceptos de la asignatura, ya que todos pueden aportar sus conocimientos y apoyarse entre ellos. También creo que es una buena forma que aprendan interactuando entre ellos.

Basándonos en los descriptores, las competencias clave que desarrollaremos durante la situación de aprendizaje son las cuatro siguientes: comunicación lingüística, competencia matemática y en ciencia, tecnología e ingeniería, competencia digital y competencia personal, social y de aprender a aprender.

En cuanto a las competencias digitales, según Jenkins (2006b) en Del Castillo, et al. (2012), estas son tres de las competencias digitales hemos escogido la de jugar, inteligencia colectiva y negociación. La competencia de jugar hace referencia a la “capacidad para experimentar con el entorno como un espacio de resolución de problemas”; la competencia de inteligencia colectiva se refiere a la “capacidad de compartir conocimientos con otros para lograr un objetivo común”; y la competencia de negociación a “la posibilidad de moverse a

través de las diversas comunidades, respetar y discernir múltiples perspectivas y adaptarse a normas alternativas”. He elegido estas tres competencias digitales ya que creemos desarrollarlas mediante la gamificación, con él Among Us, va permitir que el alumnado pueda experimentar diferentes pruebas en el entorno, donde compartirán diferentes conocimientos con sus compañeros para desarrollarse como personas críticas y para el objetivo común; y por último el desarrollo de diferentes habilidades sociales de comunicación y escucha, donde el alumnado se tendrá que ir adaptando a las diferentes situaciones que se les planteen. El Among Us les va a permitir desarrollarse mediante debates, negociaciones, autogestión de la negociación y el debate, el análisis de las tareas que se realizaran, su adecuación e interacción en las mismas.

16.1.5 Contenidos

Los contenidos elegidos son relacionados con el curso de tercero de la ESO, hemos elegido el contenido A que según el Decreto 29/2022 corresponde con “Vida activa y saludable”, donde promoveremos la salud física, consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico y el análisis crítico del entrenamiento. Además, el afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares. También veremos la salud mental y los efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros) y la creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos.

- Salud Física: Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros; y Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física
- Salud Social Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos; Exigencias y presiones de la competición; Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).
- Salud Mental: Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos.

En cuanto al contenido B que según el Decreto 29/2022 corresponde con “Organización y gestión de la actividad física” fomentaremos las siguientes habilidades:

- Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices: Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos; Gestión del riesgo propio y del de los demás; y Medidas individuales y colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas antes accidentes: Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar)
- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares

He elegido estos contenidos porque creemos que se pueden aprender de forma significativa a través de este juego durante la situación de aprendizaje gamificada, ya que, se fomentará la aparición del sentido crítico frente diferentes prácticas y, gestión y actuación en

situaciones de riesgo. Durante las sesiones habrá bastantes debates y acusaciones donde cada alumno/a se expresa de forma diferente y podrán hacerlo con total libertad delante de sus compañeros/as.

Tabla 9

Relación entre la competencia específica, contenidos y criterios de evaluación.

Competencia específica	Competencias clave	Descriptores	Contenidos	Criterios de evaluación	OGE
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	C. comunicación lingüística.	CCL3.	A: Vida Activa y Saludable.	1.3 1.4 1.5	A B C
	C. matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.	STEM2, STEM5	B: Organización y gestión de la actividad física		D J K L
	Competencia digital.	CD4.			
	C. personal, social y de aprender a aprender.	CPSAA2, CPSAA4.			

16.1.6 Metodología

La gamificación es una técnica de enseñanza que consiste en el empleo de diversos recursos y herramientas que van a servir al docente para motivar al alumnado. Kapp (2012) señala que se trata de utilizar las mecánicas del juego, su estética y sus estrategias para involucrar al alumnado, motivar la acción, promover el aprendizaje y resolver problemas. Por otra parte, el Informe Horizon (2014), nos habla sobre la gamificación como una tendencia que está cada vez más en auge debido al alto uso de las tecnologías y las facilidades que nos ofrecen los dispositivos móviles, relacionándolo con esta sesión, aprovechamos el juego más de moda del año 2020, Among Us, el cual se desarrollara más detalladamente en los siguientes apartados. A partir de la gamificación, han surgido nuevas ideas para el desarrollo de las sesiones como scape room, muy de moda en los últimos años o los juegos de roles.

A lo largo del siglo XXI, encontramos diferentes definiciones sobre la gamificación que nos van aportando una visión diferente y nos ayudan a entender cómo ha ido evolucionando este concepto. La primera vez que se usó la palabra gamificación la encontramos en el libro de Marczewski (2013) donde recoge que la palabra “gamification” fue usada por primera vez en 2002 por el británico Nick Pelling, el cual era un diseñador y programador de software

empresarial, el difundió este término para dar nombre a una realidad observada por él. Desde ese año ese término fue usándose en diferentes ámbitos, pero hasta 2010 no se difundirá masivamente por congresos y conferencias por diseñadores de videojuegos. Entonces, el concepto de gamificación se inició en el ámbito de la informática, aunque por aquel entonces se usaba para reflejar la importancia de la experiencia lúdica en el mundo real.

Nueve años después, siguiendo el mismo ámbito se creó la primera definición de la gamificación, esa definición fue dada por dos creadores de videojuegos Zichermann y Cunningham (2011) donde decían que *“la gamificación es el uso del pensamiento lúdico y las mecánicas de juego para fomentar la participación de los usuarios y resolver problemas”*, por lo tanto, en esta primera definición vemos como estos dos autores se dan cuenta que los juegos hacen que los usuarios tengan que pensar y con ello aprendan. Otro autor, fue más allá de esta primera definición y añadió que la gamificación no es solamente parte de los juegos, sino que también aparece en situaciones no lúdicas, según Deterding et al., (2011) *“la gamificación es el uso de elementos de diseño de juegos en contextos no lúdicos”*.

Años más tarde otros dos autores añadieron que se podía enseñar mediante la gamificación cogiendo los elementos que nos ofrecen los juegos y llevándolos a la enseñanza. Con esto, crearon dos definiciones desde una perspectiva desde el ámbito de la enseñanza. Kapp (2012) define la gamificación como *“la aplicación del pensamiento basado en juegos para resolver problemas y fomentar el aprendizaje utilizando todos los elementos de los juegos que son apropiados”*, mientras que Ramírez (2014) define la gamificación como *“la utilización de estrategias, pensamientos y mecánicas de los juegos en contextos no habituales para la modificación del comportamiento de los/las participantes”*. Por lo tanto, como hemos visto, la gamificación es un término que tuvo una continua evolución desde el ámbito de la informática hasta que llegó al ámbito de la educación tal cual como la conocemos hoy en día y seguramente vaya teniendo algún cambio en los próximos años al ser un concepto en el cual se está investigando actualmente.

Según Espinosa (2017) la gamificación está interesada en "juegos" como un conjunto de principios, herramientas y técnicas, que nacen en los videojuegos, pero se extienden a varios otros contextos, incluida la educación. Los juegos pueden, en teoría, ayudar a la consecución de objetivos educativos. Espinosa también añade que, si la gamificación despista al alumno de adquirir el contenido dado en la clase en las actividades de gamificación, la gamificación será un fracaso. La gamificación, aspira a introducir la esencia de los juegos en las clases, para conseguir un desarrollo integral y un aprendizaje más significativo poniendo en práctica conocimientos procedimentales, actitudinales y conceptuales. Usando la gamificación podremos incluir actividades como la observación, reflexión, práctica, perfeccionamiento de habilidades, gestión, estudio formal y la evaluación. También se puede incluir actividades de resolución de problemas, descubrimiento guiado y de ensayo y error de forma grupal o individual.

En este apartado vamos a hablar principalmente de sobre la metodología, concretamente sobre la gamificación, para empezar, es importante saber diferenciar y no confundir con otras dos que se podrían asemejar o confundir con la gamificación. La primera metodología que encontramos es el aprendizaje basado en juegos, que según Plass et al., (2015) el aprendizaje basado en juegos se refiere a realizar actividades con juegos que ya han sido inventados anteriormente, con sus reglas ya definidas y con el propósito de enseñar y aprender

contenidos didácticos o diferentes destrezas a través de los juegos en un tiempo concreto y determinado; y la segunda es la “Serious games” que según Sawyer y Smith (2008) son los juegos creados propiamente para potenciar el aprendizaje de uno o unos contenidos didácticos específicos sin hacer énfasis en la diversión, es decir, es un juego creado para un fin concreto.

Por lo tanto, en la gamificación vemos como la duración es mucho más larga que en el aprendizaje basado en juegos y en el serious games, donde se usan para contenidos concretos en un tiempo concreto y relativamente corto. La gamificación, en cambio, podrá usarse en la totalidad de una programación de aula.

16.1.6.1 Teorías en las que se basa la gamificación

La gamificación se basa en dos teorías que veremos a continuación:

- La primera teoría en la que se basa la gamificación es la teoría de la autodeterminación, en la cual, según Ryan et al., (1997) manifiesta que esta teoría es un enfoque hacia la motivación humana y hacia la personalidad que usa métodos empíricos tradicionales mientras emplea una metateoría organísmica que enfatiza la importancia de la evolución de los recursos humanos internos para el desarrollo de la personalidad y la autorregulación de la conducta. La teoría psicológica de la autodeterminación explica como el éxito de la aplicación de la gamificación no depende únicamente de la aplicación de elementos del juego, sino, de desarrollar interés, o dicho de mejor manera, propiciar la motivación.
- Siguiendo con la teoría de la autodeterminación y viendo el artículo de Ryan y Deci (2000) observamos que hay tres elementos importantes para conseguir que los alumnos tengan una motivación intrínseca a la hora de hacer una actividad:
 - Autonomía: Deberemos de ser capaces de conseguir que los alumnos creen que la actividad la realizan porque quieren ellos, sin que les obliguemos.
 - Competencia: La actividad debe de ser un desafío para el alumno, pero alcanzable, porque si es muy difícil se desmotivará al no ser capaz de realizarla y si es muy fácil se aburrirá.
 - Significado: El alumno deberá de comprender por qué se realiza dicha actividad. Si el alumno no supiera porqué se realiza la tarea, no la puede llegar a comprender y puede no ser motivante.
- Según Csikszentmihalyi (1990) otra teoría en la que se basa la gamificación es en la teoría del flujo que hace referencia a que las personas que juegan absorben más las situaciones y conocimientos, porque están en una intensa concentración para conseguir superar el reto. Esta teoría ofrece instrumentos para programar actividades que produzcan desafíos a los alumnos, donde estos desafíos deben de ser alcanzables para conseguir placer y motivación en los alumnos para que consigan progresar en su aprendizaje y desarrollar sus habilidades. Por lo tanto, hay un aumento en la capacidad de la atención, concentración, del esfuerzo y del rendimiento hacia la resolución de una actividad o tarea. Todo esto causa felicidad y placer en la persona. Para conseguir ese estado de flujo una persona debe de tener estas condiciones durante la actividad:
 - Concentración
 - Éxtasis

- Retroalimentación
- Habilidades para resolver la actividad o actividad ajustada al nivel de los alumnos.
- Crecimiento (ir aumentando la dificultad)
- Pérdida de la noción del tiempo
- Motivación intrínseca.

16.1.6.2 Gamificación en el ámbito escolar.

La introducción de la gamificación en los colegios e institutos es relativamente reciente. Todavía queda mucho por investigar y saber mucho más sobre esta metodología. Según Dichev y Dicheva (2017) la gamificación se introdujo en la educación cuando los elementos y experiencias de los juegos fueron introducidos en los procesos de enseñanza y aprendizaje en los colegios e institutos, por ahora lo que se sabe de la gamificación es que es una buena forma de motivar a que los alumnos tengan interés por lo que están aprendiendo. Según Hanus y Fox (2015) el uso de la gamificación motiva a los alumnos porque pueden aprender de una forma diferente conocimientos que por tradición son más difíciles o aburridos, así que les induce a investigar, probar y experimentar al transformar el aula en un juego. Según Melchor (2012), para conseguir que la gamificación sea eficaz, los juegos planteados deberán de ser atractivos por los alumnos, para avivar el interés de los alumnos, para ello se podrá ofrecer premios, para que los alumnos se involucren en el proceso. Se podrán usar de forma colectiva o individual. Cortizo et al., (2011) añaden que la gamificación lleva implícita unos automatismos de los juegos basados en las reglas y desafíos que producen compromiso en los alumnos. También como podemos ver en el siguiente estudio, según Romo et al., (2018) usar estas estrategias de la gamificación como una herramienta en el aprendizaje de los alumnos, aparentemente, nos permitirá como docentes desarrollar nuestras destrezas para enseñar, reforzar conocimientos y habilidades socioemocionales, como el autoconocimiento, la resolución de problemas, la colaboración, la motivación y la comunicación. Dicho esto, los alumnos a parte de conseguir un aprendizaje académico conseguirán también un aprendizaje personal.

Por lo tanto, la gamificación es una buena metodología para que el profesor sea capaz de conseguir que los alumnos/as consigan adquirir las diferentes competencias educativas y conocimientos requeridos en cada curso a nivel académico de una forma más amena para los estudiantes. También, el profesor deberá de estar cualificado para llevar a cabo, una situación de aprendizaje o programación basada en la gamificación, ya que, tendrá que ser capaz de mostrar todo su amplio conocimiento para que el aprendizaje de los estudiantes sea mucho más enriquecedor.

16.1.6.3 Gamificación en la educación física.

En este apartado veremos los resultados de los diferentes estudios encontrados donde se puso en práctica la gamificación durante las clases de educación física.

Las ventajas de utilizar la gamificación en la educación (Cortizo et al., 2011):

- Premia el interés y el esfuerzo
- Penaliza la falta de interés y el esfuerzo

- Indica el momento exacto cuando un alumno se acerca al suspenso.
- Premia el trabajo extra.
- Esclarece el rendimiento de cada alumno.
- Propone opciones para mejorar la nota en la asignatura.
- Fomenta el trabajo en la clase.
- Premia a los que se lo merecen.

Como hemos ido viendo, unas de las claves para que los alumnos sientan interés por lo que aprendan es hacer florecer su motivación, avivar el componente emocional y que se diviertan durante su proceso de aprendizaje, para ello, en estos estudios vemos como lo aprendido teóricamente ha dado los resultados esperados cuando se ha llevado a la práctica la gamificación. En el estudio de Apostol et al., (2013) vemos que la gamificación fomenta los dos tipos de motivación, pero para ello, las actividades tienen que suponer un desafío a superar, avivando la curiosidad de los alumnos suscitando su capacidad de creatividad. También vemos que la gamificación incrementa el rendimiento y el grado de compromiso por parte de los alumnos en el ejercicio físico. Por otro lado, en el estudio de Hernando et al., (2015) vemos como los alumnos tienen una gran valoración y actitud positiva ante la gamificación planteada en el estudio. Las actividades más valoradas han sido las de trabajo de cooperación con los compañeros, aquellos que enfatizan en el componente emocional, las actividades donde se utilizan las TIC y las actividades que extrapolan en conocimiento más allá del aula. Al conseguir las tareas gamificadas propuestas, correlativamente ha aumentado el compromiso y el rendimiento de los alumnos por la práctica de la EF. Y según Coterón et al., (2017) usar la gamificación en la educación física es crear actividades prácticas que sean lúdicas y que estimulen a los alumnos un interés, de forma que los alumnos adquieran el conocimiento planteado en las clases a través de la realización de juegos como elemento esencial en el proceso del aprendizaje.

16.1.7 Temporalización

Las sesiones se desarrollarán en el horario normal de las clases de Educación Física y por lo tanto en su mismo espacio, ya sean el patio o en el gimnasio según esté dispuesto. Las sesiones de los lunes y miércoles serán en el patio, y las sesiones de los martes en el gimnasio. Esta situación de aprendizaje consta de 12 sesiones, que se van a desarrollar durante el mes de diciembre y enero, siendo su ubicación en el segundo trimestre del curso.

Tabla 10

Temporalización de las sesiones de la situación de aprendizaje

DICIEMBRE							
S	L	M	X	J	V	S	D
15				1	2	3	4
16	5	6	7	8	9	10	11
17	12	13	14	15	16	17	18
18	19	20	21	22	23	24	25
19	26	27	28	29	30	31	

ENERO

S	L	M	X	J	V	S	D
19							1
20	2	3	4	5	6	7	8
21	9	10	11	12	13	14	15
22	16	17	18	19	20	21	22
23	23	24	25	26	27	28	29
24	30	31					

La primera sesión será la de presentación y toma de contacto con la dinámica general de las sesiones y establecer una primera toma de contacto con las diferentes dinámicas. Durante el resto de las sesiones se desarrollarán, abordarán y evaluarán los contenidos asociados a la situación de aprendizaje.

Tabla 11*Relación de sesiones con los diferentes elementos curriculares*

N.º Sesión	Lugar	Contenido	Tema	Competencia específica	Competencia digital	Objetivos	Criterio de evaluación
1	Patio	Contenido A “Vida activa y saludable” Promover la salud física, consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico y el análisis crítico del entrenamiento.	Presentación de la SA y Evaluación Inicial	1	Jugar Inteligencia colectiva	Desarrollar habilidades sociales a través del deporte mediante una situación de aprendizaje gamificada	1.3; 1.4 y 1.5
2	Gimnasio	El afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares.	Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices Pruebas de Condición Física		Negociación	Conocer los niveles de condición física respecto a la salud y poder valorar dónde se encuentran ellos mismos en relación con esos niveles. Desarrollar pensamiento crítico para la preparación para la actividad física.	
3	Patio		Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices			Conocer los niveles de condición física respecto a la salud y poder valorar dónde se encuentran ellos mismos en relación con esos niveles. Desarrollar pensamiento crítico para la preparación para la actividad física.	

4	Patio	<p>La salud mental y los efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros) y la creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos.</p>	<p>Pruebas de Condición Física</p> <hr/> <p>Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices</p> <p>Trabajo de fuerza y resistencia</p>	<p>Adquirir conocimientos sobre la mejora de los hábitos saludables y la vida activa.</p>
5	Gimnasio	<p>Contenido B</p> <p>“Organización y gestión de la actividad física” fomentaremos las siguientes habilidades</p> <p><u>Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices:</u></p> <p>Elección de la indumentaria y</p>	<p>Medidas individuales y colectivas de seguridad.</p> <p>Trabajo flexibilidad y velocidad</p>	<p>Desarrollar pensamiento crítico para la preparación para la actividad física.</p> <p>Concienciar y explicar los beneficios de la actividad en relación con diferentes enfermedades o factores de riesgo.</p> <hr/> <p>Adquirir conocimientos sobre la mejora de los hábitos saludables y la vida activa.</p> <p>Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta.</p> <p>Concienciar y explicar los beneficios de la actividad en relación con diferentes enfermedades o factores de riesgo.</p>

6	Patio	<p>equipamiento conveniente</p> <p>Capacidades implicadas.</p> <p>Gestión del riesgo propio y del de los demás</p> <p>Medidas individuales y colectivas de seguridad.</p>	<p>Medidas individuales y colectivas de seguridad.</p> <p>Trabajo de fuerza y resistencia</p>	<p>Adquirir conocimientos sobre la mejora de los hábitos saludables y la vida activa.</p> <p>Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta.</p> <p>Concienciar y explicar los beneficios de la actividad en relación con diferentes enfermedades o factores de riesgo.</p>
7	Patio	<p>Protocolo RCP</p> <p>Maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares</p>	<p>Medidas individuales y colectivas de seguridad.</p> <p>Trabajo flexibilidad y velocidad</p>	<p>Adquirir conocimientos sobre la mejora de los hábitos saludables y la vida activa.</p> <p>Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta.</p> <p>Concienciar y explicar los beneficios de la actividad en relación con diferentes enfermedades o factores de riesgo.</p>
8	Gimnasio		<p>Elección de la indumentaria y</p>	<p>Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta.</p>

		equipamiento conveniente		Gestionar situaciones de accidentes y método de actuación (RCP y Heimlich).
9	Patio	RCP y Heimlich	Valoración de la condición física	Conocer los niveles de condición física respecto a la salud y poder valorar dónde se encuentran ellos mismos en relación con esos niveles
10	Patio	Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente	RCP y Heimlich	Desarrollar pensamiento crítico para la seguridad para la realización de actividades y vestimenta. Gestionar situaciones de accidentes y método de actuación (RCP y Heimlich).
11	Gimnasio	Refuerzo de sesiones anteriores		Cualquiera de las anteriores a demanda por el alumnado.
12	Patio	Evaluación Final + Valoración de la Condición Física		Conocer el grado de consecución de las competencias y objetivos por parte del alumnado a través de la gamificación.

16.1.8 Recursos

- 2 bancos suecos (no hacen falta al final por ahora),
- 2 balones medicinales 3kg,
- escalera de coordinación
- chinos,
- combas,
- vallas

Ilustración 1

Material aportado al alumnado en formato de ficha



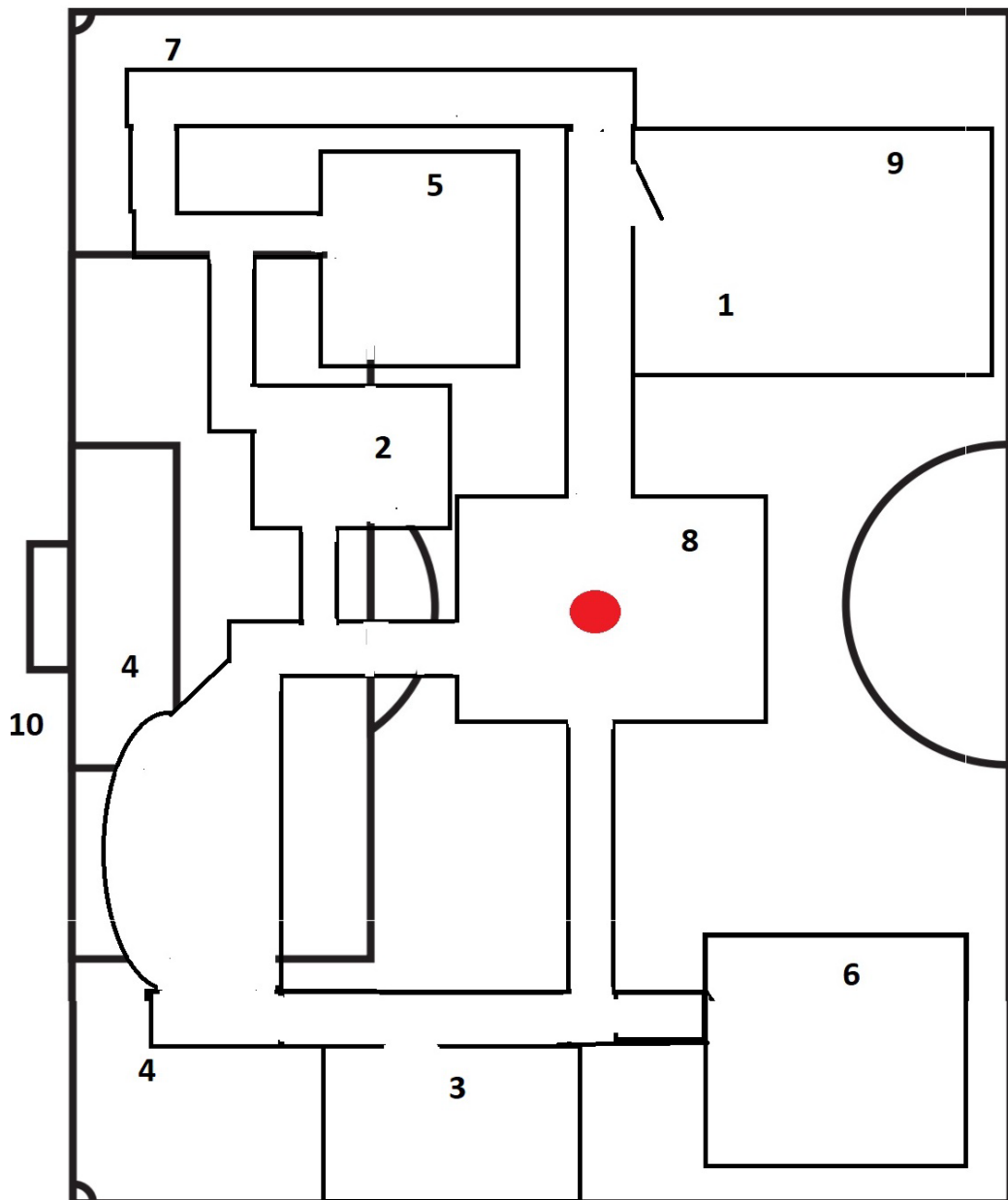
Ilustración 2

Material aportado al alumnado en formato de ficha



Ilustración 3

Material aportado al alumnado en formato de mapa de la nave



16.1.9 Evaluación y Calificación

Para mí la evaluación va más allá de la calificación y del rendimiento, pienso que tiene que estar relacionada con el intentar mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, y para esto,

es fundamental que el alumnado sea partícipe, no puede ser una pieza independiente. Si conseguimos que el alumnado participe de forma activa en el proceso de e-a, alcanzará a la larga una serie de competencias que verdaderamente podrá aplicar en su vida adulta y profesional.

Me gustaría desarrollar un sistema de evaluación que estuviese marcado por la relación bidireccional entre alumnado y profesorado, ya que ambos tienen que ir de la mano y remar en el mismo sentido para alcanzar los objetivos propuestos de la mejor manera posible. Ambos deben ir recogiendo evidencias a lo largo de todo el proceso para, de esta forma, seguir avanzando. Es importante fijar una meta compartida para que el alumnado sea conocedor de hacia dónde va y sepa hacia dónde se dirige el proceso, para que vaya aprendiendo cómo debe avanzar en función de sus necesidades y características personales. En la labor como docente voy a tratar de ajustar de la mejor forma posible lo que sería la programación, para así intentar satisfacer las distintas necesidades educativas del alumnado.

La finalidad es básicamente que el alumnado mejore su aprendizaje, y para ello consideramos que el proceso se antoja como algo clave, puesto que las mejoras se deben ir realizando a lo largo de todo el camino, y no se debe resumir el resultado final en un simple logro obtenido. Consideramos que la evaluación debe ser continua para que el alumno/a pueda corregir sus debilidades y errores y llegar a la meta final lo más “formado” posible.

Para atender a la evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje, nos centraremos lógicamente tanto en la enseñanza como en el aprendizaje. La evaluación de la enseñanza se realizará sobre la acción docente en sus tres funciones, que son el diseño, la puesta en práctica y la evaluación. Para ello, participarán tanto el propio docente como el alumnado, dependiendo del momento y la fase que se esté evaluando. La evaluación de la fase preinteractiva se llevará a cabo por el docente a través del análisis documental mediante una hoja de control sobre la propia situación de aprendizaje. La evaluación de la fase interactiva se llevará a cabo por el docente y el alumnado a través de la asamblea grupal y del diario del alumnado, y, por otro lado, se grabarán las sesiones para poder rellenar una hoja de observación. Finalmente, la evaluación de la fase postinteractiva se llevará a cabo del mismo modo que la fase interactiva, por el docente y el alumnado, a través del diario reflexivo del alumnado y de la información recogida en las asambleas grupales.

En cuanto a la evaluación del aprendizaje, decir que lo que buscamos en el alumnado es que consiga esa autonomía durante el proceso de aprendizaje, lo cual no quiere decir que el docente sea un elemento externo y que no tenga nada que ver en el proceso. Para ello, consideramos fundamental la competencia de “aprender a aprender”, ya que es de esta forma como de verdad vamos a conseguir una serie de aprendizajes eficaces en el alumnado. Nuestra idea es que el alumnado reflexione durante el proceso y que sea capaz de forma autónoma de tomar decisiones a lo largo de éste. Debe ser consciente de todo lo que hace para que los aprendizajes sean significativos, puesto que así podrá seguir aplicándolos una vez terminada la etapa escolar.

Me centraré en el desarrollo de las competencias y el grado de aprendizaje. Para la evaluación del desarrollo de las competencias voy a tratar de ceder responsabilidades y fomentar esa competencia de aprender a aprender. La evaluaré durante el inicio, el proceso y

al final, a través de una rúbrica de autoevaluación, las asambleas grupales, el desarrollo del portafolio y tareas de clase. Para ello, participarán tanto el docente como el alumnado, mediante la autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación.

La calificación será la siguiente: la heteroevaluación del docente saldrá de la rúbrica en el momento inicial (10%), la rúbrica en el momento procesual (15%), la rúbrica en el momento final (20%), los trabajos a realizar (12,5%) y el portafolio (12,5%). Por lo que el alumnado podrá llegar a alcanzar el 70% de la nota. El 30% restante procederá de la rúbrica de autoevaluación (15%) y de la rúbrica de coevaluación (15%).

Los instrumentos y herramientas que se utilizarán durante la evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje se recogen a continuación.

Para la evaluación de esta situación de aprendizaje hemos elegido los siguientes criterios de evaluación extraídos del Decreto 29/2022:

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen cualquier estereotipo, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

16.1.9.1 Instrumentos de evaluación

16.1.9.1.1 Evaluación enseñanza - Lista de control fase preinteractiva (Inicio)

Tabla 12

Evaluación enseñanza - Lista de control fase preinteractiva (Inicio)

Título: SA de Among Us				
Fecha:				
Curso:				
Quién evalúa:				
Categorías	Indicadores	SI	NO	A veces
Contextualización	La situación de aprendizaje atiende al curso en que se encuentra y a la edad y contexto social del alumnado.			

	Correlación con lo pactado en la planificación general dentro del proyecto curricular.			
	La situación de aprendizaje está correctamente estructurada.			
Objetivos	Los objetivos de aprendizaje establecidos son concretos y están determinados de forma adecuada en las SA.			
	Los objetivos guardan la necesaria relación con los criterios y normativa curricular correspondiente.			
	Los objetivos guardan la necesaria relación con la programación didáctica establecida por el departamento.			
	Los objetivos se adecuan correctamente a las características individuales del alumnado, entre las que destacan grupo, curso, nivel, etc.			
	Los objetivos contribuyen al desarrollo de las capacidades básicas del alumnado.			
	Los objetivos contribuyen al desarrollo de las competencias establecidas por el currículo (BOE).			
	Los objetivos contribuyen al desarrollo de los valores.			
Competencias	Se explica el objetivo de las competencias dentro del proceso de e-a.			
	Las competencias clave que se tratan en la situación de aprendizaje están especificadas.			
Contenidos	Los contenidos son coherentes con los objetivos propuestos.			
	Los contenidos son relevantes con los objetivos propuestos.			
	Los contenidos se encuentran debidamente actualizados según el BOCM.			

	Los contenidos se encuentran debidamente desarrollados.			
	Los contenidos se encuentran debidamente estructurados.			
	Se han definido adecuadamente los contenidos mínimos exigidos por el BOCM.			
	Se han definido adecuadamente unos contenidos de ampliación.			
	Conoce diferentes perspectivas y nuevos desarrollos de la disciplina a enseñar.			
	Conoce y comprende los principios y conceptos centrales de la disciplina a enseñar.			
	Los contenidos propuestos se relacionan con las competencias a desarrollar.			
Temporalización	La planificación está adecuada a la planificación de la programación didáctica (departamento de EF).			
	La planificación temporal está adecuada a la planificación general del centro.			
	La planificación planteada es factible para su desarrollo.			
Tareas	Las tareas se plantean para poder atender distintos ritmos de aprendizaje del alumnado.			
	Las tareas planteadas se adaptan a las necesidades del alumnado.			
	Se relacionan y adecúan a la metodología propuesta.			
	Las tareas que se plantean son adecuadas para el objetivo de la sesión			
Recursos materiales y didácticos	La planificación de los materiales y recursos que van a ser empleados a lo largo del curso son acordes a las posibilidades del centro.			

	La planificación de los materiales y recursos que van a ser empleados a lo largo del curso se adecuan a las características individuales del alumnado y sus posibilidades.			
Metodología	El docente expone y define de manera clara la metodología que va a llevar a cabo.			
	Conoce y domina distintas estrategias de enseñanza que se adecuen a la complejidad que suponen los contenidos.			
	Conoce y utiliza las estrategias de enseñanza necesarias para generar aprendizajes significativos en el alumnado.			
	Analiza, conoce y reflexiona sobre las dificultades que pueden suponer los objetivos que ha programado.			
Atención a la diversidad	Se plantean actividades que se adapten a las necesidades individuales de cada participante.			
	Se permite al alumnado que decida el nivel en que se encuentra de forma autónoma.			
	Se planifican actividades extraescolares para atender a distintas necesidades.			
	Se plantean alternativas para el alumnado que esté exento de la realización de práctica deportiva.			
Evaluación	Los criterios de evaluación y calificación establecidos por el docente son claros y adecuados.			
	El docente expone, de manera adecuada, al alumnado, los criterios de evaluación y calificación de tal manera que los conozca y entienda en todo momento.			
	El docente propone y planifica alternativas de recuperación para aquella parte del alumnado que no haya podido superar los objetivos y criterios establecidos.			

	Las estrategias de evaluación llevadas a cabo por el docente tienen que ser acordes al nivel de complejidad establecido mediante los contenidos.			
	El docente tiene previsto, organizado y estructurado el calendario de actividad a realizar, en el que se incluyan procesos, pruebas y sistemas de evaluación.			
	Se propone una cesión de responsabilidad progresiva para el alumnado.			
	Se fomenta el desarrollo de la competencia de aprender a aprender.			
	El alumnado forma parte de la evaluación.			
	Hay instrumentos de evaluación preparados tanto para las autoevaluaciones y coevaluaciones como para la heteroevaluación			
	Las estrategias de evaluación, planificadas por el docente, ofrecen al alumnado la posibilidad de demostrar lo que han aprendido.			
Observaciones				

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

16.1.9.1.2 Evaluación enseñanza - Lista de control fase preinteractiva (Proceso)**Tabla 13***Evaluación enseñanza - Lista de control fase preinteractiva (Proceso)*

Título: SA de Among Us Fecha: Curso: Quién evalúa:				
Categorías	Indicadores	SI	NO	A veces
Contextualización	El tema de la situación de aprendizaje ha causado interés en el grupo.			
Objetivos	Se pueden desarrollar los objetivos propuestos.			
Contenidos	El alumnado comprende los contenidos.			
Temporalización	La temporalización se ajusta a lo estipulado en la situación de aprendizaje.			
Tareas	El tiempo estipulado para las tareas es suficiente.			
Recursos y materiales didácticos	Los recursos son suficientes.			
	Los recursos están bien organizados y estructurados.			
Metodología	La metodología está siendo eficaz para la participación activa.			

	El alumnado sigue el ritmo de trabajo previsto.			
Atención a la diversidad	Hay alumnos que necesitan ayuda y refuerzo. *			
	Hay alumnos que están avanzados. **			
Evaluación	El docente facilita la participación del alumno en la evaluación			
	Los instrumentos de evaluación favorecen la evaluación.			
	El alumnado comprende los instrumentos de evaluación.			
	Los instrumentos favorecen la autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación			
Modificaciones	Especificar las modificaciones realizadas, sea en la categoría que sea.			
Observaciones	* Quienes ** Quienes			

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

16.1.9.1.3 Evaluación enseñanza - Lista de control fase preinteractiva (Final)

Tabla 14

Evaluación enseñanza - Lista de control fase preinteractiva (Final)

Título: SA de Among Us Fecha: Curso: Quién evalúa:				
Categorías	Indicadores	SI	NO	A veces
Contextualización	La situación de aprendizaje ha atendido al curso en que se encontraba y a la edad y contexto social del alumnado.			
	Ha existido una correlación con lo pactado en la planificación general dentro del proyecto curricular.			
	Se han tenido en cuenta los conocimientos previos del alumnado.			
Objetivos	Los objetivos han contribuido al desarrollo de las capacidades básicas del alumnado.			
	Los objetivos han contribuido al desarrollo de las competencias establecidas por el currículo (BOE).			
	Los objetivos han contribuido al desarrollo de los valores.			
	Se han trabajado todos los objetivos propuestos en la planificación.			
	Los objetivos se han adecuado correctamente a las características individuales del alumnado, entre las que destacan grupo, curso, nivel, etc.			
Competencias	Los objetivos de las competencias han sido alcanzados.			

	Se han trabajado las distintas competencias especificadas.			
Contenidos	Los contenidos han tenido coherencia con los objetivos trabajados.			
	Ha habido contenidos tanto procedimentales como conceptuales y actitudinales.			
	Se han trabajado todos los contenidos especificados.			
	Ha existido relación con los contenidos tratados con anterioridad.			
	Los contenidos han favorecido el desarrollo de las competencias.			
Temporalización	La planificación temporal ha estado adecuada a la planificación general del centro.			
	La planificación planteada ha sido factible para su desarrollo.			
	La distribución y secuenciación de los contenidos ha sido adecuada.			
Tareas	Las tareas han tenido coherencia con los contenidos que trataban.			
	Las tareas se han ajustado al ritmo de aprendizaje del alumnado.			

	Las tareas planteadas se han adaptado a las necesidades del alumnado.			
	Las tareas se han relacionado y adecuado a la metodología propuesta.			
Recursos y materiales didácticos	Los recursos han sido adecuados a las posibilidades del centro.			
	Los recursos se han adaptado al alumnado.			
Metodología	La metodología propuesta ha permitido trabajar los distintos tipos de objetivos y contenidos.			
	La metodología llevada a cabo ha fomentado que el alumnado sea partícipe y activo en el proceso.			
Atención a la diversidad	Ha existido flexibilidad que permitiera la adaptación para todo el alumnado en cada momento que ha sido necesario.			
	El alumnado ha gozado de autonomía para seleccionar el nivel en el que se encontraba y poder partir del mismo para aprender.			
	El alumnado exento de la realización de la práctica ha tenido distintas posibilidades para participar en el proceso.			
Evaluación	Ha participado el alumnado en la evaluación de la enseñanza.			

	Se han llevado a cabo todos los procesos, pruebas y sistemas de evaluación planificados.			
	Las estrategias de evaluación, planificadas por el docente, han ofrecido al alumnado la posibilidad de demostrar lo que han aprendido.			
Observaciones				

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

16.1.9.1.4 Hoja de observación Fase Interactiva (conducción de la sesión)

Tabla 15*Hoja de observación Fase Interactiva (conducción de la sesión)*

Conducción de la sesión.					
N.º de Sesión de Among Us					
Categorías	Indicadores	T1	T2	T3	T4
Comunicación	Ofrece feedback positivo, animando y felicitando al alumnado.				
	Resuelve cualquier tipo de duda que exista en el alumnado de forma individual o grupal.				
	Atiende a la percepción y reflexión del alumnado durante las tareas y al final de las mismas.				
Ubicación	Se ubica con la posibilidad de ser escuchado y visto por el alumnado.				
	Se sitúa de forma idónea para observar lo que sucede en la sesión de clase y poder intervenir.				
	Se mueve por todo el espacio para atender a todo el alumnado en las distintas tareas.				
Organización	Agrupar al alumnado en función de las intenciones educativas expresadas.				
	Agrupar al alumnado en función de las necesidades del alumnado.				

Utilización y organización de recursos didácticos	Los recursos son adecuados, atendiendo a las necesidades de los alumnos y los requerimientos de la tarea.				
	Los recursos están bien organizados y secuenciados en cada actividad.				
	Los recursos son seguros, evitando los distintos problemas que pueda tener el alumnado.				
Diseño de entornos de enseñanza	Se adecua el entorno diseñado a la creación y distribución de espacios y del material.				
	Tiene coherencia con las intenciones educativas que se están programadas.				
	El entorno de aprendizaje es seguro en todo momento, sin suponer ningún riesgo para el alumnado.				
Funcionamiento de la secuencia de las actividades	La secuencia de actividades programadas es lógica y aumenta en dificultad para la consecución de los objetivos planteados.				
	Las tareas son acordes a los objetivos propuestos y las capacidades de los alumnos.				
	Existe coherencia con las demás actividades de la misma sesión y de la sesión previa.				
Clima de clase	El alumnado es partícipe durante la sesión de forma activa.				

	Fomenta la motivación del alumno, tanto extrínseca como intrínseca.				
	Genera confianza y autoestima dentro del alumnado.				
Leyenda	Se valora de 0 a 3 según la calidad de cada aspecto.				

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

16.1.9.1.5 Rubrica de evaluación del aprendizaje

Tabla 16

Rubrica de evaluación

Rúbrica situación de aprendizaje de Among Us				
Nombre alumno/a evaluado:				
Nombre alumno evaluador:				
Fecha:				
Curso:				
INDICADORES DE LOGRO				
CATEGORÍAS	1 INSUFICIENTE	2 MEJORABLE	3 SATISFACTORIO	4 EXCELENTE
Comunicación	Apenas hablan.	Hablan, pero la información que aportan no es relevante	Hablan, la información que aportan es relevante	Hablan, pero información que aportan es relevante, y son capaces de transmitir y hacerse escuchar
Participación	No participa	Participa, pero solo interactúa con su compañero durante las pruebas	Participa, pero en los debates grupales no interviene	Participa en todos los debates y con información de calidad
Actividades para desarrollo de la capacidad física y salud	No analizan las actividades	Analizan las actividades, pero no diferencian las que benefician a la salud y las que no	Analizan las actividades, diferencian las que benefician a la salud y las que no	Analizan las actividades, diferencian las que benefician a la salud y las que no, y son capaces de diferenciar la capacidad que desarrollan.
Análisis de pruebas físicas	No analizan las pruebas	Analizan la prueba, pero no son capaces de determinar si es adecuada o no de forma crítica	Analizan la prueba, son capaces de determinar si es adecuada o no de forma crítica	Analizan la prueba, son capaces de determinar si es adecuada o no de forma crítica, y te proponen una prueba alternativa

Hábitos saludables	No sabe que son	Es capaz de identificar y reconocer cuáles son los hábitos de vida saludable	Es capaz de identificar cuáles son los hábitos de vida saludable y los pone en práctica solo en la hora de educación física.	Es capaz de identificar cuáles son los hábitos de vida saludable y los pone en práctica fuera del centro educativo
RCP y Heimlich	Desconoces como se realizan	Tan solo es capaz de realizar una de las técnicas.	Es capaz de realizar la RCP y Heimlich, solo si le dicen que tiene que realizarla	Es capaz de realizar la RCP y Heimlich, actuando atendiendo a las diferentes situaciones que se le presentan
Pensamiento crítico	No desarrolla pensamiento crítico	Pone en duda la seguridad de la practica o la preparación para la practica	Pone en duda la seguridad de la práctica y la preparación para la practica	Pone en duda la seguridad de la práctica y la preparación para la práctica, de tal forma que es capaz de proponer una alternativa más adecuada.
A continuación, marca con una cruz donde está el alumno, compañero o tú mismo				
CATEGORÍAS	1 INSUFICIENTE	2 MEJORABLE	3 SATISFACTORIO	4 EXCELENTE
Comunicación				
Participación				
Actividades para desarrollo de la capacidad física y salud				
Análisis de pruebas físicas				
Hábitos Saludables				
RCP y Heimlich				
Pensamiento crítico				
Puntuación final: Observaciones y reflexiones:				

16.1.10 Atención a la Diversidad

16.1.10.1 Alumnado que no trae la ropa deportiva

En el caso del alumnado que no traiga la ropa deportiva necesaria para la realización de la práctica deportiva, proponemos las siguientes medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa (González y Campos, 2014; Rodríguez-Negro, 2023):

- Realización de actividades de refuerzo para aprender los contenidos impartidos en la sesión que no ha podido realizar. Estas actividades de refuerzo podrán ser realizadas tanto en la siguiente sesión como fuera del horario lectivo.

- Asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, facilitándole una hoja de observación para ello.
- Asignación del rol de profesor, siendo el encargado de explicar y dirigir el calentamiento, la vuelta a la calma o determinados ejercicios.
- Asignación del rol de árbitro, siendo el encargado de controlar el correcto funcionamiento del ejercicio o partido, señalar las infracciones y de solucionar los conflictos que ocurran como resultado del incumplimiento de la normativa.
- Encargado de sacar el material, colocarlo y recogerlo.

16.1.10.2 Alumnado lesionado

En caso del alumnado que se encuentre lesionado y no pueda realizar la sesión con normalidad, propongo las siguientes medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa (González y Campos, 2014; Rodríguez-Negro, 2023):

- Realización de actividades de refuerzo para aprender los contenidos impartidos en la sesión que no ha podido realizar. Estas actividades de refuerzo podrán ser realizadas tanto en las siguientes sesiones una vez se haya recuperado de la sesión como fuera del horario lectivo.
- Asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, facilitándole una hoja de observación para ello.
- Asignación del rol de profesor, siendo el encargado de explicar y dirigir el calentamiento, la vuelta a la calma o determinados ejercicios.
- Asignación del rol de árbitro, siendo el encargado de controlar el correcto funcionamiento del ejercicio o partido, señalar las infracciones y de solucionar los conflictos que ocurran como resultado del incumplimiento de la normativa.
- Encargado de sacar el material, colocarlo y recogerlo (depende del tipo de lesión).

16.1.10.3 Alumnado que se niega a la realización de la práctica deportiva

En el caso del alumnado que se niega a la realización de la práctica deportiva, propongo las siguientes medidas ordinarias de adaptación curricular no significativa (González y Campos, 2014; Rodríguez-Negro, 2023):

- Usar la mediación, para intentar convencer y negociar con el alumnado, haciéndole así participe de la sesión.
- Realización de actividades de refuerzo para aprender los contenidos impartidos en la sesión que no ha querido realizar. Estas actividades de refuerzo podrán ser realizadas tanto en la siguiente sesión como fuera del horario lectivo.
- Asignación del rol de observador para dar feedback al alumnado, facilitándole una hoja de observación para ello al alumnado.
- Asignación del rol de profesor, siendo el encargado de explicar y dirigir el calentamiento, la vuelta a la calma o determinados ejercicios.
- Asignación del rol de árbitro, siendo el encargado de controlar el correcto funcionamiento del ejercicio o partido, señalar las infracciones y de solucionar los conflictos que ocurran como resultado del incumplimiento de la normativa.
- Encargado de sacar el material, colocarlo y recogerlo.

16.1.11 Sesiones

Las sesiones a lo largo de toda la situación de aprendizaje van a seguir dos estructuras, a continuación, exponemos la primera estructura de la sesión y la explicación propia de la gamificación.

Ahora bien, este es el juego del móvil, en nuestra situación, los jugadores irán por parejas realizando sus tareas. Las tareas son ejercicios físicos o test de condición física que deberán realizar con el fin de mantener una buena salud y condición física, de tal manera que los impostores son factores de riesgo que condicionan la salud de la gente, llevándola hasta la muerte o empeorando su salud.

A cada pareja se le dará una tarjeta en la cual pueda ver el mapa de la nave y otra en la que aparecerán todas las tareas que deben realizar. Cada vez que realicen una tarea deberán acudir al profesor y mostrarle el vídeo de que han realizado la tarea, cuando esto ocurra el profesor firmará esa tarea como completa y los miembros de la tripulación podrán continuar realizando sus tareas.

Cuando se encuentre un “cuerpo” (cono naranja) o se apriete el botón rojo, todos los miembros de la nave se reunirán en el centro junto con el docente, el cual solo controlara el tiempo.

Los jugadores eliminados pasan a ser fantasmas, por lo que al igual que en el juego original pueden continuar realizando sus tareas y ver todo lo que sucede en el terreno de juego, pero no pueden interactuar con el resto de los miembros vivos de la prueba.

Cada tripulante tendrá asignado diferentes actividades físicas sobre las que el grupo deberá reflexionar si son beneficiosas o no para contrarrestar algunos factores de riesgo, el factor de riesgo será el impostor.

Tras cada muerte se reflexiona sobre la actividad física y tras el descubrimiento del impostor sobre el factor de riesgo, sobre que genera y produce en nuestra salud.

El segundo formato de sesión se desarrollarán actividades en una nave espacial donde diferentes pandemias azotarán la supervivencia de la nave, para poder sobrevivir al viaje espacial los tripulantes deberán aprender primeros auxilios y a combatir estereotipos y enfermedades mediante buenas prácticas de actividad física, si lo consiguen los tripulantes podrán sobrevivir a la crisis. Durante el proceso deberán ir haciendo simulaciones ya sean prácticas como en formato de folleto, para tener siempre presente durante las diferentes crisis y que sirvan de ayuda, por ello se tendrán grupos especializados en diferentes crisis o pandemias. Es de vital importancia evaluar si realmente las actividades que estamos planteando le está sirviendo al alumnado, sobre todo en épocas de navidad donde se generan muchas falsas ideas o los llamados propósitos de año nuevo, se necesita transmitir el mensaje de la necesidad de una vida activa y no dejarse influenciar por otras sustancias, además es interesante que el alumnado aprenda a cómo actuar en situaciones de atragantamientos o pérdida de consciencia o accidentes.

16.1.11.1 Factores de Riesgo (Impostor) (García et al. (2016); González et al., (2002); y Leiva et al., (2017))

- **Sedentarismo:** es uno de los principales problemas de salud a nivel global, se basa en la inactividad física, se considera sedentarismo toda actividad que no consuma un gasto energético mínimo.

¿Alguno recuerda cuál era este gasto energético (pista: se mide en METs) (<1,5 METs)?
 ¿A qué enfermedades puede derivar el sedentarismo? (obesidad, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, síndrome metabólico, enfermedades cardiovasculares (ECVs), cáncer y mortalidad) ¿Cuánto tiempo en % de nuestras actividades diarias se consideran de tipo sedentarias? (entre el 55-70%) ¿Qué otro nombre le damos en la actualidad al sedentarismo? (pandemia silenciosa)

- **Obesidad:** es una enfermedad que se caracteriza por el exceso de acumulación de grasa en el cuerpo, es una enfermedad de la cual derivan muchos de los factores de riesgo. La mortalidad de las personas con obesidad es tres veces mayor que la de los no obesos.

¿A parte de la dieta y la inactividad física, sabéis otro factor que aumente la obesidad? (genético, historial familiar, condición social y económica), ¿sabéis que puesto ocupa España en cuanto a población con obesidad se refiere a nivel mundial (22°), y en Europa (9°)?

- **Tabaquismo:** es uno de los principales problemas de salud de los países desarrollados y se desarrolla cada vez más a una edad más temprana (adolescentes). El tabaco es un producto psicoactivo que afecta los procesos químicos del cerebro y del sistema nervioso. Además de tener efectos nocivos sobre el sistema respiratorios.

¿Qué tipos de fumadores hay, los sabéis?, ¿en qué se diferencian? ¿Del número total de pacientes con cáncer pulmonar, cuál creéis que es el porcentaje del cual su causa principal fue el tabaquismo? (90-95%)

- **Colesterol elevado:** el colesterol es una sustancia que se encuentra en la sangre, al tener el colesterol elevado, éste se puede acumular en los vasos sanguíneos provocando que estos se obstruyan y, por lo tanto, no permitan que fluya la sangre de manera adecuada. El colesterol elevado puede ser hereditario, pero lo más común es que se dé por no llevar un estilo de vida saludable.

¿Qué ocurre si se forma un coágulo? (ataque al cardíaco o un accidente cerebrovascular)
 ¿Qué dos tipos de colesterol existen? (el bueno que separa el colesterol de la sangre y lo devuelve al hígado y el malo que puede pegarse a las arterias)

- **Diabetes:** es una enfermedad crónica e irreversible en la que se produce un exceso de glucosa en sangre y/u orina y se puede deber a dos causas, disminución de la secreción de una hormona o la deficiencia de esta hormona.

¿De qué hormona hablamos? (insulina) ¿Qué tipos de diabetes hay? (tipo I y II) ¿En qué órgano se sintetiza la insulina? (páncreas)

- **Alimentación ultra procesada:** los alimentos ultra procesados son aquellos que no se parecen en nada a su forma original. Normalmente están cargados de azúcares añadidos, sal, grasas y aditivos. Son alimentos que no son saludables y que se deben comer lo menos posible.

¿Sabríais decir algún tipo de alimento ultra procesado? ¿Por qué pensáis que la gente abusa tanto de ellos? ¿Por qué crean tanta adicción? (baratos, accesibles, apetitosos, fáciles de preparar...) ¿Conviene emplear más tiempo en comer algo verdaderamente sano?

- **Depresión y ansiedad:** la depresión es un trastorno mental caracterizado fundamentalmente por un bajo estado de ánimo y sentimientos de tristeza, asociados a alteraciones del comportamiento, del grado de actividad y del pensamiento. La ansiedad es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que uno sude, se sienta inquieto y tenso, y que tenga palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés.

¿Consideráis que estos dos trastornos están a la orden del día? ¿Pensáis que se le da la suficiente importancia a la SALUD MENTAL? ¿Qué medidas se podrían tomar desde el ámbito educativo para dar mayor visibilidad a este tema y concienciar al alumnado?

- **Alcohol:** el alcohol es una droga que deprime el sistema nervioso central, es decir, que enlentece las funciones del cerebro. El alcohol afecta a la capacidad de autocontrol, por lo que puede confundirse con un estimulante.

¿Por qué pensáis que cada vez los jóvenes empiezan antes a consumir alcohol? ¿Qué efectos produce el alcohol en nuestro organismo? Desinhibición, euforia, relajación, aumento de la sociabilidad, dificultad para hablar, dificultar para asociar ideas, descoordinación motora... ¿Afecta a todos por igual? ¿Qué efectos puede producir el alcohol en nuestra persona a la larga si lo consumimos desde edades tempranas?

- **Drogas:** Las drogas son sustancias que, cuando se introducen en el organismo, actúan sobre el sistema nervioso central. Esto provoca cambios que pueden afectar a la conducta, el estado de ánimo o la percepción.

¿A qué conlleva su consumo? Dependencia psicológica, dependencia física, tolerancia. ¿Creéis que desde el ámbito académico se le da la suficiente importancia a este tema? ¿Son realmente conscientes los niños/as de los daños que se están causando, siguiendo este tipo de conductas?

- **Insomnio:** El insomnio es un trastorno del sueño frecuente que puede causar dificultad para conciliar el sueño (quedarse dormido) o mantenerlo, o puede hacer que te despiertes demasiado temprano y no puedas volver a dormirte.

¿Creéis que los jóvenes duermen el número de horas que se recomienda? (8h mínimo) ¿A qué se debe? ¿Afecta esto de alguna manera al rendimiento académico?

16.1.11.2 Pruebas

- Realizar 20 sentadillas de manera correcta (Los asientos se han desplazado, colócalos)
- Realizar 15 burpees bien hechos (Carga los datos en la nube)
- Saltar a un lado y a otro del banco o la línea o la valla. Realizar esto durante 30 segundos (el generador tiene deficiencias, ayúdale)
- Equilibrio en bancos con balones medicinales (en principio creo que esta al final no la podemos llevar a cabo) (el generador necesita repostar)
- Escaleras de coordinación (esta tampoco sé si será posible realizarla al no tener escaleras) (los motores se han desincronizados, sincronízalos)
- Plancha 30 segundos. Al ir por parejas, tendremos que ponernos en la posición de plancha e ir chocando cada vez una mano con nuestro compañero. (la plataforma es inestable, estabilízala)
- Prueba de agilidad de los tacos de madera (2 chinos) (la turbina se ha parado, ponla en marcha)
- El mono y el árbol (uno se cuelga y el otro tiene que rodear a su compañero) (el falso techo se ha soltado, sube y arrégalo)
- 30 segundos haciendo comba, si se enreda la comba se vuelve a empezar. (el aire acondicionado se ha averiado, repáralo)
- Aguantar 30 segundos en sentadilla modo silla (descarga datos de la nube)
- 30 segundos de skipping (rodillas arriba durante 30 segundos) (¡¡se han colado cucarachas en la nave, aplástalas!!)
- 30 segundos montaing climbers (Transfiere tu energía a la nave para ir más deprisa)
- 10 zancadas en cada pierna (¡¡acaban de fregar la sala, no pises lo fregao!!)
- One hundred (¡¡la nave se está desestabilizando, estabilízala!!)
- Gomas elásticas, press palov (cuidado que vienen curvas, agárrate fuerte)
- Si hay valla, fondo de tríceps (Lleva los controles de la nave de espaldas)

16.1.11.3 Preguntas para realizar durante el desarrollo de las pruebas

Lo que vamos a buscar durante el desarrollo de las pruebas no es la rapidez, ya que de nada sirve que pasen rápido de una prueba a otra si no realizan bien la actividad o la prueba que proponemos. Lo importante es que realicen la prueba tal y como indicamos y que cumplan con los tiempos (es decir, si indicamos que hay que hacer la comba durante 30 segundos, que no estén únicamente 10 segundos saltando). Nosotros estaremos atentos para supervisar todo esto y realizaremos alguna pregunta para comprobar si verdaderamente las están realizando bien.

Al ser la actividad en parejas, buscamos también que uno pueda corregir al otro, es decir, que, si uno observa algún error de ejecución en su compañero, deberá corregirle y hacérselo saber para que el desarrollo de la prueba sea el adecuado.

Nosotros nos iremos moviendo por el espacio y preguntaremos a los alumnos si tienen alguna duda, cómo se están sintiendo, si notan que se han elevado sus pulsaciones, si están cumpliendo bien con los tiempos...

16.1.11.4 Pruebas cooperativas (fallos en el sistema)

- Votaciones
- Ritmos de desplazamiento
- Mapa
- Ficha de tareas
- Colores y fantasma

16.1.11.5 Explicación para el alumnado

Dentro del mundo Among Us, la vida gira dentro de una nave, en la que los personajes de colores deben ir solucionando una serie de problemas que hay en la nave hasta que se dan cuenta que entre ellos hay un o varios impostores que matan a los personajes (los convierte en fantasmas, pero siguen participando en todo momento). Estos impostores tratan de eliminar a toda la tripulación de la nave mientras que la tripulación intenta solucionar todos los problemas que hay en la nave y además averiguar quién es el impostor o quienes lo son. En el centro de la nave se encuentra el BOTON ROJO, cuando algún miembro de la tripulación tiene sospechas sobre otro miembro, presiona este botón para reunir a toda la tripulación y exponer sus sospechas, se formará un debate y tras el debate se hará una votación para ver quién es expulsado de la nave.

El debate tendrá una duración de tan solo dos minutos, y los tripulantes de la nave se gestionarán este debate y espacio, teniendo que haber una votación clara por parte de los tripulantes para descubrir al impostor. Si se confunden, convierten al tripulante en fantasma.

Con el fin de que el juego sea más dinámico, los jugadores eliminados se convierten en fantasmas que todo lo ven y deben completar sus pruebas como tripulantes para lograr el objetivo común. Gana la tripulación si consigue encontrar al o a los impostores y, por el contrario, gana el o los impostores si consiguen eliminar a todos los miembros de la tripulación sin ser descubiertos.

16.1.12 Referencias

Apostol, S., Zaharescu, L., y Alexe, I. (2013). *Gamification of learning and educational games. Quality and Efficiency in E-Learning*, Vol 2, 67-72.

Bogost, I. (2011). *How to do things with videogames*. U of Minnesota Press.

- Cortizo Pérez, J. C., Carrero García, F. M., Monsalve Piqueras, B., Velasco Collado, A., Díaz del Dedo, L. I., y Pérez Martín, J. (2011). *Gamificación y Docencia: Lo que la Universidad tiene que aprender de los Videojuegos. VIII Jornadas Internacionales de Innovación Universitaria Retos y oportunidades del desarrollo de los nuevos títulos en educación superior*, Madrid, España, 1-8.
- Coterón, J., González, J., Mora, C., y Fernández-Caballero, J. (2017). *Guía de iniciación a la gamificación en Educación Física*. Madrid, España: Fundación General de la Universidad Politécnica de Madrid.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience* (Vol. 1990). New York: Harper & Row.
- Decreto 29/2022, de 18 de mayo de 2023, por el que se establece el currículo de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Madrid. Recuperado el 15 de enero de 2023 de https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2015/05/20/BOCM-20150520-1.PDF
- Decreto 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid*, 176, de 26 de julio de 2022. https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2022/07/26/BOCM-20220726-2.PDF
- del Castillo, H., Herrero, D., García, A. B., Checa, M. y Monjelat, N. (2012). *Desarrollo de competencias a través de los videojuegos deportivos: alfabetización digital e identidad*. RED, Revista de Educación a Distancia. Número 33. Número monográfico dedicado a videojuego y aprendizaje. 15 de octubre de 2012.
- Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., y Nacke, L. (2011). *From game design elements to gamefulness: Defining “gamification”*. *Envisioning Future Media Environments. 15th International Academic MindTrek Conference*. 9–15
- Dichev, C., y Dicheva, D. (2017). *Gamifying education: what is known, what is believed and what remains uncertain: a critical review*. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 14(9), 1-36.
- Espinosa, R. S. C. (2017). *Gamificación en escenarios educativos. Revisando literatura para aclarar conceptos. Experiencias de gamificación en aulas*, 15, 11-18.
- Gallego-Durán, F., y Llorens-Largo, F. (2015). *¡Gamificad, insensatos! Actas de las XXI jornadas sobre la enseñanza universitaria de la informática*, pp. 240-247. Andorra la Vella, Andorra: Universitat Oberta la Salle.
- García Milian, Ana Julia, y Creus García, Eduardo David. (2016). *La obesidad como factor de riesgo, sus determinantes y tratamiento*. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32(3) Recuperado en 15 de diciembre de 2021, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000300011&lng=es&tlng=es.

- Gonzalez Henriquez, L. y Berger Vila, K. (2002). *Consumo de Tabaco en Adolescentes: Factores de Riesgo y Factores Protectores*. *Ciencia y enfermería*, 8 (2), 27-35. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532002000200004>
- Hanus, M. D., y Fox, J. (2015). *Assessing the effects of gamification in the classroom: A longitudinal study on intrinsic motivation, social comparison, satisfaction, effort, and academic performance*. *Computers & education*, 80, 152-161.
- Hernando, M. M., Arévalo, C. G., Mon, C. Z., Batet, L. A., y Catasús, M. G. (2015). *Play the Game: gamification and healthy habits in physical education*. *Apunts. Educación física i esports*, (119), 71-79.
- Informe Horizon (2014). Higher Education Edition. Austin, Texas, Estados Unidos: The New Media Consortium.
- Kapp, K. M. (2012). *The gamification of learning and instruction: game-based methods and strategies for training and education*. John Wiley & Sons.
- Kenny, R. F., y McDaniel, R. (2011). *The role teachers' expectations and value assessments of video games play in their adopting and integrating them into their classrooms*. *British Journal of Educational Technology*, 42(2), 197-213.
- Lee, J. J., y Hammer, J. (2011). *Gamification in education: What, how, why bother?* *Academic exchange quarterly*, 15(2), 146.
- Leiva, A. M., Martínez, M. A., Cristi-Montero, C., Salas, C., Ramírez-Campillo, R., Díaz Martínez, X., Aguilar-Farías, N. y Celis-Morales, C. (2017). *Sedentary lifestyle is associated with metabolic and cardiovascular risk factors independent of physical activity*. *Revista médica de Chile*, 145(4), 458-467. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872017000400006>
- Marczewski, A. (2013). *Gamification: a simple introduction*. Andrzej Marczewski.
- Marín, V., López, M., y Maldonado, G. (2015). *Can Gamification Be Introduced within Primary Classes?* *Digital Education Review*, 27, 55-68.
- Melchor, E. (2012). *Gamificación y e-Learning: un ejemplo con el juego del pasapalabra*. En *EFQUEL Innovation Forum 2012 Proceedings*. 137-144. Bruselas: EFQUEL asbl.
- Perrotta, C., Featherstone, G., Aston, H., y Houghton, E. (2013). *Game-based learning: Latest evidence and future directions*. Slough: NFER.
- Plass, J. L., Homer, B. D., y Kinzer, C. K. (2015). *Foundations of game-based learning*. *Educational Psychologist*, 50(4), 258-283.

- Ramírez, J. L. (2014). *Gamificación. Mecánicas de juegos en tu vida personal y profesional*. SC Libro.
- Romo, M. G. A., Montes, J. F. C., y en Procesos, E. D. L. M. (2018). *Gamificar el aula como estrategia para fomentar habilidades socioemocionales*. *Directorio*, 8(31), 41.
- Ryan, R. M., Kuhl, J., y Deci, E. L. (1997). *Nature and autonomy: An organizational view of social and neurobiological aspects of self-regulation in behavior and development*. *Development and psychopathology*, 9(4), 701-728.
- Ryan, R., y Deci, E. L. (2000). *La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar*. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Sawyer, B., y Smith, P. (2008). Serious games taxonomy. In *Slides from the Serious Games Summit at the Game Developers Conference*.
- Woolfolk, A. (2010). *Psicología educativa*. Decimoprimer edición. Pearson Educación S.A, México.
- Zichermann, G., y Cunningham, C. (2011). *Gamification by design: Implementing game mechanics in web and mobile apps*. O'Reilly, Sebastopol, 2011.

16.2 Anexo 2: Objetivos de etapa

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

En este objetivo de etapa la educación física va a ser el medio por el que se va a transmitir y educar desde el trabajo en equipo y la cooperación, donde serán fundamental el respeto, la tolerancia y la solidaridad. Esto se pretende trabajar mediante actividades como la organización de eventos con intencionalidad benéfica o como a lo largo del desarrollo de la asignatura se deberá respetar lo que nos rodea y el medio en el que estemos los desarrollamos mediante el cuidado de las instalaciones deportivas y sus materiales a los medios naturales en los que podemos desarrollar distintas actividades, buscando respetar el entorno y tratarlo como es debido para poder preservarlo. Por otro lado, el trabajo cooperativo que desarrollamos en la asignatura va a permitir superar retos que de forma individual no podrían superar, teniendo que tener muy presente que el éxito reside en el éxito grupal, teniendo que colaborar, cooperar, ayudar y debatir para lograr conseguir el mejor aprendizaje posible y alcanzar los objetivos de etapa aquí presentes. En gran medida se relaciona con la educación física favorecido por algunos de los criterios de evaluación de la propia asignatura.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

En este objetivo de etapa la educación física es una buena oportunidad para trabajar la autonomía y el desarrollo personal basado en el esfuerzo propio, puede contribuir desde que al alumnado se le hace consciente de su aprendizaje, es decir se le hace participe en el proceso de enseñanza y aprendizaje, donde en su punto álgido se trataría la cesión de responsabilidad, haciendo consciente al alumnado de donde parte y a partir de ahí pueden llegar a tomar decisiones sobre sus objetivos y que le hace falta para poder alcanzarlos, lo que les hace pasar por los procesos de autorregulación, generando así un compromiso y responsabilidad consigo mismo. Por otro lado, el trabajo que empleen para lograr sus metas va a marcar la diferencia entre si alcanza o no su objetivo, y ahí es donde reside el mérito, en el trabajo que ha ido realizando a lo largo del proceso.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

La diferencia de sexos, la igualdad de derechos y oportunidades y la igualdad de trato y no discriminación son fines que bajo mi punto de vista pueden cubrir la Educación Física. Desde la igualdad entre hombres y mujeres, la educación física contribuye desde el punto de vista de la adaptación en primer lugar, aportando las mismas posibilidades al alumnado, los hombres y las mujeres son distintos, pero tienen el mismo derecho y oportunidad para realizar cualquier actividad, esto lo desarrollamos también desde la participación. Desde el punto de vista de la igualdad y no discriminación se refleja en la educación física desde las adaptaciones, la atención a la diversidad y con trabajo en equipo, haciendo propuestas como el “Gol Ball” donde se demuestra al alumnado que todos tienen las mismas posibilidades y oportunidades practicar el deporte indiferentemente de sus capacidades o habilidades.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

Si a tendemos a este objetivo de etapa podemos ver que realmente en la educación física estamos constantemente interaccionando unos con otros, por lo que es necesario que se establezca una afectividad, un contexto adecuado y seguro para el alumnado, siendo de vital importancia en ciertas competencias, donde es fundamental tener esa afectividad, tener confianza para realizar ciertas tareas, por lo que desde la educación física no cabe duda de que se promueve y se trabaja de forma activa. Por otro lado, el rechazo de la violencia, comportamientos sexistas serán trabajados mediante el respeto, que si lo trasladamos a la práctica diaria en las clases de educación física, el alumnado debe seguir unas normas, unas normas que todos deben aceptar y ser partícipes de ellas de tal forma que el conjunto del alumnado se sienta cómodo en clase, intentando establecer una mediación en conflictos que puedan aparecer pero en ningún momento usar la violencia, entiendo que los comportamientos violentos no son solo agresiones físicas, sino además el uso de lenguaje violento, que en ningún lugar debe estar justificado por la competición o un error.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.

Desde la educación física se contribuye con el desarrollo de trabajos y recursos tecnológicos, donde podrán desarrollar sus competencias tecnológicas. Así como se les

mostrará y se podrá establecer debates sobre diferentes temas relacionados con la actividad física y la práctica deportiva, teniendo que buscar información para justificar o no ciertas prácticas deportivas, permitiendo desarrollar un sentido crítico. Por otro lado, la educación física nos va a permitir experimentar y experimentar con algunas de las fuentes de información, para comprobar si realmente lo que nos dice esa fuente es cierto y si nos es útil, realizando una reflexión si determinadas prácticas deportivas o actividades físicas están recomendados para que ellos puedan realizarla sin problemas.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

Este objetivo en la educación física va ligado con el anterior, ya que muchas de las fuentes de información serán científicas, en este objetivo se pretende que mostrar ese carácter científico, y que puedan observar la base que tiene la educación física y la actividad física se fundamenta en la ciencia. Esto va a permitir que el alumnado aplique esos conocimientos a sus prácticas de actividad física, permitiendo dar importancia a los elementos clave desde el punto de vista científico, pero también les va a permitir desarrollar un sentido crítico. Por otro lado, podremos debatir sobre porque se hace algo, aunque científicamente no este probado, es decir, el uso de algunas prácticas por el mero hecho de que permite al deportista o al practicante de actividad física a estar más preparado mentalmente para dicha práctica deportiva.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

En este objetivo de etapa la educación física ayuda y contribuye al logro de este fin educativo, debido a que considero que la autonomía es la base del fin educativo, conseguir que el alumnado sea capaz de ser autónomo, es decir, capaz de desarrollarse, aprender, investigar, crear... y todo esto por sí mismo. La autonomía es la base de la sociedad actual, es lo que nos permite tomar decisiones de forma responsable y en base a la concepción de sociedad en la actualidad. Esto le permite un desarrollo integral y la adquisición de unas competencias y necesidades que le va a ir requiriendo esta sociedad cambiante en la que vivimos, dando una gran importancia a esa multidimensionalidad de la Educación. La autonomía le permite convertirse en ciudadano para que participe de forma activa y responsable, tratando de conservar y/o mejorar la sociedad en la que vive. Con la autonomía y la cesión de la responsabilidad promovemos el espíritu emprendedor, haciéndoles tomar decisiones, que sean participes y responsables de su propio aprendizaje.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

La educación física contribuye mediante la realización de trabajos escritos, así como exposiciones, pero el punto más fuerte para trabajar es la expresión corporal. Esto va a permitir que el alumnado sea capaz de acompañar su discurso con gestualidad, trasladando un mensaje y emoción concreto en función de cada momento. Además, este objetivo de etapa se trabajará mediante el uso de diferentes textos sobre los que podrán adquirir conocimiento o sobre los

que tendrán que debatir en diferentes situaciones de práctica deportiva y de actividad física, fomentando así también el desarrollo del alumno con pensamiento crítico.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

La educación física en si no contribuye en nada al desarrollo de este objetivo, a menos que el desarrollo de la asignatura se realice en inglés en un centro bilingüe o se encarguen lecturas o trabajos académicos en inglés, el cual no es el caso.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.

En este objetivo de etapa lo que se pretende es que mediante la educación física se transmitan aspectos culturales e históricos del alumnado, es decir, se debe respetar, valorar y conocer al alumnado. Se usará la actividad física para promover este respeto, igualdad e integración para que el alumnado sea participe y este integrado con la clase con la intención de permitir un desarrollo lo más completo posible. Estos aspectos los podemos trabajar diariamente en las sesiones de educación física, ya continuamente se producen interacciones y confrontaciones, donde el alumnado deberá aprender a solventarlos desde el respeto, esto permitirá que el aprendizaje de la clase sea mayor debido a la gran riqueza cultural.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

En este objetivo de etapa la educación física es una fuente de creatividad, en cuanto el alumnado toma las riendas de su aprendizaje y se le permite ser partícipe de él, como por ejemplo en danzas, en creaciones motrices, soluciones a diferentes retos o problemas en diferentes situaciones motrices o en la creación de coreografías partiendo de una base mínima. Todo lo que he mencionado contribuye a la creación artística, mediante diferentes formas de expresión y representación, mientras que el comprender el diferente lenguaje de las manifestaciones artísticas se va a trabajar en cuanto el alumnado tenga que interpretar y comprender representaciones de sus compañeros, como bien pueden ser una representación con una emoción, donde haya o no palabras, donde el alumnado tenga que intentar percibir, interpretar y comprender lo que le quiere expresar su compañero.

16.3 Anexo 3: Contenidos

A. Vida activa y saludable.

– Salud física.

- Consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación crítica del entrenamiento.
- Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).
- Afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares.

- Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
- Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
- Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros.
- Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

– Salud social.

- Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos.

– Salud mental.

- Exigencias y presiones de la competición.
- Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).
- Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos.

B. Organización y gestión de la actividad física.

– Elección de la práctica física.

- Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.

– Preparación de la práctica motriz.

- Mantenimiento, reparación y reciclaje de material deportivo para actividades físicas y deportivas.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y deportiva.
- Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos.

– Planificación y autorregulación de proyectos motores.

- Establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.
- Uso de herramientas y recursos digitales para la gestión de la actividad física.

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

- Gestión del riesgo propio y del de los demás.
- Medidas individuales y colectivas de seguridad.

– Actuaciones críticas ante accidentes.

- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones.
 - Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales.
 - Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
- Esquema corporal.
 - Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
 - Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto.
- Capacidades condicionales.
 - Desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
 - Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de vallas y de relevos, salto de longitud o lanzamiento de peso, entre otros.
 - Deportes de red y muro: bádminton o pickleball.
 - Deportes de invasión: baloncesto, balonkorf, netball, ultimate o vórtel, entre otros.
 - Deporte de bate y campo: kickball.
- Creatividad motriz.
 - Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles.

D. Emociones y relaciones sociales.

- Gestión emocional.
 - Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
- Habilidades sociales.
 - Estrategias y técnicas de negociación y mediación en contextos motrices: escucha activa y diálogo.
- Respeto a las reglas.
 - Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
 - Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad.
 - Técnicas específicas de expresión corporal: danzas, bailes, mimo, dramatización, etc.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
 - Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- Deporte y género.
 - Evolución histórica.
 - Igualdad en el acceso al deporte.
 - Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.
- Influencia del deporte en la cultura actual.
 - Deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso.
 - Respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
 - Consolidación de la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual y sostenible. Análisis crítico y búsqueda activa de diferentes mecanismos de desplazamiento respetuosos con el medio ambiente; patines, uso combinado del transporte público y los desplazamientos a pie, etc.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable.
 - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

16.4 Anexo 4: Resúmenes de las situaciones de aprendizaje

- Situación de aprendizaje 1 “Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!

La situación de aprendizaje 1 “Aprendiendo a entrenar, medir y alimentarme ¡se tu propio entrenador!” pretende hacer una primera toma de contacto y generar hábitos saludables, sentado la base del curso académico.

Esta situación de aprendizaje se relaciona con la salud, más concretamente con la salud física. La situación de aprendizaje se desarrollará en el primer trimestre a lo largo de 12 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender a como entrenar, a cómo puede saber si lo que está haciendo es realmente útil, junto con la ayuda de una buena alimentación. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos **A. Salud Física** (Consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación crítica del entrenamiento); **Salud Física** (Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares); Afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares; Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares); y cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.) y del bloque de contenidos **B. Preparación para la práctica motriz** (Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y deportiva). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 1.1, 1.2 y 1.6, que pretenden lograr la alcanzar la competencia específica 1. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en el aprendizaje cooperativo, esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4. Para el desarrollo de la situación de aprendizaje se emplearán Google Fit, Realfooding o Yuka y MyFitnessPal. Estas aplicaciones se emplearán para el desarrollo de los contenidos, para medir la actividad físico-deportiva, para conocer los alimentos y su calidad, y para poder generar un plan de acción para mejorar nuestra salud. Toda la situación de aprendizaje se desarrollará en grupos de tal forma que se vayan complementando, proponiendo alternativas y ayudando en las mediciones para comprobar si lo que se propone realmente está funcionando. El alumnado en la primera sesión realizara unas pruebas adaptadas de condición física, para partir de su nivel actual. Con esta evaluación va a trabajar durante las siguientes sesiones. Durante la sesión dos se abordan los riesgos de las diferentes actividades físico-deportivas, y sus necesidades. En la sesión tres analizaran los riesgos que tienen atendiendo a los resultados de sus pruebas de condición física. En la sesión 4 y 5 se aborda la alimentación, desde el balance energético sin actividad física y con actividad física, viendo las diferencias y posibles consecuencias. El alumnado deberá hacer un “Canva” con los principales riesgos, su prevención y la forma de prevenirlos. Por otro lado, mediante una pulsera de actividad o Google Fit, realizare propuestas de actividad física para que el alumnado en la sesión seis valore su adecuación para su desempeño y lograra la mejora de los hábitos saludables. En la sesión siete se deben poner en práctica lo analizado en la sesión anterior y realizar propuestas saludables para la mejora de la condición física o una habilidad con el fin de mejorar la calidad de vida. En la sesión 8 se les plantea una orientación saludable en el parque donde deben resolver los enigmas relacionados con la asignatura y tras su consecución realizar la prueba descrita a su dorso. La sesión 9 será de recapitulación de los aprendido durante la situación de aprendizaje y de trabajo de alguna condición o actividades físicas. Para posteriormente evaluar en la sesión 10. Las sesiones tanto 11 y 12 serán sesiones de refuerzo donde los compañeros de grupo podrán proponer alternativas para la mejora de la salud y ponerlas en práctica.

- La situación de aprendizaje 2 “Siente como un Atleta”

La situación de aprendizaje 2 “Siente como un Atleta”, esta situación de aprendizaje ya tiene una base ya establecida en hábitos y estilo de vida, lo que nos ayudara para el desarrollo de esta, buscando extrapolar los conocimientos al atletismo, pudiendo analizar las diferentes necesidades, capacidades y habilidades que se requieren en las diferentes pruebas.

Esta situación de aprendizaje se relaciona con la organización y gestión de la actividad física y la resolución de problemas en situaciones motrices. La situación de aprendizaje se desarrollará en el primer trimestre a lo largo de 10 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender sobre las diferentes modalidades del atletismo, así como a conocer que capacidades actúan en las modalidades y como se podrían mejorar. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos **B. Elección de la práctica física** (Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.); el **C. Toma de decisiones, Capacidades condicionales y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.** (Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas; Desarrollo de las capacidades físicas básicas; y Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de vallas y de relevos, salto de longitud o lanzamiento de peso, entre otros) y el **E. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural e Influencia del deporte en la cultura actual** (Los deportes como seña de identidad cultural; y Deporte e intereses políticos y económicos.) Estos contenidos son los elegidos para los criterios 2.1 y 4.1, que pretenden lograr alcanzar parte de la competencia específica 2 y 4. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en el modelo ludotécnico en las primeras sesiones y en el cooperativo en las finales, esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4. Para el desarrollo de la situación de aprendizaje con el modelo ludotécnico se partirá de un juego a la aplicación de las diferentes técnicas de atletismo a la práctica, teniendo el alumnado que hacer un análisis de las capacidades que se implican en cada modalidad. Tras desarrollar estas primeras sesiones con el modelo ludotécnico se aprovecharán los grupos de la situación de aprendizaje anterior para poner en común las ideas extraídas, analizar, proponer y llevar a la práctica las diferentes actividades para la mejora de las habilidades. Cada uno de los integrantes del grupo hará una propuesta sobre una de las habilidades, para poner en común en la sesión 6 y poder modificar lo que se decida, para luego experimentarla en las sesiones siguientes. El alumnado deberá recoger toda la información en su cuaderno del alumnado y elaborar un esquema conjunto de las habilidades y capacidades que actúan en cada momento, así como lo que han recogido para la elaboración para la mejora de esas habilidades y capacidades, unido a los datos que se aportaban en las sesiones del modelo ludotécnico.

- La situación de aprendizaje 3 “Exprésate y crea”

Esta situación de aprendizaje se relaciona con la expresión corporal, más concretamente con la creatividad motriz y prácticas de actividades rítmico-musicales. La situación de aprendizaje se desarrollará en el primer trimestre a lo largo de 10 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender a expresarse con su cuerpo, así como a seguir diferentes ritmos y poder aplicarlo a diferentes situaciones en la

práctica. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos **C. Creatividad Motriz** (Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles.) **E. Practica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo** (Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.) y **usos comunicativos de la corporalidad, Practica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico expresivo** (Técnicas específicas de expresión corporal: danzas, bailes, mimo, dramatización, etc.). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 2.3 y 4.3, que pretenden lograr alcanzar parte de las competencias específicas 2 y 4. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en el aprendizaje basado en retos esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá crear y exponer su coreografía o montaje final tanto en clase con en el festival que organiza el centro educativo por navidad. Para el desarrollo de los contenidos de esta situación de aprendizaje primero se plantearán resto, para desarrollar ritmo y usar el cuerpo como forma de expresión, para hacer posteriormente algunas composiciones coreográficas variadas mediante ciertas pautas, permitiendo la creatividad y pudiendo fundamentarse en distintas culturas. Posteriormente el alumnado deberá aplicar estos conocimientos a creaciones coreográficas propias, para exponerla en la octava sesión y que el alumnado le de feedback o ideas diferentes para mejorar de cara al festival de navidad. Para la realización de la coreografía se les entregara un rubrica donde se observa aquello que se les va a evaluar. No solo se va a evaluar el montaje final, sino que además se les evalúa el proceso de creación. Es muy importante destacar el fin de la octava sesión, donde se realiza la exposición frente a la clase y ellos realizan propuestas de mejora, cosas que pueden modificar o cosas que no quedan bien en la coreografía, tras esta reflexión el alumnado tomara decisiones acerca del montaje final.

- La situación de aprendizaje 4 es Infórmate, Cuídate y Socorre (Among Us)

En esta unidad se pretende desarrollar un análisis de diferentes estereotipos, enfermedades entre otras junto con los primeros auxilios. Esta situación de aprendizaje tiene especial interés por estar la navidad de por medio, y son épocas donde se hacen regalos, se hacen comidas que pueden producir atragantamientos y época de propósitos de año nuevo.

Esta situación de aprendizaje se relaciona con la salud, desde sus diferentes concepciones física, mental y social, unido con la seguridad. La situación de aprendizaje se desarrollará en el segundo trimestre a lo largo de 12 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender los primeros auxilios, así como los diferentes estereotipos y enfermedades derivadas de malos hábitos para la salud. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos **A. Salud Física** (Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros; y Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física), **Salud Social** (Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos; Exigencias y presiones de la competición; Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros)), **Salud Mental** (Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos) y del bloque de contenidos **B. Preparación para la práctica motriz y Prevención de accidentes en las practicas motrices** (Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos

técnicos; Gestión del riesgo propio y del de los demás; y Medidas individuales y colectivas de seguridad.) y Actuaciones críticas antes accidentes (Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar); y Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares)). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 1.3 1.4 y 1.5, que pretenden lograr alcanzar la competencia específica 1. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado la gamificación esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá superar diferentes pruebas relacionadas con la Salud y el Among Us. A lo largo de la situación de aprendizaje se desarrollará actividades en una nave espacial donde diferentes pandemias azotarán la supervivencia de la nave, para poder sobrevivir al viaje espacial los tripulantes deberán aprender primeros auxilios y a combatir estereotipos y enfermedades mediante buenas prácticas de actividad física, si lo consiguen los tripulantes podrán sobrevivir a la crisis. Durante el proceso deberán ir haciendo simulaciones ya sean prácticas como en formato de folleto, para tener siempre presente durante las diferentes crisis y que sirvan de ayuda, por ello se tendrán grupos especializados en diferentes crisis o pandemias. Es de vital importancia evaluar si realmente las actividades que estamos planteando le está sirviendo al alumnado, sobre todo en épocas de navidad donde se generan muchas falsas ideas o los llamados propósitos de año nuevo, se necesita transmitir el mensaje de la necesidad de una vida activa y no dejarse influenciar por otras sustancias, además es interesante que el alumnado aprenda a cómo actuar en situaciones de atropellamientos o pérdida de consciencia o accidentes.

- La situación de aprendizaje 5 “Pequeños Gasoles y Laias”

Esta situación de aprendizaje se relaciona con situaciones motrices relacionadas con el baloncesto, donde puedan interactuar con un móvil y los compañeros, teniendo en todo momento presente aspectos como el deporte y el género, y su influencia en nuestra cultura. La situación de aprendizaje se desarrollará en el segundo trimestre a lo largo de 12 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender habilidades motrices relacionadas con el baloncesto, a tomar decisiones en las diferentes situaciones, y a interpretar y a vivenciar el deporte como constructo social para ser crítico desde la diversidad e igualdad. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos C. Toma de decisiones, Esquema corporal y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. (Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales; Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil; Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto; Deportes de invasión: baloncesto); E. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural e Influencia del deporte en la cultura actual (Los deportes como seña de identidad cultural; y Deporte e intereses políticos y económicos.) y, Deporte y Género (Evolución histórica.; Igualdad en el acceso al deporte; y Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 2.2, 4.1 y 4.2, que pretenden lograr alcanzar parte de las competencias específicas 2 y 4. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en el modelo comprensivo vertical esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos

CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá desarrollar y mejorar las diferentes habilidades motrices específicas asociadas al baloncesto, comprender y tomar decisiones relacionadas con las situaciones motrices que se planten en las sesiones, para posteriormente ser capaces de ser críticos con su progreso y poder realizar una propuesta de mejora. Por otro lado, el alumnado deberá hacer una reflexión sobre la influencia del baloncesto en la sociedad y el papel de la mujer en el deporte, concretamente en el baloncesto. A lo largo de toda la situación de aprendizaje se permitirá, si así lo autorizan los padres, realizar grabaciones tanto de las diferentes acciones como de situaciones de conflicto y comportamientos en las diferentes tareas propuestas.

- La situación de aprendizaje 6 “No seas un Hooligan”

Esta situación de aprendizaje se denomina “No seas un Hooligan”, ya que en esta situación de aprendizaje podremos ver diferentes tipos de comportamientos y emociones que entre otras pueden estar derivadas del deporte u otras circunstancias, además la situación de aprendizaje previa se relaciona con el baloncesto y así poder analizar ejemplos o situaciones que hayan sucedido en clase. La situación de aprendizaje se relaciona en primer lugar con el análisis de los comportamientos en diferentes actividades y juegos, los cuales se trabajarán mediante materiales autoconstruidos realizados en el aula de tecnología, además se propondrá que el alumnado realice un análisis de las diferentes situaciones que se dieron en la situación de aprendizaje anterior. La situación de aprendizaje se desarrollará en el segundo trimestre a lo largo de 10 sesiones y será interdisciplinar con la asignatura de tecnología, mediante el desarrollo de material autoconstruido como parte de uno de los proyectos de esa asignatura. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender a aprovechar el material para fabricar el suyo propio, así como a comportarse en los diferentes contextos de la práctica deportiva. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos **B. Preparación para la práctica motriz** (Mantenimiento, reparación y reciclaje de material deportivo para actividades físicas y deportivas); **C. Creatividad Motriz** (Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles) y; **D Gestión emocional y respeto de las reglas** (Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices; y Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.) y **Habilidades sociales** (Estrategias y técnicas de negociación y mediación en contextos motrices: escucha activa y diálogo.). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 3.1, 3.2 y 3.3, que pretenden lograr alcanzar la competencia específica 3. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en el aprendizaje basado en juegos esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá realizar el análisis de diferentes situaciones antideportivas y desarrollarlas en su cuaderno de aula, además de generar entre todos una serie de normas y actitudes que no se permitirán en las jornadas deportivas del colegio. Por otro lado, deberán desarrollar un material autoconstruido y emplearlo en las clases de educación física. Y en último lugar, deberán desarrollar estrategias y habilidades para ayudar al alumnado a resolver diferentes situaciones conflictivas, así como gestionar su estado emocional, para así respetar las reglas.

- La situación de aprendizaje 7 “Cuida el entorno y aprovéchalo”

Esta situación de aprendizaje es “Cuida el entorno y aprovéchalo”, se relaciona con el medio natural y urbano, mediante el uso transporte sostenible y respeto de las normas. La situación de aprendizaje se desarrollará en el tercer trimestre a lo largo de 10 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender desplazarse en diferentes medios sostenibles dependiendo del medio en el que nos encontremos. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos F. Normas de uso, Consumo responsable y Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. (Respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible; Consolidación de la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual y sostenible. Análisis crítico y búsqueda activa de diferentes mecanismos de desplazamiento respetuosos con el medio ambiente; patines, uso combinado del transporte público y los desplazamientos a pie, etc.; y Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 5.1, que pretende alcanzar la competencia específica 5. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en la pedagogía de la aventura esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos STEM5, CC4, CE1 y CE3. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá de hacer uso de un método de transporte sostenible y que le implique actividad física como por ejemplo bicicleta, patines o patinetes. Para ello las primeras sesiones se realizarán en el centro educativo para comprobar el dominio del medio y el respeto a las normas de circulación con los diferentes medios, realizando diferentes tareas. Por otro, lado en las últimas sesiones se realizarán salidas por el entorno educativo, planteando realizar una ruta urbana con diferentes actividades y una ruta en el medio natural, como la casa de campo. Durante estas se comprobarán el respeto y asimilación de las diferentes normas, así como el respeto al medio en el que nos encontremos, desarrollando actividades complementarias para mantener el entorno. En último lugar, el alumnado deberá aprender a realizar un pequeño mantenimiento a su medio de transporte sostenible que implica actividad física, por ejemplo, en la bicicleta mantenerla limpia, reparar un pinchazo o ajustar el sillín a la altura adecuada. En el caso de no disponer de algunos de estos materiales y no poder acceder al mismo se podrá compartir en las clases en el centro y medio urbano y natural, se alquilaría alguno de estos materiales o se modificaría la participación para trabajar por turnos en grupos para que todo el alumnado desarrolle todas las actividades.

- La situación de aprendizaje 8 “Prepara y busca sin desorientarte”

Esta situación de aprendizaje es “Prepara y busca sin desorientarte”, se relaciona con la con el medio natural y urbano, mediante el desarrollo de actividades en el medio natural y urbano. La situación de aprendizaje se desarrollará en el tercer trimestre a lo largo de 10 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender a usar el medio que nos rodea como medio de recursos, es decir aprovechar el medio para realizar actividad física, organización de orientaciones, rutas urbanas o de senderismo. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos F. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano; medidas colectivas de seguridad, y diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. Estos contenidos son los elegidos para los criterios 5.2, que pretende alcanzar la competencia específica 5. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología

activa basado en la pedagogía de la aventura esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos STEM5, CC4, CE1 y CE3. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá diseñar algunas actividades que puedan realizar en el medio urbano y natural. Además, para desarrollar todas estas actividades deberán usar un medio de transporte sostenible que implique actividad física o andar. Por ello las clases de esta situación de aprendizaje se realizarán en el entorno del parque paraíso o del civitas metropolitano, haciendo actividades de calistenia adaptadas, uso de mobiliario urbano para hacer actividad física, organización y realización de pequeñas orientaciones o rutas urbana o de senderismo. El alumnado deberá participar en la organización y elaboración de las tareas, teniendo en cuenta la zona, el riesgo que puede suponer y los recursos.

- La situación de aprendizaje 9 “Convirtiéndome en Carolina Marín”

Esta situación de aprendizaje es “Convirtiéndome en Carolina Marín”, se relaciona con el desarrollo de habilidades motrices de Badminton, su toma de decisiones y el papel del deporte y género en la sociedad. La situación de aprendizaje se desarrollará en el tercer trimestre a lo largo de 11 sesiones. La situación de aprendizaje se denomina así debido a que el alumnado va a aprender a resolver diferentes situaciones motrices relacionadas con el bádminton y a analizar y conocer el papel del bádminton desde el punto de vista de la sociedad y el género. Los contenidos que se abordan son: del bloque de contenidos C. Toma de decisiones, Esquema corporal y Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. (Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales; Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil; Deportes de red y muro: bádminton) y E. Deporte y Género. (Evolución histórica.; Igualdad en el acceso al deporte; y Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.). Estos contenidos son los elegidos para los criterios 2.2 y 4.2, que pretenden lograr alcanzar parte de las competencias específicas 2 y 4. Esta situación de aprendizaje se desarrollará con una metodología activa basado en el aprendizaje basado en el modelo comprensivo vertical, esto también nos permitirá trabajar con los descriptores operativos CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4. Para lograr alcanzar las competencias el alumnado deberá desarrollar y mejorar las diferentes habilidades motrices específicas asociadas al bádminton, comprender y tomar decisiones relacionadas con las situaciones motrices que se planten en las sesiones, para posteriormente ser capaces de ser críticos con su progreso y poder realizar una propuesta de mejora. Por otro lado, el alumnado deberá hacer una reflexión sobre la influencia del bádminton en la sociedad y el papel de la mujer en el deporte, concretamente en el bádminton. A lo largo de toda la situación de aprendizaje se permitirá, si así lo autorizan los padres, realizar grabaciones tanto de las diferentes acciones. En último lugar, el alumnado deberá hacer un análisis comparativo de las actitudes adecuadas que se dan en el bádminton y que se deberían extrapolar al resto de actividades físico-deportivas.

16.5 Anexo 5: Criterios de Evaluación

Competencia específica 1.

1.1. Planificar la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen cualquier estereotipo, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información basándose en criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

1.6. Planificar con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales, vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica 2.

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

2.3. Evidenciar y movilizar estrategias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

Competencia específica 3.

3.1. Practicar y participar activamente en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles.

3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

Competencia específica 4.

4.1. Comprender diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales.

4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos.

4.3. Participar en la elaboración y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.

Competencia específica 5.

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas.

16.6 Anexo 6: Evaluación

16.6.1 Evaluación Preinteractiva

- Momento Inicial

Tabla 17

Evaluación del momento inicial

Título: SA de		Fecha:	Curso: 3º ESO	Grupo:		
Quién evalúa:		A quien evalúa: Profesor				
Categorías	N.º	Indicadores	SI	NO	A veces	
Contextualización	1	Tiene una contextualización del alumnado				
	2	Tiene contextualización con el currículo				

	3	Correlación con lo pactado en la planificación general dentro del proyecto curricular.			
Objetivos	4	Los objetivos de aprendizaje establecidos son concretos y están determinados de forma adecuada en las SA.			
	5	Los objetivos guardan la necesaria relación con los criterios y normativa curricular correspondiente.			
	6	Los objetivos guardan la necesaria relación con la programación didáctica establecida por el departamento.			
	7	Los objetivos se adecuan correctamente a las características individuales del alumnado, entre las que destacan grupo, curso, nivel, etc.			
	8	Los objetivos contribuyen al desarrollo de las capacidades básicas del alumnado.			
	9	Los objetivos contribuyen al desarrollo de las competencias establecidas por el currículo (BOE).			
	10	Los objetivos contribuyen al desarrollo de los valores.			
Contenidos	11	Los contenidos son coherentes con los objetivos propuestos.			
	12	Los contenidos son relevantes con los objetivos propuestos.			
	13	Los contenidos se encuentran debidamente actualizados según el BOCM.			
	14	Los contenidos se encuentran debidamente desarrollados.			
	15	Los contenidos se encuentran debidamente estructurados.			

	16	Se han definido adecuadamente los contenidos mínimos exigidos por el BOCM.			
	17	Se han definido adecuadamente unos contenidos de ampliación.			
	18	Conoce diferentes perspectivas y nuevos desarrollos de la disciplina a enseñar.			
	19	Conoce y comprende los principios y conceptos centrales de la disciplina a enseñar.			
	20	Los contenidos propuestos se relacionan con las competencias a desarrollar.			
Temporalización	21	Los contenidos se encuentran debidamente secuenciados a lo largo del periodo académico.			
	22	Los contenidos se encuentran debidamente distribuidos a lo largo del periodo académico (en la planificación a corto plazo / sesión).			
	23	La planificación está adecuada a la planificación de la programación didáctica (departamento de EF).			
	24	La planificación temporal está adecuada a la planificación general del centro.			
	25	La planificación planteada es factible para su desarrollo.			
Tareas	26	Las tareas se ajustan al ritmo de aprendizaje del alumnado			
	27	Las tareas planteadas se adaptan a las necesidades del alumnado			
	28	Las tareas que se plantean son adecuadas para el objetivo de la sesión			
	29	Las tareas guardan coherencia con la metodología empleada			

	30	Las tareas propuestas son motivantes para el alumnado			
	31	Las tareas propuestas tienen una progresión adecuada			
Recursos materiales didácticos	32	La planificación de los materiales y recursos que van a ser empleados a lo largo del curso son acordes a las posibilidades del centro.			
	33	La planificación de los materiales y recursos que van a ser empleados a lo largo del curso se adecuan a las características individuales del alumnado y sus posibilidades.			
	34	La planificación de los materiales y recursos que van a ser empleados ayudan a la consecución de los objetivos.			
Metodología	35	El docente expone y define de manera clara la metodología que va a llevar a cabo.			
	36	Conoce y domina distintas estrategias de enseñanza que se adecuen a la complejidad que suponen los contenidos.			
	37	Conoce y utiliza las estrategias de enseñanza necesarias para generar aprendizajes significativos en el alumnado.			
	38	La metodología tiene coherencia con el sistema de evaluación propuesto			
	39	Analiza, conoce y reflexiona sobre las dificultades que pueden suponer los objetivos que ha programado.			
	40	La metodología utilizada favorece el interés por la tarea por parte del alumnado.			
	41	La metodología planteada favorece el desarrollo personal del alumnado.			

	42	La metodología permite el desarrollo de la autonomía del alumnado.			
	43	El docente cede la responsabilidad al alumnado en el desarrollo de tareas, en la evaluación y la calificación.			
	44	Utiliza metodologías activas			
Atención a la diversidad	45	Se adaptan las tareas para los alumnos que lo necesiten			
	46	Se plantean alternativas para el alumnado que este exento de la práctica deportiva			
Evaluación	47	Los criterios de evaluación y calificación establecidos por el docente son claros y adecuados.			
	48	El docente expone, de manera adecuada, al alumnado, los criterios de evaluación y calificación de tal manera que los conozca y entienda en todo momento.			
	49	El docente propone y planifica alternativas de recuperación para aquella parte del alumnado que no haya podido superar los objetivos y criterios establecidos.			
	50	Las estrategias de evaluación llevadas a cabo por el docente tienen que ser acordes al nivel de complejidad establecido mediante los contenidos.			
	51	El docente tiene previsto, organizado y estructurado el calendario de actividad a realizar, en el que se incluyan procesos, pruebas y sistemas de evaluación.			
	52	Las estrategias de evaluación, planificadas por el docente, ofrecen al alumnado la posibilidad de demostrar lo que han aprendido.			
Observaciones					

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

- Momento Procesual

Tabla 18

Evaluación del momento procesual

Título: SA de					Fecha:					Curso: 3° ESO					Grupo:									
Quién evalúa:					A quien evalúa: Profesor																			
N.º		Indicadores								SI		NO		A veces										
1		La SA planteada ha creado interés en el alumnado																						
2		Ha sido eficaz la metodología planteada																						
3		Los objetivos planteados han sido adecuados																						
4		Las tareas propuestas se han ajustado al nivel del alumnado																						
5		Los recursos empleados han sido los idóneos																						
6		Los contenidos han servido para llegar al objetivo propuesto																						
7		El número de actividades ha sido el adecuado																						
8		El orden de las actividades ha sido adecuado																						
9		Es necesario el desarrollo de más sesiones para la consecución del objetivo planteado																						
10		¿Conviene suspender la SA y replantearla de otro modo?																						
Observaciones:																								

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

- Momento Final

Tabla 19*Evaluación del momento final*

Título: SA de		Fecha:	Curso: 3º ESO	Grupo:		
Quién evalúa:		A quien evalúa: Profesor				
Categorías	N.º	Indicadores	SI	NO	A veces	
Contextualización	1	Se ha tenido en cuenta los conocimientos previos del alumnado				
Objetivos	2	El nivel de los objetivos era adecuado				
	3	Los objetivos necesitan alguna modificación				
Contenidos	4	Existe coherencia entre los objetivos y los contenidos propuestos				
	5	Los contenidos son significativos para el alumnado				
Temporalización	6	La SA admite modificaciones en caso de ser necesarias				
Tareas	7	Las tareas se ajustaban al nivel del alumnado				
	8	Los recursos empleados han sido útiles para el desarrollo de las tareas				
Metodología	9	La metodología empleada ha sido la adecuada para el desarrollo de los contenidos				
	10	La metodología empleada fomenta la participación activa del alumnado				
Atención a la diversidad	11	Las tareas adaptadas han sido adecuadas				
Evaluación	12	El docente favorece al alumnado su participación en la evaluación de la enseñanza				

13	El docente realiza una autoevaluación sobre el proceso de enseñanza			
Observaciones				

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

16.6.2 Evaluación Interactiva

Tabla 20

Evaluación de la enseñanza inicial

Título: SA de		Fecha:		Curso: 3° ESO		Grupo:	
Quién evalúa:		A quien evalúa: Profesor					
Inicio de la sesión	Frecuencia	SÍ	NO	Situación	SÍ	NO	
	Existe discurso docente			Todo el grupo			
				Pequeño grupo			
				Individual			
N.º	Contenido de la información				SÍ	NO	
1	Explica los objetivos de la sesión						
2	Relaciona el contenido de la sesión que se va a realizar con sesiones anteriores						
3	Describe las tareas o el tipo de tareas que se desarrollan en clase						
4	Se asegura que el alumnado ha comprendido las explicaciones						

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

Tabla 21

Evaluación de la enseñanza final

Título: UD de	Fecha:	Curso: 3° ESO
---------------	--------	---------------

Grupo:		Quién evalúa:		A quien evalúa: Profesor			
Final de la sesión	Frecuencia	SÍ	NO	Situación	SÍ	NO	
	Existe discurso docente				Todo el grupo		
					Pequeño grupo		
					Individual		
N.º	Contenido de la información				SÍ	NO	
1	Ayuda a identificar los aprendizajes durante la sesión						
2	Habla sobre los puntos clave que necesitan mayor atención en las siguientes sesiones						
3	Plantea las diferentes opciones para poder usar lo que han aprendido durante la sesión						
4	Da feedback o motiva al alumnado por el trabajo realizado						
5	Habla sobre las actitudes que se dan durante la sesión, ya sean positivas o poco positivas						
6	Organiza la recogida del material						

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

Tabla 22

Evaluación de la enseñanza por tareas realizadas

Título: SA de		Fecha:		Curso: 3º ESO			
Grupo:		Quién evalúa:		A quien se evalúa: Profesor			
Categorías	N.º	Indicadores	1	2	3	4	
Ubicación	1	Da la posibilidad de que le escuche todo el alumnado					

	2	Da la posibilidad de que todo el alumnado le vea				
	3	Presta la misma atención a todo el alumnado				
Organización	4	Agrupar el alumnado de forma que favorece el aprendizaje del alumnado				
	5	Agrupar al alumnado en función de la intencionalidad educativa				
Utilización y organización de recursos didácticos	6	Los recursos son adecuados, atendiendo a las necesidades de los alumnos y los requerimientos de la tarea.				
	7	Los recursos están bien organizados y secuenciados en cada actividad.				
	8	Los recursos son seguros, evitando los distintos problemas que pueda tener el alumnado.				
Diseño de entornos de enseñanza	9	Adecua el entorno diseñado				
	10	Tiene coherencia las intenciones educativas con las programadas				
	11	El entorno es seguro				
Comunicación	12	Las explicaciones se hacen de forma estructurada				
	13	Las explicaciones se hacen de forma clara y concisa				
	14	Las explicaciones se hacen de manera amena para la fácil comprensión del alumnado				
	15	Se realizan puestas en común				
	16	Se da feedback a todo el alumnado sin excepciones				
	17	Se realizan preguntas al alumnado				
	18	Funciona la secuencia programada de la sesión				

Funcionamiento de la secuencia de las actividades	19	Las tareas son acordes a objetivos y capacidades				
	20	Tienen coherencia con las demás tareas y programación				
Clima de clase	21	Se establecen relaciones afectivas				
	22	El alumnado presenta motivación intrínseca				
	23	El alumnado presenta confianza y autoestima generada				
Leyenda	Valorar del 1 al 5. Siendo 1 = nunca 2 = casi nunca 3 = a veces 4 = casi siempre 5 = siempre					

Nota: Elaboración propia a partir de: Casanova (1995) y Ministerio de Educación Gobierno de Chile (2008).

16.7 Anexo 7: Atención a la Diversidad alumnado con TDAH

El profesor adoptará las siguientes medidas en clase (Artiles y Jiménez, 2006; FEAADAH, 2020):

Ubicación del alumnado en el aula: el profesor estará ubicado generalmente lo más cerca posible del alumno. En caso de hacer grupos, se le agrupará con el alumnado más tranquilo y menos problemático. Además, debemos colocar al alumno lejos de posibles distracciones, como puertas o ventanas.

Tareas y deberes: los deberes que se le plantarán serán más reducidos, fragmentando las diferentes tareas que se le planteen.

Trabajo en el aula: una buena forma de aportar la información, además de oral, sería entregársela antes por escrito, informarle previamente de lo que va a realizar y facilitarle los materiales de apoyo que se vayan a emplear antes de la clase. La información que se le aporte debe ser clara y que vaya a lo concreto. Se deben tener en cuenta el número de estímulos sobre los que debe estar atento, ya que esto le complicaría más las tareas que a los demás. Y por último, siempre asegurarnos de que la información le ha llegado y que ha entendido lo que tiene que hacer, por ejemplo, haciéndole preguntas clave sobre lo que debe realizar.

Atención en clase: en función del nivel de atención del alumnado, debemos buscar reforzar y emplear los momentos de mayor atención para aportar esa información más importante. Por otro lado, puede negociarse los momentos de atención y desconexión para favorecer los momentos que queremos que preste más atención.

El uso de estrategias expositivas: es importante ayudar al alumnado a desarrollar técnicas de estudio para facilitar la comprensión y el propio estudio. Además, se debe tener en

cuenta la forma en la que le transmitimos la información, ya que si son discursos muy largos y con mucha información les costará retenerla. Además, podemos usar la gestualidad para hacerle recordar y que se quede con los diferentes elementos, y por último, deberíamos buscar el contacto visual con él en todo momento.

La agenda: debido a que es descuidado en la entrega de actividades, se fomentará el uso de la agenda, para que sepa lo que tiene que hacer y para cuando. Además, se puede emplear como medio de intercambio de información con los padres.

La convivencia en el aula: todo el grupo debe seguir las normas de convivencia del centro educativo, donde todos estén cómodos y además sean consecuentes con el no cumplimiento de estas. Por otro lado, se crearán elementos que alerten al alumnado sobre diferentes comportamientos y que puedan rectificar dicho comportamiento, por ejemplo, colgando las normas de clase en una pared del pabellón.

Relación entre alumnado y profesor: se debe implicar al alumnado, hacerle participe y consciente. Si la conducta del alumno en concreto no es la adecuada debido a una exaltación, debemos hacérselo saber pero sin perder las formas y estableciendo las medidas que se crean oportunas, o haciéndole caso cuando su conducta cese o sea más adecuada.

Referencias:

Artiles Hernández, C., y Jiménez González, J. E. (2006). Escolares con trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH). Orientaciones para el profesorado. Editoriales: Consejería de educación, cultura y deportes del gobierno de canarias. Dirección general de ordenación e innovación educativa. Canarias. Recuperado el 20 de noviembre de 2022, de: <https://fdocumento.com/document/-se-irn-desarrollando-en-el-contexto-del-programa-para-la-atencin-educativa.html>

Federación Española de Asociaciones para la ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad. (2020). Guía de actuación en la escuela ante el alumno con TDAH. Editorial CEPE. <https://elibro.net/es/lc/bibliouah/titulos/153518>

16.8