

MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA,  
BACHILLERATO, CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE DE ATLETISMO  
MEDIANTE EL MODELO LUDOTÉCNICO PARA  
4º DE ESO. “VUELA ALTO, CORRE RÁPIDO Y  
LANZA LEJOS: EL ARTE DEL ATLETISMO”.**

Presentado por:

**MIGUEL CALATAYUD ARROYO**

Dirigido por:

**ESTHER BLASCO HERRAIZ**

CURSO ACADÉMICO 23-24

## **AGRADECIMIENTOS**

Gracias a mi familia por confiar en mí y proporcionarme ayuda absoluta durante la elaboración del TFM, principalmente a mi hermano, mi madre, mi padre y mi tío.

Además, quiero agradecer el tiempo dedicado por mi tutora del Máster, Esther Blasco Herraiz, de la cual he aprendido mucho y concretamente con la elaboración del TFM. También agradecer al resto de profesores del Máster debido a que he podido aprender muchas cosas que después he plasmado en el TFM.

Por último, quiero darles las gracias a todos los trabajadores del IES Llombai con los que he podido convivir durante mi periodo de prácticas y me han hecho sentir como un integrante más del centro, y sobre todo a mi tutora del centro de prácticas Desiré Foncubierta Andrés, de la cual he aprendido muchas cosas prácticas en la docencia.

## RESUMEN

Este Trabajo Fin de Máster muestra la enseñanza de las pruebas atléticas de salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina a través de una Situación de Aprendizaje de atletismo en 4º de ESO, dentro de la asignatura de Educación Física y utilizando el Modelo Ludotécnico. Cuando se enseña el atletismo en las clases de Educación Física se encuentran algunas dificultades entre las que destaca la metodología tradicional utilizada, por lo que aparece el Modelo Ludotécnico, basado en la enseñanza de la técnica a través de juegos para mejorar la motivación, participación y desarrollo del alumnado. La Situación de Aprendizaje, “Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo”, está compuesta por ocho sesiones realizadas en el IES Llombai y en la pista de atletismo de Burriana; evaluada mediante la autoevaluación del propio alumno, la coevaluación por pares del alumnado y la heteroevaluación del profesor, y ajustada al Decreto 107/2022, de 5 de agosto de la Comunidad Valenciana. El Modelo Ludotécnico ha resultado una metodología útil para la mejora de la enseñanza del atletismo, aunque no haya podido realizar todas las sesiones debido a la insuficiencia de tiempo dentro de la planificación de la asignatura.

*Palabras Clave:* Modelo Ludotécnico, Atletismo, Educación Secundaria Obligatoria, Educación Física.

## **ABSTRACT**

This paper shows the teaching proves for long jump, hurdling and javelin throw through a learning situation for athletics in 4th of ESO, regarding physical education subject and using Ludotechnical Model. When athletics is being taught in physical education classes some difficulties are found among which the traditional methodology used stands out, therefore, the Ludotechnical Model appears, based on the teaching of technique through games to improve the motivation, participation and development of students. The learning situation, "Fly high, run fast and throw far: art of athletics", it is made of eight sessions done at the IES Llombai and in the athletics Burriana running track; evaluated through self appraisal of the own student, the coevaluation by couples of students and the heteroevaluation of the teacher, and adjusted to Decree 107/2022, of August of the Valencian Community. The Ludotechnical Model has turned a methodology out useful for the improvement of athletics teaching, although I have not been able to carry out all sessions due to insufficient time for the subject planning.

*Keywords:* Ludotechnical Model, Athletics, Compulsory Secondary Education, Physical Education.

## ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. OBJETIVOS.....	5
2.1.- Objetivos Generales .....	6
2.2.- Objetivos Específicos.....	6
III. MARCO TEÓRICO.....	7
3.1.- La importancia de la Educación Física.....	8
3.2.- El atletismo.....	9
3.3.- El Modelo Ludotécnico.....	10
IV. MÉTODO.....	14
V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN .....	17
5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia.....	18
5.2.- Contextualización del centro educativo.....	20
5.3.- Presentación de la programación didáctica/ módulo de trabajo del centro donde se han realizado las prácticas .....	24
5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora.....	33
VI. SITUACIÓN DE APRENDIZAJE.....	36
6.1.- Situación de Aprendizaje.....	38
6.2.- Sesiones de la Situación de Aprendizaje .....	44
VII. CONCLUSIONES.....	63
VIII. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA .....	66
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	69

ANEXOS .....	72
ANEXO I: Tablas.....	73
ANEXO II: Figuras.....	80
ANEXO III: Instrumentos de evaluación .....	82
ANEXO IV: Otros .....	84

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Etapas de la iniciación siguiendo la metodología ludotécnica</i> .....	73
Tabla 2 <i>Artículos relacionados con la temática del estudio</i> .....	74
Tabla 3 <i>Grupos dentro de los diferentes tipos de enseñanza del IES Llombai</i> .....	77
Tabla 4 <i>Horario escolar IES Llombai</i> .....	77
Tabla 5 <i>Esquema de las actividades de las tardes en el IES Llombai</i> .....	77
Tabla 6 <i>Instalaciones IES Llombai</i> .....	78
Tabla 7 <i>Temporalización trimestres 4º ESO curso escolar IES Llombai</i> .....	78
Tabla 8 <i>Secuencia de los contenidos 4º ESO IES Llombai</i> .....	79
Tabla 9 <i>Posibles mejoras en la programación</i> .....	33

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> <i>Ubicación del instituto IES Llombai</i> .....	80
<b>Figura 2.</b> <i>Instalaciones deportivas IES Llombai (patio, trinquete y gimnasio)</i> .....	80
<b>Figura 3.</b> <i>Organigrama del IES Llombai</i> .....	81
<b>Figura 4.</b> <i>Protocolo de medidas de atención a la diversidad IES Llombai</i> .....	81

# I. INTRODUCCIÓN

## 1. INTRODUCCIÓN

En consonancia con Munzon-Chuya y Jarrín-Navas (2021) la Educación Física es primordial para que los alumnos puedan desenvolver habilidades motrices, cognitivas y coordinativas a través de juegos, promoviendo a practicar algún deporte o actividad con el objetivo de mejorar la calidad de vida y afrontando el sedentarismo.

El atletismo ha acontecido un deporte muy importante y ha ganado un interés creciente en la educación a lo largo de los años, ocupando una gran parte del currículo en la asignatura de Educación Física en diversos países. Es un deporte de carácter individual que se enfoca en las habilidades deportivas básicas y que para su iniciación no se requiere de materiales e instalaciones muy complejos, con un espacio abierto en el cual se puedan realizar diferentes lanzamientos, saltos y carreras, es suficiente. (Valero et al., 2005)

Una de las grandes incógnitas en las clases de Educación Física, es qué metodología utilizar dependiendo el contenido que se esté impartiendo, con el objetivo de favorecer el aprendizaje de los alumnos. A pesar de que en la actualidad hay diferentes metodologías en las que el alumno es el centro del aprendizaje, según González-Espinosa et al. (2017) se continúan aplicando metodologías tradicionales en las cuales se llevan a cabo las habilidades técnicas deportivas a través del mando directo, con el objetivo de realizarlas correctamente de una manera analítica para después trasladarlas a una situación real (Barba-Martín et al., 2020). En oposición a estas metodologías tradicionales, surgen las metodologías activas las cuales se centran en los intereses y las necesidades del alumnado para fomentar aprendizajes más relevantes en ellos. (León-Díaz et al., 2020)

Valero y Conde (2003) proponen el Modelo Ludotécnico como alternativa para la enseñanza del atletismo en la iniciación, mediante juegos que contienen la técnica de diferentes disciplinas atléticas y que facilitan el aprendizaje del alumno, evitando así la repetición de los gestos atléticos que conllevan a la falta de motivación y al desinterés hacia la práctica. El Modelo Ludotécnico surge con la intención de renovar el atletismo en la educación,

destinado particularmente a la Educación Secundaria Obligatoria, y comprendiendo la iniciación del atletismo como juegos en los que se busca que los alumnos adquieran y mejoren la técnica de los gestos específicos, en un entorno de diversión y descubrimiento que favorezca el desarrollo de los alumnos y que atienda a la motricidad, cognición y a la sociabilidad de los mismos (Valero y Gómez-Mármol, 2013). El principal precursor de la metodología ludotécnica es Alfonso Valero Valenzuela, que explica que la enseñanza tradicional se aproxima más al adiestramiento (reproducir modelos de ejecución) que a la educación, y por ello los alumnos adoptan pasividad y un rol secundario en las clases (Valero y Conde, 2003). Además, esta metodología tradicional busca el perfeccionamiento técnico, posibilitando el logro en los alumnos más talentosos, lo que puede conllevar un gran abandono de los alumnos en la práctica (Sánchez-Alcaraz et al., 2016). En consonancia con lo anterior, Jornet et al. (2017) señalan que pese a la diversidad de metodologías para la iniciación, es necesario promover nuevos procedimientos con el objetivo de renovar la enseñanza y eliminar las carencias de los métodos tradicionales, por eso aparece el Modelo Ludotécnico.

Tras un análisis del centro, se concluye con la realización de una Situación de Aprendizaje de atletismo siguiendo el Modelo Ludotécnico. Por una parte, tanto con los materiales y con las instalaciones que cuenta el centro es posible llevar a cabo esta situación trabajando diversas modalidades atléticas. Por otra parte, esta situación es relevante para darle una mayor visibilidad al atletismo en la localidad de Burriana ya que contiene una pista de atletismo municipal y diversos clubes que entrenan semanalmente en dicha pista. Además, uno de los aspectos más importantes es la poca utilización de metodologías activas en el centro. Con el objetivo de combatir los puntos negativos de las metodologías tradicionales (falta de motivación, desinterés, pasividad, rol secundario del alumnado, posible abandono), este Trabajo de Fin de Máster (TFM) va a ofrecer al alumnado una alternativa para la práctica del atletismo a través del Modelo Ludotécnico. Concretamente en las pruebas de salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina, en 4º de ESO, dentro de la asignatura de

Educación Física y en el presente año académico 2023-2024. Se han elegido estas pruebas con el fin de dar a conocer al alumnado diversas modalidades atléticas con transferencia a diferentes capacidades: salto de longitud (salto), paso de vallas (carrera) y lanzamiento de jabalina (lanzamiento).

## **II. OBJETIVOS**

## 2. OBJETIVOS

En esta Situación de Aprendizaje se distinguen dos clases de objetivos, generales y específicos, derivando estos últimos de los primeros.

### 2.1.- Objetivos Generales:

OG1.- Exponer una Situación de Aprendizaje en el segundo ciclo de la ESO sobre el atletismo, con sus oportunas sesiones, en las modalidades de salto de longitud, de paso de vallas y de lanzamiento de jabalina, y empleando el Modelo Ludotécnico.

OG2.- Indagar sobre el Modelo Ludotécnico con el objetivo de realizar las sesiones siguiendo esa metodología.

OG3.- Crear instrumentos de evaluación para la Situación de Aprendizaje.

### 2.2.- Objetivos Específicos:

En base al OG1, se plantea:

OE1.- Utilizar el Modelo Ludotécnico favoreciendo la enseñanza del atletismo y la motivación de los alumnos.

En relación con el OG2, se abordan:

OE2.- Incrementar mi conocimiento acerca del Modelo Ludotécnico gracias a la investigación elaborada.

OE3.- Detallar vivencias de éxito logradas a través del Modelo Ludotécnico.

Y con respecto al OG3, se presenta:

OE4.- Crear instrumentos para la evaluación de la higiene, la técnica de las modalidades atléticas, y la actitud e implicación en el alumnado.

### **III. MARCO TEÓRICO**

### 3. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. La importancia de la Educación Física.

La Educación Física presenta diversos beneficios en los alumnos, por tanto, es una asignatura de vital importancia dentro del currículum de Educación Secundaria. Según Baena et al. (2014) la Educación Física está relacionada con la generación de hábitos físico deportivos, los cuales favorecen el desarrollo personal y social, y pueden reducir problemas de salud. Entre los efectos físicos, la actividad física contribuye a regular los niveles de glucosa, disminuye el riesgo de enfermedades cardiovasculares, y neutraliza la obesidad y la osteoporosis, entre otros. En consecuencia, la actividad física apropiada aumenta la calidad y la esperanza de vida. (Celdrán et al., 2016)

Hay una relación entre el grado de actividad física y el rendimiento académico de los alumnos. Ramírez et al. (2004) señalan que hay diversas investigaciones que demuestran que los jóvenes que practican actividad física y deporte consiguen notas académicas superiores en diversas asignaturas. Además, otras investigaciones evidencian que la práctica de actividad física y deporte puede servir como herramienta para promover valores sociales y personales con el objetivo de mejorar la responsabilidad social y personal de los alumnos. (Sánchez-Alcaraz et al., 2016)

El alumnado debe tener un rol activo con el objetivo de alcanzar la motivación y hábitos saludables, entendiendo la importancia de la actividad física para los múltiples beneficios. Según Trigueros et al. (2020) esto se puede conseguir favoreciendo la toma de decisión del alumnado o mediante la utilización de conductas más controladoras. Sin embargo, estas últimas tienen una influencia negativa sobre la motivación del alumnado, con lo que se busca la utilización de métodos que cambien esto.

### 3.2. El atletismo.

Los inicios del atletismo, de una manera no formalizada ni reglamentada, son igual de antiguos como el ser humano. Actividades motrices como saltar, correr y lanzar, se llevan realizando por el ser humano desde su existencia (Rius, 2005). Es uno de los deportes más naturales por lo que sigue siendo uno de los deportes más universales, todos los juegos deportivos del mundo cogen de sus elementos (velocidad, resistencia, fuerza y flexibilidad). (Valero y Gómez-Mármol, 2019)

En lo que respecta al salto, puede entenderse como un desplazamiento que implica el despegue del cuerpo sobre el suelo, ejecutado por uno o los dos pies, suspendiéndose en el aire durante un tiempo y volviendo después al suelo. Además, hay una relación entre la carrera y el salto, aunque la mayor diferencia es la prolongación durante la fase aérea en los saltos, por lo que requieren una mayor fuerza, coordinación y equilibrio (Blández, 1995). En consonancia con Conde y Viciano (1997) el salto adulto se puede apreciar sobre los 12 años de edad gracias al desarrollo de la fuerza y del equilibrio, e irá mejorando a medida que el niño vaya desarrollándose motrizmente. De todos los saltos, el salto de longitud es el más sencillo y consiste en conseguir la mayor distancia horizontal posible, realizando una carrera previa en línea recta y saltando hacia delante para caer en un foso de arena. Por lo general, se divide en las siguientes fases: la carrera, la batida, el vuelo y la recepción. (González-Espinosa et al., 2017)

En relación con la carrera, según Wickstrom (1990) es una sucesión de saltos coordinados en los que el peso del cuerpo va pasando de un pie al otro alternadamente. Se divide en varias etapas siendo la última de ellas la de maduración, en la que el recorrido de la pierna de apoyo es circular, esta pierna se extiende completamente, se reduce el tiempo de apoyo con el suelo, y el movimiento de los brazos describe una curva más amplia manteniendo los codos flexionados alrededor de los 90º (Palao y Pérez, 2010). A partir de los 9 años, se produce una mejora de la carrera tanto de la técnica (cualitativamente) como de la

velocidad (cuantitativamente), debido al desarrollo del sistema nervioso y de la coordinación (Díaz, 1999). El paso de vallas es una prueba atlética que está relacionada con la carrera porque es una modalidad que consiste en llegar de un lado al otro lo más rápido posible y pasando las vallas que hay entre la salida y la meta.

En cuanto al lanzamiento, tomando en cuenta la proposición de Wickstrom (1990) se puede definir como la secuencia de desplazamientos que comprendan lanzar un objeto, ya sea utilizando uno o dos brazos. Para esta habilidad motriz es necesario una correcta coordinación de movimientos, especialmente de los componentes espacio-temporales. Según este mismo autor, a partir de los 6 años se alcanza la quinta y última fase del lanzamiento. Hay una mejora entre la coordinación de las piernas con los brazos, se empieza a adelantar la pierna contraria al brazo que realiza el lanzamiento, y se alcanza una mayor propulsión del movimiento. El lanzamiento de jabalina es un lanzamiento atlético que consiste en una sucesión de desplazamientos en la que se traslada la energía, evidenciándose mediante la velocidad de movimiento de las extremidades superiores y partes más distales. Se divide en tres fases: impulso, carga y descarga. (Mejía et al., 2023)

Hay que destacar que la enseñanza del atletismo se ha centrado en la reproducción de modelos, desempeñando los alumnos un rol secundario en las clases (Valero y Gómez-Mármol, 2013). Esta metodología tradicional aumenta las probabilidades de abandono y pérdida de interés por parte del alumnado, por este motivo surge el Modelo Ludotécnico que se basa en el juego y en el que el alumno es el protagonista de las clases. (Valero y Conde, 2003)

### **3.3. El Modelo Ludotécnico.**

Las nuevas metodologías, como es el Modelo Ludotécnico en la iniciación del atletismo, aparecen para favorecer la competencia motriz y la alfabetización física. No atienden únicamente a la obtención de capacidades motrices, sino que se preocupan también

por los conocimientos y conductas requeridos para el desarrollo de la competencia motriz en los adolescentes; apuestan por la motivación y la adherencia hacia la práctica, desarrollando diferentes dominios (físico, cognitivo, emocional y social). (Valero, 2023)

En concordancia con el autor anterior, esta metodología evita darle importancia al resultado final, teniendo en cuenta otros aspectos en el alumnado como el esfuerzo, la implicación, el cumplimiento de las normas y el respeto. Por tanto, ganando el juego no se consigue el logro de la tarea, esto se consigue con el cumplimiento de las reglas técnicas que comprenden las propuestas ludotécnicas. El profesor debe valorar el trabajo y la dedicación de los alumnos por lograr los diferentes retos, por encima de quien es el mejor, elemento que está muy asentado en el deporte y en el que no es necesario seguir incidiendo.

Valero y Tarifa (2006) relacionan, siguiendo la metodología ludotécnica, los siguientes conceptos: etapa de iniciación, objetivos, nivel/edad, etapa educativa, cursos, y disciplinas atléticas/contenidos (ver tabla 1) (Anexo 1).

En diferentes investigaciones, diversos autores indican que el Modelo Ludotécnico se divide en cuatro fases sucesivas dentro de la sesión, siendo las siguientes (Gómez-Mármol et al., 2014) (Jornet et al., 2017) (Valero y Gómez-Mármol, 2013) (Valero, 2023):

- Fase 1 - Pregunta desafío: Se les expone a los alumnos una pregunta relacionada con la técnica de la modalidad atlética a trabajar. Estos deben de buscar la solución a través de la práctica que realizarán en las siguientes fases.
- Fase 2 - Propuestas ludotécnicas: Es la fase más amplia de la sesión, en ella se busca que los alumnos practiquen la técnica de una modalidad atlética mediante la realización de juegos modificados.
- Fase 3 - Propuestas globales: Se lleva a cabo la realización de una competición modificada de la prueba atlética, uniendo toda la técnica trabajada en la fase 2 con el objetivo de ejecutar el gesto completo.
- Fase 4 - Puesta en común: Se reúne todo el grupo, se repasa la técnica trabaja en

la sesión, los alumnos responden a la pregunta desafío y se resuelve cualquier duda que tengan los alumnos.

Tomando en consideración las fases que muestran los investigadores anteriores, estas se han tenido presentes en las sesiones de la situación de aprendizaje. Debido a que el tiempo total de las sesiones en el centro es de 55', no se han podido trabajar todas las fases en cada sesión. Como de cada modalidad atlética se realizan dos sesiones, la distribución de las fases es la siguiente:

- Sesión 1 para cada modalidad atlética: Fase 1, fase 2 y fase 4.
- Sesión 2 para cada modalidad atlética: Fase 1, fase 2, fase 3 y fase 4.

En la sesión 2 de cada modalidad, da tiempo a trabajar las cuatro fases porque no se lleva a cabo una presentación de la prueba atlética, la cual se presenta en la primera sesión de cada modalidad. Además, la fase 3 se introduce en la última sesión de cada modalidad debido a que se busca la realización de la acción completa por parte de los alumnos, y esta puede conllevar cierta dificultad si no se han trabajado aspectos técnicos previamente.

Por otro lado, Valero y Gómez-Mármol (2013) dividen el gesto de las disciplinas atléticas en cuñas técnicas que permiten una correcta realización de la prueba. Además, como muestran en sus estudios Jornet et al. (2017), y Valero y Gómez-Mármol (2013), así como Valero et al. (2016), existen tres niveles de dificultad dependiendo del número de cuñas técnicas y la incidencia de las mismas en las diferentes fases:

- Nivel básico: Se trabaja únicamente una cuña técnica en las propuestas ludotécnicas de la sesión.
- Nivel intermedio: En cada propuesta ludotécnica se trabaja una cuña técnica en concreto, pudiendo trabajar diferentes cuñas durante la sesión.
- Nivel avanzado: En cada propuesta ludotécnica se trabaja más de una cuña, incidiendo sobre todas las cuñas técnicas durante la sesión.

En relación a lo anterior, en las sesiones de la situación de aprendizaje se aplica el

nivel avanzado debido a: la edad de los alumnos (15 y 16 años), el tiempo de sesión (55') y el número de sesiones destinadas a cada modalidad (2 sesiones). Por todo esto, se trabaja el nivel avanzado con el objetivo de que los alumnos puedan conocer y practicar todas las cuñas técnicas de las modalidades atléticas a trabajar.

A modo de conclusión, el Modelo Ludotécnico aparece como una alternativa a las metodologías tradicionales, en las cuales se le da una mayor importancia a la técnica en comparación con otras variables relacionadas con la práctica en la Educación Física que prácticamente no se valoran. Por este motivo el Modelo Ludotécnico está en crecimiento, porque en diferentes estudios se ha evidenciado la eficacia que tiene este modelo sobre el alumnado, aumentando la participación y la motivación en las clases de Educación Física. (Yupa-Pintado y Heredia-León, 2021)

## **IV. MÉTODO**

#### 4. MÉTODO

En primer lugar, tras analizar la programación del centro (revisión del marco curricular de la Comunidad Valenciana) y hablar con la profesora, me dio la opción de realizar un par de sesiones de atletismo. Me mostró su situación de aprendizaje con sus respectivas sesiones y la metodología utilizada (método tradicional). Observando su programación, se decidió realizar unas cuantas mejoras, como por ejemplo llevar a cabo una sesión culminativa en la pista de atletismo de Burriana, utilizar el Modelo Ludotécnico en las sesiones o implementar una autoevaluación y coevaluación del alumnado, entre otras.

A pesar de hacer una nueva situación de aprendizaje de ocho sesiones (“Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo”), solo ha sido posible la puesta en práctica de dos de ellas. Después de la realización de cinco sesiones por parte de la profesora (carrera de relevos y salto de altura) se realizaron dos sesiones de esta situación de aprendizaje (lanzamiento de jabalina).

En segundo lugar, para el correcto funcionamiento de las sesiones, se han tenido en cuenta aspectos como material, espacio y tiempo atmosférico. Por un lado, el centro cuenta con material para la realización de las pruebas, como testigos, colchonetas de diferentes tamaños, vallas regulables, mini jabalinas, etc. Además, para la puesta en práctica del lanzamiento de jabalina, se han utilizado churros de gomaespuma con picas colocadas en sus interiores, con el fin de aproximarse a las jabalinas reales. Por otro lado, el centro dispone de dos pistas exteriores de fútbol sala y un gimnasio cerrado para la realización de estas sesiones. Generalmente, no coinciden más de dos profesores para impartir clases de Educación Física, y si esto ocurre siempre acuerdan entre ellos lo que mejor les convenga para todos. Además, las sesiones de la situación de aprendizaje se pueden realizar tanto en el gimnasio como en las pistas exteriores, por tanto, esto no es un impedimento. En cuanto al tiempo atmosférico, la situación de aprendizaje se lleva a cabo en el 2º trimestre coincidiendo con el mes de febrero y

el inicio del mes de marzo, por tanto, hace unas condiciones idóneas para llevar a cabo estas sesiones y no coinciden con el ramadán que también podría afectar en el desarrollo de las sesiones.

En tercer lugar, se ha llevado a cabo la revisión de diferentes investigaciones para obtener una correcta fundamentación. Entre estas investigaciones se encuentran otras propuestas de situación de aprendizaje relacionadas con la temática del estudio. Con ese propósito, se han utilizado bases de datos científicas importantes en la Educación Física: Google Scholar, Dialnet y Pubmed. Las palabras clave empleadas para buscar los artículos han sido “modelo ludotécnico”, “Educación Física” y “Atletismo”. En la tabla 2 (Anexo 1) se pueden apreciar los artículos que han sido de gran ayuda para fundamentar la situación de aprendizaje.

En cuarto lugar, tanto el aprendizaje en las asignaturas del Máster Universitario en Formación del Profesorado, concretamente “Aprendizaje y Enseñanza de la Educación Física” y “Complementos para la Formación en la Educación Física”, y las vivencias en el centro durante el periodo de prácticas, me han ayudado a cumplimentar el desarrollo de la Situación de Aprendizaje.

Gracias a la tutora del centro de prácticas, no ha habido ningún problema a la hora de abandonar una metodología más tradicional con el fin de adoptar una metodología más innovadora como es el caso del Modelo Ludotécnico. Pese a solo poner en práctica dos sesiones, se obtienen conclusiones relacionadas con la ejecución técnica, la participación y la motivación.

## **V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN**

## 5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

A continuación, se va a contextualizar el centro educativo en la que se enmarca la Situación de Aprendizaje. Esto implica llevar a cabo un análisis exhaustivo de los documentos normativos del centro con el fin de elaborar y justificar la Situación de Aprendizaje de manera adecuada, asegurando que esté alineada con los principios, objetivos y normativas establecidos por el centro, garantizando así su coherencia y su pertinencia dentro del contexto escolar.

### 5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia

La Situación de Aprendizaje se ha elaborado atendiendo a la normativa legal vigente que regula la Educación Secundaria Obligatoria, a nivel nacional y en la Comunidad Valenciana. Se han tenido en cuenta las normas y los elementos curriculares que constan en las siguientes disposiciones educativas:

#### Normativa de carácter nacional

1. Constitución Española de 1978.
2. Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006.
3. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
4. Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

#### Normativa de carácter autonómico

1. Decreto 107/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria.
2. Decreto 104/2018, de 27 de julio, del Consell, por el que se desarrollan los principios de equidad y de inclusión en el sistema educativo valenciano.

3. Decreto 252/2019, de 29 de noviembre, del Consell, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional.
4. Decreto 72/2021, de 21 de mayo, del Consell, de organización de la orientación educativa y profesional en el sistema educativo valenciano.
5. Decreto 195/2022, de 11 de noviembre, del Consell, de igualdad y convivencia en el sistema educativo valenciano.
6. Orden 44/2011, de 7 de junio, de la Conselleria de Educació, por la que se regulan los planes para el fomento de la lectura en los centros docentes de la Comunidad Valenciana.
7. Orden 20/2019, de 30 de abril, de la Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport, por la que se regula la organización de la respuesta educativa para la inclusión del alumnado en los centros docentes sostenidos por los fondos público del sistema educativo Valenciano.
8. Orden 5/2021, de 15 de julio, de la Vicepresidencia y Conselleria de Igualdad y Políticas Inclusivas y de la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba la nueva Hoja de Notificación para la atención socioeducativa infantil y protección del alumnado menor de edad y se establece la coordinación interadministrativa para la protección integral de la infancia y adolescencia.
9. Orden 19/2023, de 29 de junio, de la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte, por la que se regulan los procedimientos derivados del Decreto 107/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establecen ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria, y del Decreto 108/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Bachillerato, así como la organización y el funcionamiento del Bachillerato nocturno y a distancia en la Comunidad Valenciana.

10. Resolución de 27 de junio de 2023, del secretario autonómico de Educación y Formación Profesional, por la que se aprueban las instrucciones para la organización y el funcionamiento de los centros que imparten Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato durante el curso 2023-2024.

## **5.2.- Contextualización del centro educativo**

Esta situación de aprendizaje se ha hecho para el centro IES Llombai de Burriana. La experiencia adquirida en el instituto, durante el periodo de prácticas del Máster en Formación del Profesorado, me ha ayudado en la elaboración de la situación de aprendizaje.

### Presentación del Centro. Ubicación. Aspectos socioeconómicos y culturales de la zona

El IES Llombai es un centro público que depende de la Conselleria de Educación, Investigación, Cultura y Deporte. Se encuentra en la ciudad de Burriana, dentro de la Comarca de La Plana Baixa, en la Avenida Cardenal Vicente Enrique Tarancón, número 7 (ver figura 1) (Anexo 2).

Burriana ha experimentado un aumento de población significativo en los últimos años, pasando de 26.000 a 35.000 habitantes, principalmente debido al crecimiento de la población inmigrante. Esta ciudad forma parte de la comarca de La Plana Baixa, y de la provincia de Castellón que tiene un total de 500.000 habitantes. Esta provincia no solo es el lugar de origen de los estudiantes, sino que también es un importante mercado para empresas que generan empleo y oportunidades económicas. Los sectores productivos más destacados incluyen la industria cerámica, productos químicos, maquinaria industrial, construcción, turismo, agricultura (especialmente cítricos como la naranja), pesca, servicios de asesoría y talleres. En este contexto, el objetivo del centro es proporcionar una educación académica y profesional que se adapte a las necesidades del entorno social y económico, priorizando en todo caso el desarrollo integral del alumno como individuo.

El IES Llombai alberga actualmente 53 grupos en sus instalaciones, ofreciendo

educación en horario matutino para niveles de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Ciclos Formativos, con estudiantes desde los 12 años. Asociado con cuatro colegios de Educación Primaria locales, que nutren principalmente el Primer Ciclo de ESO. Cuenta con una parte significativa de estudiantes de diversas nacionalidades, entre las que destacan la marroquí, la rumana, y la latinoamericana con mayor incidencia de la colombiana; en total hay 29 nacionalidades. En Burriana, además del IES Llombai, existe otro instituto público, el IES Jaume I, y otros centros concertados: Villa Fátima, Consolación, Salesianos e Illes Columbretes.

### Oferta educativa

El total de alumnado para el curso 2023-24 en el IES Llombai es de 1.137 estudiantes, repartidos en los siguientes niveles y etapas educativas (ver tabla 3) (Anexo 1):

- Primer Ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO): 1º ESO (6 grupos) y 2º ESO (6 grupos + 1 grupo PAC + 1 grupo PMAR).
- Segundo Ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO): 3º ESO (6 grupos + 1 grupo PDC) y 4º ESO (5 grupos + 1 grupo PR4).
- Bachillerato en dos modalidades:
  - Humanidades y Ciencias Sociales: 1º BAT (2 grupos) y 2º BAT (2 grupos).
  - Ciencias y Tecnología: 1º BAT (1 grupo) y 2º BAT (1 grupo).
- Ciclos Formativos de Grado Medio en:
  - Electromecánica de vehículos automóviles: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
  - Instalaciones frigoríficas y de climatización: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
  - Instalaciones eléctricas y automáticas: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
  - Atención a personas en situación de dependencia: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
- Ciclos Formativos de Grado Superior en:
  - Sistemas electrotécnicos y automáticos: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
  - Desarrollo de proyectos de instalaciones térmicas y de fluidos: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).

- Ciclos de Formación Profesional Básica en:
  - Servicios administrativos: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
  - Fabricación y montaje: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).
  - Mantenimiento de viviendas: 1º (1 grupo) y 2º (1 grupo).

El horario de clases del IES Llombai es de 8:15 a 15:10 horas, de lunes a viernes (ver tabla 4) (Anexo 1). Los jueves, las clases terminan a las 14:05 horas para permitir reuniones del profesorado. Hay dos recreos, el primero de 20 minutos y el segundo de 10. Los alumnos que ya tengan los 18 años pueden salir del centro durante estos recreos. Además, se realizan actividades gratuitas para los alumnos del centro, fuera del horario lectivo de lunes a jueves de 15:10 a 17:05 horas (ver tabla 5) (Anexo 1).

Por otra parte, el Instituto es sede de diversas actividades como las pruebas de acceso a ciclos de grado medio y superior que se realizan en junio, las pruebas libres para obtener el título de técnico y de técnico superior, y funciona como subsede de la Escuela Oficial de Idiomas de la Plana Baixa en horario vespertino. También acoge otras actividades establecidas por la ley, como las pruebas homologadas de inglés y francés que tienen lugar en febrero.

#### Instalaciones del centro

El Instituto cuenta con una serie de instalaciones que se aprecian en la tabla 6 (Anexo 1). Las instalaciones para la asignatura de Educación Física comprenden dos patios exteriores, un trinquete y un polideportivo-gimnasio (ver figura 2) (Anexo 2). Uno de los patios alberga tres mesas de tenis de mesa y un mini campo de fútbol sala, mientras que el otro tiene dos campos de fútbol sala-voleibol-balonmano, con dos canastas en uno de ellos. El trinquete tiene las medidas reglamentarias y dos espacios cerrados adicionales para variantes de pelota valenciana, aunque carece de techo por lo que la actividad bajo la lluvia resulta dificultosa. Por último, el polideportivo-gimnasio tiene vestuarios con baños para alumnos y profesores, un despacho docente, un almacén para material de Educación Física, y una zona de juego cubierta para diversas actividades.

### Recursos humanos del centro

El Claustro está compuesto por 127 docentes, de los cuales 57 son hombres y 70 son mujeres. Del total, el 57% tiene en el centro su destino definitivo. En cuanto al personal no docente, hay tres administrativos que gestionan la Secretaría, tres conserjes en turno de mañana y tarde, personal de limpieza contratado por la Conselleria, el servicio de bar/cafetería, dos educadoras, y el AMPA, que dispone de un espacio para realizar sus actividades y reuniones. Además, las diversas enseñanzas son coordinadas por 19 Departamentos Didácticos, 4 Familias Profesionales, el Departamento de Orientación, el de Formación y Orientación Laboral (FOL) y el Departamento de Prácticas Formativas (FCT) bajo la supervisión de la COCOPE (Comisión de Coordinación Pedagógica). En la figura 3 (Anexo 2) se puede contemplar el organigrama del centro.

### Señas de identidad del centro

El Instituto Llombai se centra en educar para la paz y promover valores como el respeto, la igualdad y la solidaridad. Busca formar a los estudiantes de manera integral, teniendo en cuenta tanto la transmisión de conocimientos como el desarrollo personal. Destaca la colaboración con la comunidad local y las empresas, así como la participación en programas internacionales como Erasmus+. Además, se enfoca en la sostenibilidad y el cuidado del medio ambiente, involucrando a los estudiantes en iniciativas de ahorro energético y mantenimiento del centro. En resumen, el Instituto se compromete a crear una comunidad educativa basada en el respeto hacia las personas, la naturaleza y la cultura.

### Plan de Atención a la Diversidad e Inclusión Educativa (PADIE)

Para atender a los estudiantes con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE), el Instituto Llombai sigue un cuidadoso protocolo de medidas de atención a la diversidad, como se muestra en la figura 4 (Anexo 2).

La orientación educativa se rige por una metodología inclusiva que aborda las diversas formas de concebirla. Esto implica atender tanto a los estudiantes con Necesidades Específicas

de Apoyo Educativo (NEAE), como a los que presentan dificultades de aprendizaje y comportamiento. Para ello se implementan varios programas de atención a la diversidad. El Programa de Mejora del Aprendizaje y Rendimiento (PMAR) se dirige a alumnos con dificultades en 2º ESO, con el objetivo de alcanzar competencias clave y promover su avance académico. El Programa de Refuerzo de 4º ESO (PR-4) está destinado a preparar a los estudiantes para graduarse y continuar con estudios posteriores de formación profesional. Por último, el Programa de Acompañamiento y Continuidad (PAC) se enfoca en estudiantes de 2º ESO con problemas de comportamiento, absentismo o desinterés, ofreciéndoles un entorno de aprendizaje más práctico y una atención más individualizada en grupos reducidos. Estos programas no solo buscan abordar las necesidades académicas de los estudiantes sino también fortalecer su autoestima, promover la inclusión y prevenir el abandono escolar, fomentando así un ambiente educativo más acogedor y equitativo.

### **5.3.- Presentación de la programación didáctica/ módulo de trabajo del centro donde se han realizado las prácticas**

La situación de aprendizaje presentada en este TFM se encuentra dentro del segundo ciclo de la ESO, debido a que va dirigida a alumnos de 4º de la ESO, más concretamente a la clase de 4º A ESO del centro IES Llombai de Burriana dentro de la asignatura de Educación Física.

#### Secuencia de los contenidos/saberes básicos temporalización por trimestres del curso elegido

El inicio del curso escolar en la ESO es el 11 de septiembre de 2023, mientras que el final del curso es el día 21 de junio de 2024. En la siguiente tabla se puede observar la programación para los cursos de 4º ESO con las fechas de inicio de cada trimestre, las fechas de las evaluaciones de los profesores y las entregas de notas (ver tabla 7) (Anexo 1).

Los contenidos para trabajar en 4º ESO en el curso escolar 2023 - 2024 se encuentran repartidos en los tres trimestres en los que se divide el curso. En el primer trimestre los

contenidos a trabajar por el mismo orden de aparición son: calentamiento y juegos, condición física, actividades en el medio ambiente y roundnet. En el segundo trimestre los contenidos a trabajar por el mismo orden de aparición son: atletismo, ritmo o teatro, y pelota valenciana. En el tercer trimestre los contenidos a trabajar por el mismo orden de aparición son: twincon, voleibol, y raquetas o bádminton. En la tabla 8 (Anexo 1) se puede apreciar de una manera más visual la distribución de los contenidos.

### Competencias y evaluación

Las competencias clave son habilidades, conocimientos y actitudes fundamentales para que los alumnos puedan conseguir un completo desarrollo y alcanzar el éxito en la vida. Estas competencias son útiles en áreas como el trabajo, la ciudadanía y las relaciones sociales. Dentro de la asignatura de Educación Física en 4º ESO se adquieren las siguientes competencias claves:

- **Competencia en comunicación lingüística (CCL):** La capacidad de los alumnos para comunicarse en temas relacionados con la actividad física de forma coherente, efectiva y con respeto. Por ejemplo, discutir estrategias o explicar las reglas de un juego.
- **Competencia en matemáticas, ciencia y tecnología (CMCT):** Conceptos matemáticos y científicos involucrados en la Educación Física. Por ejemplo, el pensamiento matemático para resolver situaciones, analizar datos estadísticos de rendimiento físico o comprender principios biomecánicos asociados con el movimiento corporal.
- **Competencia digital (CD):** El uso responsable de herramientas digitales por parte de los alumnos con el fin de favorecer el aprendizaje. Por ejemplo, para monitorear su rendimiento físico, acceder a información sobre algún deporte o temas relacionados con la asignatura como la salud, o participar en comunidades en internet relacionadas con el deporte y el ejercicio.
- **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):** El progreso personal

y social de los alumnos al favorecer el trabajo en equipo, el respeto, la autoevaluación y la coevaluación entre otros. También ayuda a los alumnos a aprender cómo aprender porque necesitan alcanzar habilidades motrices y estrategias desconocidas con el objetivo de mejorar su rendimiento.

- **Competencia en ciudadanía (CC):** La formación de los alumnos en ciudadanos involucrados y responsables, promocionando valores como el respeto, la igualdad, el juego limpio y la participación activa en actividades deportivas y recreativas.
- **Competencia en consciencia y expresión cultural (CCEC):** El aprendizaje y el disfrute de los alumnos de diversas formas de expresión cultural. Por ejemplo, danzas tradicionales, deportes autóctonos o juegos típicos de diferentes culturas.

Con relación a los criterios de evaluación, son las reglas o herramientas que nos ayudan a ver qué tan bien les va, aprenden y se desempeñan los alumnos en relación con lo que queremos que aprendan. Dentro de la asignatura de Educación Física en 4º ESO se lleva a cabo una evaluación del alumnado, apreciando aspectos relacionados con la participación, la actitud y la habilidad, mediante diferentes métodos de carácter continuo. Los instrumentos de evaluación son los siguientes:

- Evaluación de los conocimientos teóricos aprendidos en clase mediante exámenes teóricos o la entrega de trabajos en el formato y la plataforma elegido por el profesor, y en la fecha establecida por el mismo.
- Evaluación de las habilidades técnico-tácticas a través de la realización de actividad física y deportiva; mediante pruebas, retos y el desempeño práctico en diferentes deportes y actividades.
- Evaluación de la participación y la actitud del alumnado: asistencia a las clases, puntualidad en las mismas, traer el material necesario y requerido para algunas clases, cambiarse la camiseta al finalizar las clases, el respeto hacia el profesor y hacia los compañeros, cuidar el material y ayudar a montar y recoger el mismo, y el grado de

participación del alumnado en las clases.

Además, cabe destacar que a cada alumno se le proporciona una nota para cada uno de los tres trimestres y una nota final al finalizar el curso. Los conocimientos teóricos, para la mayoría de contenidos, tienen un valor del 20%, mientras que los aspectos prácticos (las habilidades técnico-tácticas, la participación y la actitud) tienen un valor del 80% de la nota. Estos criterios de evaluación se pueden ver modificados en casos excepcionales, como por ejemplo una lesión de larga duración que impida al alumno la realización de práctica deportiva en algunos contenidos.

Se puede tener algún contenido suspendido y aprobar la asignatura, siempre que la media global de todos los contenidos trabajados salga igual o superior a cinco. Pero es obligatorio tener mínimo un tres de nota en los contenidos para que hagan media con el resto. Los alumnos que tengan algún contenido por debajo de la nota mínima requerida, tendrán el trimestre suspendido. Sin embargo, si la nota media de los tres trimestres es igual o superior a cinco, el alumno tiene la nota final aprobada y con lo cual la asignatura. Si algún alumno tiene la asignatura del año anterior suspendida, la recupera aprobando los dos primeros trimestres del siguiente año. Si no consigue aprobar los primeros dos trimestres, tiene una segunda oportunidad mediante una convocatoria ordinaria que consta de un examen teórico-práctico en el cual se abordan diferentes contenidos relacionados con la asignatura.

#### Metodología utilizada

Es importante destacar que se utilizan diferentes metodologías según diversos factores como el contenido que se esté trabajando, las necesidades específicas de los alumnos, el nivel de habilidad de los alumnos, los objetivos de aprendizaje y las características del entorno. Esta diversidad metodológica permite una enseñanza más inclusiva y efectiva, fomentando así el desarrollo global de los alumnos.

Según una revisión de Benítez y Granda (2022), es primordial que los profesores estén familiarizados con la pluralidad de estilos de enseñanza con el objetivo de diseñar estrategias

pedagógicas adecuadas. Estas estrategias deben garantizar el cumplimiento de los objetivos académicos establecidos, teniendo en cuenta las particularidades de aprendizaje de cada alumno. A continuación, se exponen los estilos de enseñanza que tienen más protagonismo en la asignatura de Educación Física en 4º ESO.

- **Mando directo:** El profesor asume un rol central porque se encarga de tomar todas las decisiones y proporcionar instrucciones sobre cómo realizar una tarea concreta, mientras que los alumnos deben seguir estas indicaciones reproduciendo lo enseñado. Utilizado por ejemplo en sesiones de calentamiento, de condición física, de atletismo, de ritmo/teatro, y de deportes en los cuales se llevan a cabo retos individuales como por ejemplo en raquetas/bádminton entre otras.
- **Asignación de tareas:** El profesor facilita la solución de una tarea concreta y proporciona apoyo, mientras los alumnos trabajan en sus tareas a su propio ritmo. Los alumnos tienen más libertad para moverse y practicar los ejercicios según su ritmo, mientras el profesor está disponible para resolver dudas y ayudar en la ejecución de las tareas. Utilizada por ejemplo en sesiones de roundnet, raquetas/bádminton, pelota valenciana y voleibol entre otras.
- **Enseñanza recíproca:** Por parejas, un alumno tiene el rol de ejecutor, mientras que el otro el de observador pudiéndolo ofrecer feedback al compañero. Utilizada por ejemplo en sesiones de condición física, de atletismo, y en habilidades específicas de deportes como raquetas/bádminton y voleibol.
- **Microenseñanza:** Tras una presentación del contenido del profesor, un grupo de alumnos asume el rol de profesores y proporciona la información a sus compañeros. El profesor solo puede comunicarse con el grupo que asume el rol de profesores. Utilizada por ejemplo en sesiones de actividades en el medio ambiente.
- **Descubrimiento guiado:** El profesor presenta una situación y adopta un rol de observador, mientras los estudiantes deben buscar y descubrir soluciones a dicha

tarea. Los alumnos son partícipes de su propio aprendizaje experimentando con el objetivo de resolver el problema planteado, mientras que el profesor ofrece orientación y apoyo según sea necesario. Utilizada por ejemplo en sesiones de juegos, roundnet, raquetas/bádminton, pelota valenciana, twincon y voleibol.

- Resolución de problemas: Los alumnos tienen libertad con el fin de buscar posibles soluciones al problema planteado por el profesor. Utilizada por ejemplo en sesiones de juegos y en ritmo/teatro.

### Utilización de las TIC

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han evolucionado y cambiado la educación con el paso del tiempo. La incorporación de las TIC en los centros ha modernizado las enseñanzas ofreciendo nuevas posibilidades para el aprendizaje y ha favorecido el crecimiento de competencias digitales que son fundamentales en la actualidad.

En todas las asignaturas, incluyendo la Educación Física, es importante el uso de estas tecnologías. No sólo para entrar en la página web del centro en la cual está toda la información relacionada con la enseñanza, sino que también a la hora de comunicarse con los padres a través de la aplicación informática ITACA. Tanto alumnos y padres tienen acceso a la página web del centro, en cambio, únicamente los padres tienen acceso a ITACA.

En cuanto a la asignatura de Educación Física, son relevantes para analizar algún gesto o habilidad, para llevar a cabo alguna evaluación, y para buscar información relacionada con la actividad física o algún deporte. Por ejemplo, en sesiones de actividades en el medio ambiente, atletismo y de ritmo/teatro se han utilizado para analizar las actividades realizadas, la técnica atlética, y la coordinación y el ritmo en los bailes, respectivamente. Además, en sesiones en las cuales la profesora ha llevado a cabo una evaluación del alumnado, ha utilizado diferentes rúbricas a través de plataformas digitales. No obstante, los alumnos no han tenido la oportunidad de evaluar a sus compañeros o así mismos a través de estas rúbricas, y cuando han podido hacerlo lo han hecho a través de rúbricas impresas a papel. Finalmente, en

diferentes contenidos en los cuales los alumnos han tenido que realizar un visual thinking, han utilizado el móvil como herramienta de búsqueda y selección de la información.

El empleo de las TIC aporta muchos beneficios a los alumnos, ofreciéndoles nuevas herramientas y metodologías que favorecen una enseñanza más interactiva. No obstante, deben de hacer un buen uso responsable de las mismas y utilizarlas cuando lo indique el profesor. Además, es importante garantizar que todos los alumnos tengan acceso a estas tecnologías.

Atención a la diversidad. Desarrollo de valores relativos a equidad y diversidad. Refuerzo y grupos de atención especial. Actividades de refuerzo y mejora. Niveles de inclusión educativa

La atención a la diversidad es crucial en los centros educativos porque implica la modificación o el ajuste de ciertos aspectos en los contenidos para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje a los estudiantes que lo requieran, asegurando que ningún alumno se quede atrás.

Estas medidas se recogen en el Plan de Atención a la Diversidad (PAD), elaborado por el centro y que contiene las diversas adaptaciones necesarias. La atención a la diversidad en la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) está enfocada a solventar las necesidades específicas de cada alumno y a lograr los objetivos establecidos para esta etapa educativa.

El centro contiene diferentes programas de atención a la diversidad:

- PAC: El Programa de Acompañamiento y Continuidad destinado a alumnos de 2º ESO con problemas de comportamiento, absentismo o desinterés. Se les ofrece un aprendizaje más práctico.
- PMAR: El Programa de Mejora del Aprendizaje y Rendimiento destinado a alumnos de 2º ESO que les cuesta un poco más de lo habitual avanzar con el grupo. El objetivo del programa es favorecer su avance académico.
- PDC: El Programa de Diversificación Curricular destinado a alumnos de 3º ESO que les cuesta un poco más de lo habitual avanzar con el grupo. El objetivo del programa es

favorecer su avance académico.

- PR4: El Programa de Refuerzo destinado a alumnos de 4º ESO que les cuesta un poco más avanzar con el grupo. En este grupo se busca que los alumnos se gradúen y continúen con estudios posteriores de formación profesional.

En los programas anteriores los alumnos suelen tener una mayor atención porque son grupos con un menor número de alumnos. Además, con estos programas se busca que los alumnos que requieren una mayor atención no abandonen los estudios y puedan continuar a un ritmo más adecuado para ellos. El equipo docente junto al departamento de orientación, al final de cada curso académico, realiza la propuesta de incorporación para los diferentes programas, ayudándose con la evaluación académica y psicopedagógica del alumnado. Además, para entrar al PMAR es necesario que el alumno haya repetido al menos una vez en cualquier etapa, mientras que en el PDC y en el PR4 no es un requisito.

El Plan de Atención a la Diversidad en el que se agrupan los programas es el siguiente:

- El Programa de Acompañamiento y Continuidad (PAC), en 2º ESO.
- El Programa de Mejora del Aprendizaje y Rendimiento (PMAR), en 2º ESO.
- El Programa de Diversificación Curricular (PDC), en 3º ESO.
- El Programa de Refuerzo de 4º ESO (PR4).
- Alumnado de integración con necesidades educativas especiales (NEE).
- Plan de Convivencia.

#### Actividades complementarias

Las actividades complementarias son aquellas que están planificadas desde el inicio del curso y que son organizadas con el objetivo de educar al alumnado. Cada departamento se encarga de proponer y organizar las actividades complementarias que quieren llevar a cabo durante el curso, las cuales deben de estar incluidas en sus programaciones. El departamento de Educación Física conformado por los diversos profesores se encarga de proponer y organizar las diferentes actividades relacionadas con la asignatura. Las actividades

complementarias destinadas al alumnado de 4º ESO en el curso escolar 2023-2024 son las siguientes:

- Esquiar en la estación de esquí La Molina (Gerona).
- Actividades multideportivas en la playa de Burriana.
- Pelota valenciana en el Trinquete Municipal de Burriana.
- Teatro en el Teatro Payá de Burriana.

#### Participación en proyectos (ABP, APS) y programas interdisciplinares

Por un lado, en relación a la participación en proyectos, los profesores se dieron cuenta de que durante los recreos únicamente se jugaba al fútbol, predominando la participación de los chicos y escasamente de alguna chica. Por ese motivo, y con el objetivo de conseguir la participación y la inclusión de todo el alumnado, durante todo el curso se han realizado diferentes torneos de diferentes deportes o actividades en los cuales los equipos debían de ser mixtos. Los torneos han constado de partidos previos clasificatorios y partidos de fases finales dando lugar al equipo ganador. Por ejemplo, se han jugado torneos de baloncesto, de twincon y de voleibol entre otros. Los propios alumnos se han encargado de arbitrar los diferentes partidos bajo la supervisión de los profesores de guardia, y los profesores de Educación Física se han encargado de organizar, anotar y exponer los resultados de los partidos. Este proyecto se sitúa dentro de un Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP).

Por otro lado, en relación a los programas interdisciplinares del centro, dentro de la asignatura de Educación Física no se llevan a cabo programas en coordinación con otras asignaturas. Por lo general, en el centro los departamentos de las diferentes asignaturas proponen y organizan las actividades que quiere llevar a cabo por sí mismos sin coordinarse con otros departamentos.

#### 5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora

Después de realizar una investigación en la legislación de la Comunidad Valenciana, con el objetivo de elaborar una programación didáctica de Educación Física de manera adecuada, se ha comprobado que la planificación de este departamento es apropiada y cumple con la normativa necesaria para desarrollar una programación didáctica conveniente y, en consecuencia, una correcta Situación de Aprendizaje dentro de ella. Dentro del departamento de Educación Física, cada profesor interviene de forma diferente y aunque la programación se ajusta a lo requerido por la ley, en ocasiones los profesores la incumplen: El Plan de Atención a la Diversidad en el que se agrupan los programas es el siguiente:

- Se saltan el temario: No siguen el contenido curricular establecido por la normativa y omiten temas imprescindibles.
- Falta de coherencia: No llevan a cabo una estructura didáctica adecuada, cambian de un tema a otro sin una secuencia lógica.
- No registran el progreso: No llevan un seguimiento apropiado de los alumnos para evaluar su desempeño de manera continua.
- No cumplen con los tiempos establecidos: No dedican el tiempo conveniente a cada situación de aprendizaje según lo acordado en la planificación.

Si bien se ha mencionado anteriormente que la programación es idónea, algunos de los puntos necesitan innovación para lograr mejoras. En la siguiente tabla (tabla 9) se detallan las posibles mejoras.

**Tabla 9**

*Posibles mejoras en la programación*

Aspectos más importantes de la programación	Aspectos que deben mejorarse
Cumplimiento de	Después de analizar la legislación, se puede concluir que la

la legislación actual	programación se adecua y cumple con la normativa vigente de la Comunidad Valenciana. Por lo tanto, este aspecto no requiere mejoras.
Coherencia entre los contenidos programados y la realidad de las sesiones	No hay suficiente tiempo para cubrir todos los contenidos planificados, y a veces la cantidad de sesiones para cada situación de aprendizaje no coincide con lo acordado al inicio del curso. Para resolver esto, se pueden combinar contenidos relacionados para abordar más de un tema a la vez, o reducir el número de contenidos eliminando algunos. Otra opción viable es consultar a los alumnos sobre sus preferencias, siempre y cuando se mantenga dentro de los límites establecidos por la ley.
Utilización y aplicación de las TIC	Las TIC están bastante integradas en las clases, pero en las sesiones teóricas, se pueden utilizar aplicaciones digitales como Kahoot para aumentar la motivación del alumnado. Además, cuando los alumnos realizan la autoevaluación y la coevaluación de los diferentes contenidos, suelen usar una rúbrica en papel proporcionada por el profesor. Una alternativa sería realizar estas rúbricas a través de plataformas digitales como Google Forms.
Metodologías activas. Si se aplican o no	La aplicación de metodologías activas en las sesiones es limitada, predominando principalmente el aprendizaje cooperativo. Estas metodologías buscan hacer las clases más dinámicas y participativas, logrando un aprendizaje más profundo y aumentando la motivación de los estudiantes. Existen muchas metodologías activas que se pueden implementar, como el uso de la gamificación para enseñar las reglas de un juego o deporte, el aula invertida (flipped classroom) para la enseñanza técnica a través de videos, o el Modelo Ludotécnico para la práctica mediante juegos, entre otras opciones.
Coherencia en la evaluación realizada	La evaluación suele ser coherente, asignando un porcentaje mucho menor a la teoría en comparación con la práctica. Sin embargo, en ocasiones no se realiza un seguimiento adecuado de los alumnos en aspectos que luego son evaluados, como el cambio de camiseta (higiene) y la participación y actitud en clase.
Atención a la diversidad	Tanto en el centro educativo como en las clases de Educación Física, se da una gran importancia a la atención a la diversidad. En el ámbito de la Educación Física, se proporcionan adaptaciones específicas a algunos

	<p>alumnos con el objetivo de asegurar que puedan seguir el desarrollo de la clase sin perderse en el proceso.</p>
<p>Participación del centro en proyectos interdisciplinares, europeos, de promoción deportiva, con el entorno, valores éticos, objetivos de desarrollo sostenible, etc.</p>	<p>Actualmente, no se implementan proyectos interdisciplinares, ya que cada departamento se enfoca en sus proyectos específicos relacionados con sus asignaturas. Sin embargo, existe la posibilidad de desarrollar proyectos de este tipo. Por ejemplo, colaborar con el departamento de Música para trabajar el ritmo y con el de Educación Ético-cívica para abordar valores deportivos en el contexto del atletismo. Además, se realizan proyectos relacionados con la asignatura de Educación Física, como actividades de esquí en la nieve, actividades multideportivas en la playa, jornada de pelota valenciana y salidas al teatro. No obstante, considero que se pueden llevar a cabo proyectos adicionales con un impacto considerable para la localidad de Burriana. Por ejemplo, organizar una jornada atlética centrada en el atletismo para promover la pista de atletismo y los clubes deportivos locales que fomentan este deporte.</p>

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En la tabla se pueden ver las posibles mejoras en la programación de 4º ESO en Educación Física.

## **VI. SITUACIÓN DE APRENDIZAJE**

## 6. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Después de analizar la programación didáctica de la asignatura de Educación Física en el centro, se planteó una Situación de Aprendizaje basada en el atletismo y con el nombre “Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo”. Dicha situación coincidió con mi estancia en el centro haciendo las prácticas, no obstante, no pude realizar todas las sesiones planteadas debido a la insuficiencia de tiempo dentro de la planificación de la asignatura. Con todo, pude llevar a cabo dos sesiones de atletismo en la disciplina de lanzamiento de jabalina, aplicando el Modelo Ludotécnico.

Se decide utilizar este modelo como metodología de enseñanza con el objetivo principal de mejorar la motivación, la participación y el desarrollo del alumnado. Además, se busca la realización de sesiones innovadoras para la disciplina del atletismo evitando los métodos tradicionales.

Toda la información relacionada con la Situación de Aprendizaje, con sus respectivas sesiones, se encuentra en las siguientes tablas.

## 6.1.- Situación de Aprendizaje

<b>NOMBRE DE LA SITUACIÓN DE APRENDIZAJE:</b> VUELA ALTO, CORRE RÁPIDO Y LANZA LEJOS: EL ARTE DEL ATLETISMO.				
<b>Curso:</b> 4º ESO	<b>Bloque saberes básicos:</b> Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física. Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices. Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	<b>SA:</b> 5	<b>Trimestre:</b> 2º	<b>N.º Sesiones:</b> 8
<b>Justificación:</b> Esta situación de aprendizaje, organizada en 8 sesiones, se centra en la enseñanza de las pruebas atléticas de salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina utilizando el Modelo Ludotécnico.  El atletismo en las clases de Educación Física se suele enseñar siguiendo la metodología tradicional, que no motiva mucho al alumnado; por ese motivo se ha escogido esta situación de aprendizaje guiada por el Modelo Ludotécnico, que se basa en la enseñanza de la técnica a través de juegos para mejorar la motivación, la participación y el desarrollo del alumnado. El Modelo Ludotécnico aparece como una opción en la enseñanza del atletismo, evitando la pérdida de interés y el abandono producido por la repetición de gestos técnicos. Busca mejorar las habilidades técnicas, la consecución de saberes atléticos y el impulso de los vínculos sociales mediante el trabajo en equipo. Este enfoque busca el crecimiento como atletas, pero también como personas. (Valero, 2023)  Se busca realizar la siguiente situación de aprendizaje en el 2º trimestre debido a que es el más favorable para realizar las actividades en el exterior sin demasiados problemas causados por el tiempo. En el 1º trimestre hace más frío y también llueve más, mientras que en el 3º trimestre hace más calor. Además, si por lo que fuera algún día no se pueden realizar las actividades en el exterior, como se van a realizar juegos en gran parte de las sesiones y por la variedad de las pruebas atléticas que se van a practicar, se pueden adaptar y realizar en un espacio cerrado como puede ser un gimnasio.  La Situación de Aprendizaje está relacionada con diferentes <b>Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)</b> . Por una parte, está relacionado con el <b>ODS 3 “salud y bienestar”</b> , porque se busca que los alumnos realicen el calentamiento general de manera independiente pudiéndolo trasladar fuera de las clases de Educación Física como medio de prevención de lesiones, y se impulsa la participación de los alumnos en eventos de atletismo externos al centro. Por otra parte, con el <b>ODS 5 “igualdad de género”</b> porque se fomenta que los estudiantes entiendan el papel de la mujer en este deporte y una atleta profesional les habla sobre su experiencia concienciándolos. Por último, con el <b>ODS 16 “paz, justicia e instituciones sólidas”</b> puesto que se busca la práctica deportiva como herramienta para promover la paz y la inclusión social, favoreciendo que los estudiantes interactúen, colaboren y resuelvan conflictos de manera pacífica y constructiva. Este último ODS queda reflejado en la escala de valoración actitudinal e implicación.				
<b>Saberes básicos:</b> Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul> Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina).</b></li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> </ul> </li> </ul>				

- Pensamiento estratégico.

Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Subbloque 4.1. Habilidades sociales:
  - Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.

Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Subbloque 6.2. Los parques y espacios públicos como espacios para la práctica deportiva y ejercicio físico:
  - Movilidad sostenible.

#### Objetivos didácticos

1. Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.
2. Elaborar en equipo un visual thinking.
3. Resolver con éxito las habilidades motrices específicas del salto de longitud, del paso de vallas adecuadas a su nivel y del lanzamiento de jabalina con churros de gomaespuma y picas en su interior.
4. Participar y colaborar en la jornada atlética en la pista de atletismo de Burriana.

**Reto inicial:** ¿Seríais capaces de realizar el salto de longitud, el paso de vallas y el lanzamiento de jabalina correctamente? Se reta a los alumnos a realizar las tres pruebas con una ejecución técnica lo más correcta posible, y para ello deben utilizar las acciones motrices practicadas en clase.

#### Temporalización (Descripción de las sesiones):

**Sesión 1:** Explicación de la tarea culminativa, presentación y evaluación inicial del salto de longitud, preguntas desafío del salto de longitud (fase 1 del Modelo Ludotécnico), propuestas ludotécnicas del salto de longitud (fase 2 del Modelo Ludotécnico) y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico).

**Sesión 2:** Preguntas desafío del salto de longitud (fase 1 del Modelo Ludotécnico), propuestas ludotécnicas del salto de longitud (fase 2 del Modelo Ludotécnico), propuesta global del salto de longitud (fase 3 del Modelo Ludotécnico) y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico).

**Sesión 3:** Presentación y evaluación inicial del paso de vallas, preguntas desafío del paso de vallas (fase 1 del Modelo Ludotécnico), propuestas ludotécnicas del paso de vallas (fase 2 del Modelo Ludotécnico) y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico).

**Sesión 4:** Preguntas desafío del paso de vallas (fase 1 del Modelo Ludotécnico), propuestas ludotécnicas del paso de vallas (fase 2 del Modelo Ludotécnico), propuesta global del paso de vallas (fase 3 del Modelo Ludotécnico) y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico).

**Sesión 5:** Presentación y evaluación inicial del lanzamiento de jabalina, preguntas desafío del lanzamiento de jabalina (fase 1 del Modelo Ludotécnico), propuestas ludotécnicas del lanzamiento de jabalina (fase 2 del Modelo Ludotécnico) y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico).

**Sesión 6:** Preguntas desafío del lanzamiento de jabalina (fase 1 del Modelo Ludotécnico), propuestas ludotécnicas del lanzamiento de jabalina (fase 2 del Modelo Ludotécnico), propuesta global del lanzamiento de jabalina (fase 3 del Modelo Ludotécnico) y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico).

**Sesión 7:** Sesión de evaluación en la que los alumnos son llamados individualmente y evaluados por el profesor (heteroevaluación) mediante la rúbrica 1 (ver Anexo 3), realizando dos intentos para cada una de las tres pruebas. Además, los alumnos por parejas o tríos tienen que evaluarse entre ellos (coevaluación) con la rúbrica 1 analizando la ejecución técnica del compañero en las pruebas, y también evaluarse a sí mismos (autoevaluación) siguiendo la rúbrica 1 analizando la propia técnica en las pruebas.

**Sesión 8:** Tarea culminativa que consiste en la participación en una jornada atlética, en la pista de atletismo de Burriana, de todas las clases de 4º ESO del centro. El trayecto de ida y vuelta desde el Instituto hasta la pista se realiza caminando y hay una distancia de 1'6 km. Se llevan a cabo diferentes competiciones de las pruebas atléticas trabajadas en las sesiones anteriores. Además, si algún alumno no ha sido evaluado por el profesor en la sesión anterior se realiza en esta.

**Situación aprendizaje final:** La participación en una jornada atlética en la pista de atletismo de Burriana.

O.G.E.:

A, B, D y K.

**C.Clave:** Competencia en comunicación lingüística (CCL2), competencia digital (CD5), y competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA2 y CPSAA4).

EVALUACIÓN				
Competencias específicas	Criterios de Evaluación	Saberes básicos	Actividades de Evaluación	Instrumentos de evaluación/ Criterios de calificación %
1	1.1.	<b>Bloque 2.</b> Organización y gestión de la actividad física. Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: higiene y actividad física.	Hábitos de higiene.	Lista de control: <b>100%</b> (ver Anexo 3).
2	2.1. 2.2.	<b>Bloque 3.</b> Resolución de problemas en situaciones motrices. Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad. Subbloque 3.2. Juegos y deportes: individuales, fundamentos técnicos deportivos y pensamiento estratégico. <b>Bloque 4.</b> Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. Subbloque 4.1. Habilidades sociales: estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.	Desarrollo de la práctica: observación sistemática diaria de la actitud y de la participación.  Evaluación: trabajo grupal en el cual deben plasmar en un mural los fundamentos técnicos, el reglamento, el equipamiento y los récords de las modalidades atléticas.  Evaluación: examen práctico de salto de longitud, de paso de vallas y de lanzamiento de jabalina mediante la ejecución de las pruebas.	Práctica diaria través de una escala de valoración actitudinal e implicación: <b>20%</b> (ver Anexo 3).  Trabajo grupal: <b>20%</b> .  Examen final mediante la rúbrica 1 ( <b>60 %</b> ): autoevaluación (10%), coevaluación (30%) y heteroevaluación (60%).
4	4.3. 4.4.	<b>Bloque 6.</b> Interacción eficiente y sostenible con el entorno. Subbloque 6.2. Los parques y espacios públicos como espacios para la práctica deportiva y ejercicio físico: movilidad sostenible.	Participación en la jornada atlética en la pista de atletismo de Burriana; el trayecto de ida y vuelta desde el Instituto hasta la pista se realiza caminando.	Lista de control: <b>100%</b> (ver Anexo 3).
Metodología				
Estrategia de la práctica: Global.			Estilos de enseñanza: Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.	
Metodologías activas y/o emergentes: El Modelo Ludotécnico.				
Distribución grupo - clase: En gran grupo, por grupos reducidos y por parejas.			Participación: Simultánea, alternativa y consecutiva.	
Posición del profesor: Posición central, externa e interna.			Feedback: De acuerdo con Fernández y González (2019) el feedback se puede clasificar por categorías. Según el momento en el que se dé, puede ser: concurrente, inmediato y mediato. Para esta situación de aprendizaje se emplea el feedback inmediato y mediato.	
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD				

**Principios DUA aplicados a priori:** En la clase de 4º de ESO hay un alumno con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE). El alumno tiene un trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) combinado, caracterizado por un predominio tanto de falta de atención como de hiperactividad/impulsividad. Destacar que los siguientes principios se aplican a todo el alumnado, no van destinados únicamente al alumno con TDAH.

**Diferentes medios de representación (Principio I):** Se presenta la información de diferentes maneras para facilitar el aprendizaje de la clase, y para que todos experimenten diversos modos de aprendizaje. Se utilizan demostraciones prácticas pudiendo ser ejecutadas por el profesor o por algún alumno (hay que tener en cuenta que si es una ejecución técnica debe realizarse correctamente para que el resto de la clase lo tenga claro), explicaciones verbales por parte del profesor e incorporación de videos para observar la técnica de las modalidades atléticas. A la hora de realizar las explicaciones es importante utilizar señales visuales o auditivas para captar la atención del alumnado, hablar con claridad, ubicar al alumnado de espaldas al sol para evitar distracciones visuales, controlar el ambiente sonoro para minimizar las interrupciones y resumir los puntos clave al finalizar las mismas.

**Diferentes formas de acción y expresión (Principio II):** Nos tenemos que asegurar de que hayan entendido las normas y procedimientos antes de comenzar para facilitar su participación. También es conveniente, si hacemos alguna variante de algún juego o actividad o alguna explicación o aclaración de los mismos, reunir al grupo para que puedan estar más pendientes. En cuanto al material utilizado en las clases, se proporcionan materiales adaptativos para toda la clase, como por ejemplo vallas ajustables en altura para la ejecución del paso de vallas. Finalmente, los alumnos tienen la posibilidad de responder de distintas maneras en algunos juegos o actividades, usando diversas técnicas y estrategias.

**Formas de implicación (Principio III):** Se utilizan diferentes métodos para captar la atención del alumnado y se tiene presente la variedad en las explicaciones para que no resulte monótono y se produzca falta de interés. También se proporciona retroalimentación positiva y específica durante las actividades, y se ofrece apoyo y orientación adicional cuando es necesario para mantener la motivación y el compromiso. En algunos juegos y actividades se proporcionan oportunidades para que los alumnos tomen decisiones y asuman responsabilidades para aumentar la motivación. Por último, se busca que los juegos y las actividades sean motivantes para los alumnos, variando las reglas, el espacio y los materiales.

#### Actividades de refuerzo para alumnos de bajo nivel

Una opción es la práctica en el gimnasio, cuando toque la hora del patio, para ejecutar la técnica trabajada en las clases anteriores bajo la supervisión del profesor; para ello habría que avisar con antelación para que el profesor pueda tener disponibilidad. Otra opción es ofrecer sesiones de tutoría individual o en grupos pequeños para proporcionar ayuda extra a los alumnos que lo necesiten, pudiendo diseñar un plan de entrenamiento individualizado que se centre en las áreas de mejora específicas de cada alumno necesitado. Por último, tienen la posibilidad de ver vídeos de ejecuciones técnicas de las disciplinas atléticas a trabajar con el fin de mejorar la ejecución técnica y la observación para la coevaluación.

#### Actividades de ampliación para alumnos de alto nivel

Una opción es diseñar planes de entrenamientos individualizados buscando una mayor complejidad en las tareas. Otra opción es la posible consecución de marcas en las distintas disciplinas atléticas a trabajar con el fin de buscar una motivación mayor. Otra opción es que los alumnos más avanzados puedan ayudar a los compañeros que lo necesiten, preferiblemente durante las clases, para que asimilen una técnica correcta y de esta manera ambos se benefician (el alumno más experimentado puede sentirse motivado por ayudar a otros compañeros, mientras que el menos experimentado tendrá una actividad de refuerzo que le ayudará a adquirir los conocimientos de la situación de aprendizaje). Por último, otra opción es incentivar desde el centro la participación de los alumnos en eventos específicos de atletismo, competiciones locales, regionales o nacionales, dependiendo de su nivel.

#### Posibles adaptaciones individualizadas:

Debido a que hay diferentes niveles motrices en la clase, es importante considerar adaptaciones individualizadas para asegurar que todos los alumnos puedan participar y progresar de manera segura.

En relación al salto de longitud, para que los alumnos elijan una distancia adecuada a sus posibilidades es importante la utilización de marcas en el suelo para señalar diversas distancias de salto. Antes de intentar saltos más largos, se llevan a cabo carreras más cortas para que mejoren la técnica y cojan confianza. Además, se practican técnicas de salto básicas antes de pasar a saltos más avanzados.

En cuanto al paso de vallas, se va progresando gradualmente en la altura de las vallas para que vayan cogiendo

confianza y mejorando. También tiene un papel importante el trabajo de técnica de carrera antes de saltar las vallas, sobre todo para las personas más descoordinadas o con limitaciones físicas.

Por último, en lanzamiento de jabalina el peso de las mismas no es un impedimento debido a que los lanzamientos se realizan con churros de gomaespuma con picas en su interior. No obstante, los alumnos con una menor habilidad pueden practicar el lanzamiento con una distancia más corta e ir progresando gradualmente a distancias más largas, a medida que mejoren y ganen confianza.

#### **Material didáctico:**

*Material convencional, móvil ligero:*

- Conos.
- Setas.
- Vallas regulables (15).
- Pelotas pequeñas de gomaespuma (6).
- Pelotas grandes de gomaespuma (7).
- Aros (15).
- Cuerdas (14).
- Colchonetas (10).
- Colchonetas grandes (2).
- Mini jabalinas (7).
- Bate de béisbol.
- Raqueta de plástico duro.
- Pelota de tenis.
- Petos.
- Silbato.

*Material convencional utilizado de manera no convencional, móvil ligero:*

- Picas (9).

*Material no convencional, móvil ligero:*

- Churros de gomaespuma (9).

*Material impreso:*

- Infografías. Se utilizarán diferentes infografías que estarán pegadas en la pared del gimnasio, con la ejecución técnica correcta de las disciplinas atléticas, para que sea de ayuda a los alumnos durante las clases y también para la sesión de evaluación, para que cada alumno pueda evaluar a su pareja más fácilmente teniendo la posibilidad de ofrecerle feedback.

**Instalaciones/Espacios:** Los espacios posibles a utilizar en esta situación de aprendizaje son dos pistas de fútbol sala de exterior y un gimnasio cerrado (instalaciones convencionales). Dependiendo de los horarios y de las instalaciones que le correspondan a cada profesor, la práctica se llevará a cabo en un espacio o en otro. Las sesiones son válidas para cualquier espacio, sin necesidad de realizar modificaciones. Remarcar que la última sesión se lleva a cabo en la pista de atletismo de Burriana. El trayecto de ida y vuelta desde el Instituto hasta la pista se realiza caminando y hay una distancia de 1'6 km.

#### **Herramientas TIC-TAC-TEP:**



**Interdiscipliniedad:** En coordinación con el profesor de Educación Ético-cívica, en esa asignatura se trata el respeto, el compañerismo y la competición justa entre los participantes durante las pruebas atléticas y en el deporte en general. También se abordan temas relacionados con la importancia que tiene el deporte sobre la salud física y mental, y los valores de la inclusión y de la diversidad en el mismo.

**Otros:** En la última sesión, que se lleva a cabo en la pista de atletismo de Burriana, acude una atleta profesional para compartir sus experiencias y conocimientos con los alumnos y para brindarles una visión realista de lo que implica ser un atleta de alto rendimiento. Además, realiza demostraciones prácticas para captar la atención de los alumnos y proporcionarles una experiencia educativa recordable.

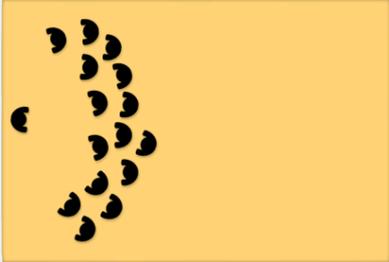
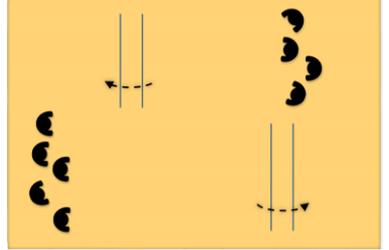
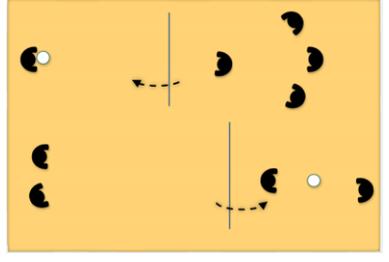
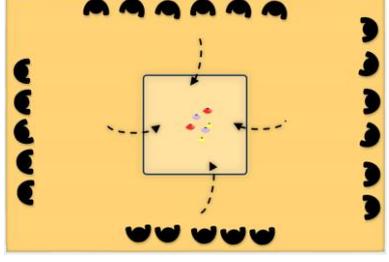
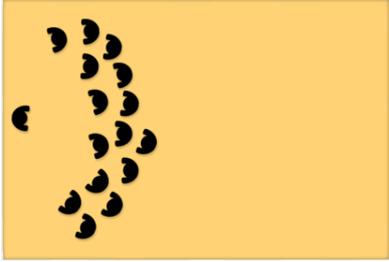
**Bibliografía/Webgrafía:**

Valero Valenzuela, A. (2023). Modelo ludotécnico en la iniciación al atletismo. *Modelos pedagógicos en la educación física y el deporte*, 136-152.

Fernández, D., & González Peño, A. (2019). El feedback en Educación Física. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (377), 19-22.

## 6.2.- Sesiones de la Situación de Aprendizaje

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b> Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.			
<b>Sesión:</b> 1		<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Longitud "salto inaugural". <b>Duración:</b> 55' <b>Tipo Sesión:</b> Introdutoria y de desarrollo.			
<b>Instalaciones:</b> Gimnasio cerrado.	<b>Material:</b> 14 cuerdas, 7 pelotas grandes de gomaespuma, colchoneta grande, conos y setas.		<b>Nº Alumnos/as:</b> 27
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentar la modalidad atlética del salto de longitud.</li> <li>- Realizar una evaluación inicial del salto de longitud.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en la carrera previa al salto de longitud.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en el salto y el vuelo del salto de longitud.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en el aterrizaje del salto de longitud.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</li> </ul>			
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>			
Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (salto de longitud)</b>.</li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul>			
<b>Justificación de la Metodología:</b> Se lleva a cabo el Modelo Ludotécnico, pero la fase 3 (propuesta global del salto de longitud) no se trabaja en esta sesión debido a la falta de tiempo, ya que se presenta la modalidad y se realiza una evaluación inicial del alumnado. Además, la fase 3 también se lleva a cabo en la siguiente sesión porque en esta fase se ejecuta una versión adaptada de la competición atlética donde se busca que el alumnado realice la totalidad del gesto, lo que puede resultar de una mayor complejidad realizarlo en esta sesión. Por un lado, se lleva a cabo el calentamiento general antes de realizar una actividad física con el objetivo de activar el organismo a nivel cardiovascular, óseo-articular y muscular, con el fin de prevenir lesiones (Calero et al., 2016). Por otro lado, según una revisión de Bernal (2008) se lleva a cabo el calentamiento específico realizando ejercicios y movimientos orientados hacia la actividad física específica, involucrando músculos y articulaciones concretas con el objetivo de preparar de manera óptima a los alumnos. También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.			
<b>Estilo Enseñanza:</b> Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.			
<b>Metodología activa:</b> Modelo Ludotécnico.			
<b>Estrategia:</b> Global.			
<b>Agrupación de los alumnos/as:</b> Por grupos reducidos.			
<b>Posición Profesor:</b> Posición central, externa e interna. <b>Tipo Feedback:</b> Inmediato y mediato.			
<b>Parte</b>	<b>Descripción</b>	<b>Descripción gráfica</b>	<b>Min.</b>

<p><b>Presentación</b></p>	<p>Explicación de la situación de aprendizaje con su tarea culminativa. Presentación de la modalidad atlética del salto de longitud, destacando la técnica adecuada y abordando los récords mundiales (hombres y mujeres).</p> <p>Preguntas desafío (fase 1 del Modelo Ludotécnico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobre la carrera: ¿Qué beneficios puede aportar llevar las rodillas hacia arriba durante la fase de carrera?</li> </ul> <p>Sobre el salto y el vuelo: ¿Con qué pierna se realiza la batida y por qué?</p>		<p>18'</p>
<p><b>Calentamiento</b></p>	<p>Calentamiento general: movilidad articular, desde el tren superior hasta el tren inferior. Brazos hacia delante, brazos hacia detrás, abriendo y cerrando brazos, brazos arriba y abajo, carrera lateral, carrera cruzando pies por delante y por detrás, skipping, skipping ruso, zancadas y progresiones de velocidad.</p> <p>Calentamiento específico (evaluación inicial): cruzar el río. Distribuidos dentro del gimnasio por grupos reducidos de 4 o 5 personas, cada grupo con 2 cuerdas para delimitar los bordes de un río. Deben de correr y saltar el río intentando no caer dentro del mismo. Pueden aumentar o disminuir la distancia para hacer el río más o menos ancho según la demanda de los jugadores del grupo.</p>	 	<p>4'</p> <p>6'</p>
<p><b>Parte principal</b></p>	<p>Juego 1 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): distribuidos dentro del gimnasio por grupos reducidos de 4 o 5 personas, un jugador realiza la carrera, el salto y el vuelo del salto de longitud intentando atrapar la pelota de gomaespuma en el aire. El jugador que lanza la pelota va cambiando.</p> <p>Juego 2 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): el pañuelo saltador. Cuatro equipos, enfrentados dos a dos, formando una cruz. Al medio de los cuatro equipos hay una colchoneta grande con conos de diferentes colores. Los jugadores de cada equipo se enumeran y a la orden del profesor, el jugador o los jugadores con el número o los números nombrados por el profesor, deben correr y aterrizar en la colchoneta intentando coger un cono del color nombrado por el profesor. El jugador o los jugadores que lo consigan suman punto.</p>	 	<p>8'</p> <p>12'</p>
<p><b>V. Calma</b></p>	<p>Estiramientos y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico) + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración abdominal, tumbados y con una mano en el abdomen y la otra en el pecho. Respirar hondo</li> </ul>		<p>7'</p>

	por la nariz y notar que el abdomen se hinche, y exhalar a través de los labios sintiendo como se hunde el abdomen. Realizamos este ejercicio durante 1’.		
<p><b>Actividades de Refuerzo:</b> La práctica en el gimnasio durante la hora del patio (los viernes) de la técnica trabajada bajo la supervisión del profesor. Además, ofrecer planes de entrenamiento individualizados y la posibilidad de ver vídeos para la mejora de la técnica de los alumnos más necesitados.</p> <p><b>Actividades de Ampliación:</b> Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel. Diseñar también planes de entrenamientos individualizados más complejos para los alumnos aventajados. Además, la consecución de marcas y la ayuda de los alumnos más aventajados hacia los que más lo necesiten, en las clases o fuera de ellas, para motivar al alumnado.</p> <p><b>Observaciones:</b> Para que los alumnos elijan una distancia adecuada a sus posibilidades es importante utilizar marcas en el suelo para señalar diversas distancias de salto. Antes de intentar saltos más largos, hay que realizar carreras más cortas para que mejoren la técnica y cojan confianza. Además, hay que practicar técnicas de salto básicas antes de pasar a saltos más avanzados. En el juego 2 de la parte principal los equipos los hace el profesor para que estén más equilibrados, mientras que en el juego de calentamiento (específico) y en el juego 1 de la parte principal se les da la libertad a los alumnos para que hagan ellos mismos los grupos (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices). En cuanto a los <b>ODS</b>, se trabaja el número 3 <b>“salud y bienestar”</b> porque los alumnos realizan el calentamiento general por su cuenta, pudiéndolo trasladar fuera de las clases para la prevención de lesiones. Otro ODS que se emplea es el número 5 <b>“igualdad de género”</b> porque se presenta la modalidad atlética exponiendo el papel de la mujer, por ejemplo, manifestando sus récords. El ODS número 16 <b>“paz, justicia e instituciones sólidas”</b> también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</p>			

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b>			
Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.	<b>Sesión:</b> 2	<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Longitud “elevando el vuelo”. <b>Duración:</b> 55’ <b>Tipo Sesión:</b> De desarrollo.			
<b>Instalaciones:</b> Gimnasio cerrado.	<b>Material:</b> 2 colchonetas grandes, 10 colchonetas, 7 cuerdas, conos y setas.	<b>Nº Alumnos/as:</b> 27	
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Optimizar a los alumnos en la carrera previa al salto de longitud.</li> <li>- Optimizar a los alumnos en el salto y el vuelo del salto de longitud.</li> <li>- Optimizar a los alumnos en el aterrizaje del salto de longitud.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</li> </ul>			
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>			
Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (salto de longitud)</b>.</li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul>			

**Justificación de la Metodología:** Se lleva a cabo el Modelo Ludotécnico, con todas las fases, integrando en esta sesión la fase 3 (propuesta global del salto de longitud) debido a que hay más tiempo para la práctica debido a que ya se ha presentado la modalidad en la sesión anterior. Además, en esta fase se busca que el alumnado realice la totalidad del gesto implicando una gran complejidad, pero como en la sesión anterior se ha introducido la técnica, en esta sesión los alumnos tienen un mayor conocimiento y dominio para poder realizarlo. Por un lado, se lleva a cabo el calentamiento general antes de realizar una actividad física con el objetivo de activar el organismo a nivel cardiovascular, óseo-articular y muscular, con el fin de prevenir lesiones (Calero et al., 2016). Por otro lado, según una revisión de Bernal (2008) se lleva a cabo el calentamiento específico realizando ejercicios y movimientos orientados hacia la actividad física específica, involucrando músculos y articulaciones concretas con el objetivo de preparar de manera óptima a los alumnos. También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.

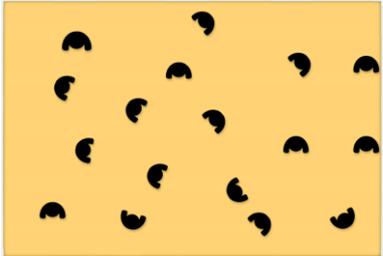
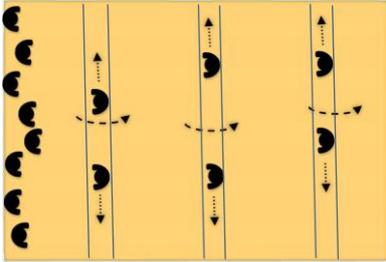
**Estilo Enseñanza:** Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.

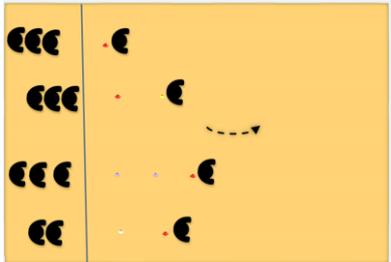
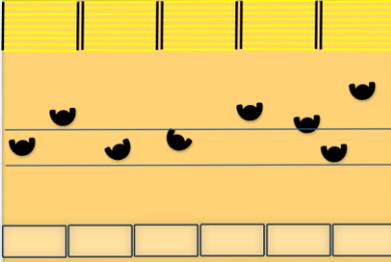
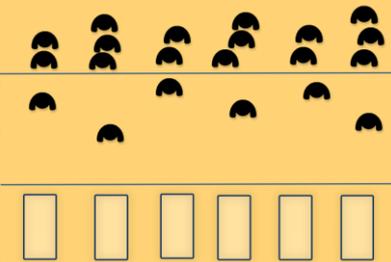
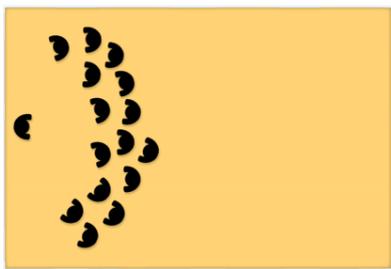
**Metodología activa:** Modelo Ludotécnico.

**Estrategia:** Global.

**Agrupación de los alumnos/as:** En gran grupo, por grupos reducidos y por parejas.

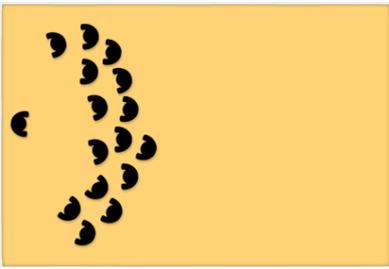
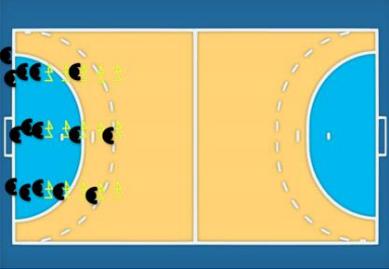
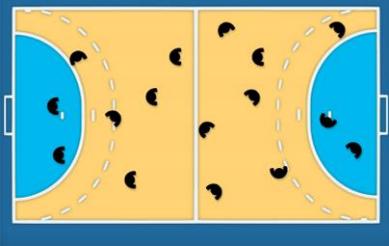
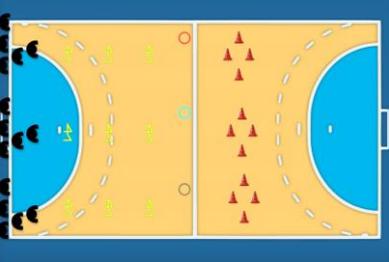
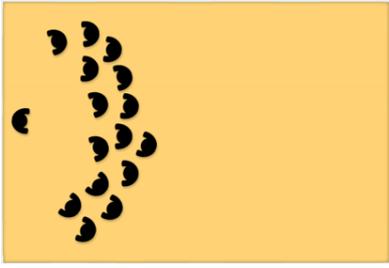
**Posición Profesor:** Posición central, externa e interna. **Tipo Feedback:** Inmediato y mediato.

Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	<p>Preguntas desafío (fase 1 del Modelo Ludotécnico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobre el salto y el vuelo: ¿Qué estrategias podrían ayudar al saltador a evitar pasarse de la línea de batida?</li> <li>- Sobre el aterrizaje: ¿Qué beneficios proporciona extender completamente las piernas y los brazos hacia adelante durante el aterrizaje?</li> </ul>		2'
	<p>Calentamiento general: movilidad articular, desde el tren superior hasta el tren inferior. Brazos hacia delante, brazos hacia detrás, abriendo y cerrando brazos, brazos arriba y abajo, carrera lateral, carrera cruzando pies por delante y por detrás, skipping, skipping ruso, zancadas y progresiones de velocidad.</p>		4'
	<p>Calentamiento específico: atraviesa las murallas saltarinas. Hay 3 murallas en diferentes zonas del gimnasio, cada muralla está conformada por dos jugadores. Los demás jugadores deben de pasar de un extremo al otro realizando el salto de longitud y sin ser tocado por ninguno de los jugadores que conforman las murallas. Los jugadores que se encuentran en las murallas solo pueden desplazarse de manera lateral. Si un jugador es tocado, se produce un cambio de roles.</p>		6'

<p style="text-align: center;"><b>Parte principal</b></p>	<p>Juego 1 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): relevos de saltos. Por equipos de tres o cuatro jugadores, cada jugador tiene un cono para utilizarlo como marca. Sale el primer jugador y realiza un salto de longitud, poniendo su cono detrás de su último pie (marca). El siguiente jugador sale y debe saltar desde la marca del anterior jugador. Cuando todos los jugadores del equipo hayan salido y dejado las marcas, el jugador debe recoger su primer cono (primera marca) y realizar el salto desde el último cono de su equipo (última marca). Gana el equipo que antes consiga llegar al final establecido.</p> <p>Juego 2 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): tierra, mar y aire. Por parejas, trabaja uno de la pareja y el otro visualiza al compañero con el objetivo de ayudar a mejorar los aspectos técnicos del salto de longitud. Van cambiando de roles entre ellos cuando lo marque el profesor. Según lo que dice el profesor, los alumnos deben de hacer una u otra cosa. Si dice mar tienen que realizar el aterrizaje de longitud sobre las colchonetas, si dice aire tienen que subir a las espalderas y si dice tierra tienen que aterrizar con los dos pies sobre el suelo mediante un salto previo de longitud.</p> <p>Propuesta global (fase 3 del Modelo Ludotécnico): mini competiciones. Por grupos reducidos de cuatro o cinco personas, salta cada vez un jugador (manteniendo un orden) y pone la marca en el sitio donde toca la parte del cuerpo más retrasada. Gana el jugador que consiga una mejor marca.</p>	  	<p style="text-align: center;">12'</p> <p style="text-align: center;">12'</p> <p style="text-align: center;">12'</p>
<p style="text-align: center;"><b>V. Calma</b></p>	<p>Estiramientos y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico) + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración abdominal, tumbados y con una mano en el abdomen y la otra en el pecho. Respirar hondo por la nariz y notar que el abdomen se hinche, y exhalar a través de los labios sintiendo como se hunde el abdomen. Realizamos este ejercicio durante 1'.</li> </ul>		<p style="text-align: center;">7'</p>
<p><b>Actividades de Refuerzo:</b> La práctica en el gimnasio durante la hora del patio (los viernes) de la técnica trabajada bajo la supervisión del profesor. Además, ofrecer planes de entrenamiento individualizados y la posibilidad de ver vídeos para la mejora de la técnica de los alumnos más necesitados.</p> <p><b>Actividades de Ampliación:</b> Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel. Diseñar también planes de entrenamientos individualizados más complejos para los alumnos aventajados. Además, la consecución de marcas y la ayuda de los alumnos más aventajados hacia los que más lo necesiten, en las clases o fuera de ellas, para motivar al alumnado.</p>			

**Observaciones:** Para que los alumnos elijan una distancia adecuada a sus posibilidades es importante utilizar marcas en el suelo para señalar diversas distancias de salto. En el juego 1 de la parte principal los equipos los hace el profesor para que estén más equilibrados, mientras que en el juego 2 y en la propuesta global de la parte principal se les da la libertad a los alumnos para que hagan ellos mismos los grupos (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices). En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número 3 “**salud y bienestar**” porque los alumnos realizan el calentamiento general por su cuenta, pudiéndolo trasladar fuera de las clases para la prevención de lesiones. El ODS número 16 “**paz, justicia e instituciones sólidas**” también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b> Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.		<b>Sesión:</b> 3	<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Vallas “paso a paso”.		<b>Duración:</b> 55’	<b>Tipo Sesión:</b> Introdutoria y de desarrollo.	
<b>Instalaciones:</b> Una pista de fútbol sala de exterior.	<b>Material:</b> 15 vallas regulables, 15 aros, petos, conos y setas.	<b>Nº Alumnos/as:</b> 27		
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentar la modalidad atlética del paso de vallas.</li> <li>- Realizar una evaluación inicial del paso de vallas.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en la técnica adecuada de la pierna de ataque.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en la técnica adecuada de la pierna de impulso.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</li> </ul>				
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>				
Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul>				
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (paso de vallas)</b>.</li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul>				
Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul>				
<b>Justificación de la Metodología:</b> Se lleva a cabo el Modelo Ludotécnico, pero la fase 3 (propuesta global del paso de vallas) no se trabaja en esta sesión debido a la falta de tiempo, ya que se presenta la modalidad y se realiza una evaluación inicial del alumnado. Además, la fase 3 también se lleva a cabo en la siguiente sesión porque en esta fase se ejecuta una versión adaptada de la competición atlética donde se busca que el alumnado realice la totalidad del gesto, lo que puede resultar de una mayor complejidad realizarlo en esta sesión. Según una revisión de Bernal (2008) se lleva a cabo el calentamiento específico realizando ejercicios y movimientos orientados hacia la actividad física específica, involucrando músculos y articulaciones concretas con el objetivo de preparar de manera óptima a los alumnos. También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.				
<b>Estilo Enseñanza:</b> Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.				
<b>Metodología activa:</b> Modelo Ludotécnico.				
<b>Estrategia:</b> Global.				
<b>Agrupación de los alumnos/as:</b> En gran grupo y por grupos reducidos.				
<b>Posición Profesor:</b> Posición central, externa e interna. <b>Tipo Feedback:</b> Inmediato y mediato.				

Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Presentación	<p>Presentación de la modalidad atlética del paso de vallas, destacando la técnica adecuada y abordando los récords mundiales (hombres y mujeres).</p> <p>Preguntas desafío (fase 1 del Modelo Ludotécnico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobre la pierna de ataque: ¿Cuál es la pierna preferida para atacar las vallas y por qué?</li> <li>- Sobre la pierna de impulso: ¿Cuál es la razón por la que hay que flexionar completamente la pierna de impulso y dirigirla hacia afuera al pasar las vallas?</li> </ul>		16'
Calentamiento	Calentamiento específico: técnica de carrera. Paso de valla de perfil frontal con flexión de la pierna izquierda y con la derecha, paso de valla con perfil lateral con flexión de ambas piernas, extensión de piernas por encima de las vallas de perfil lateral, coordinación de pasar de perfil lateral una pierna flexionada y la otra extendida, y el péndulo con perfil frontal.		8'
Parte principal	<p>Juego 1 (fase 2 del Modelo Ludotécnico - evaluación inicial): pilla-pilla saltarín por equipos. Por la pista de fútbol sala de exterior, un equipo se encarga de pillar a todos los integrantes del otro equipo, mientras que el otro equipo huye evitándolo. Cuando un jugador es pillado se sienta con los pies tumbados y solo puede ser salvado si un jugador de su equipo salta por encima de sus piernas. Cuando se acabe el tiempo establecido por el profesor se produce un cambio de roles entre los dos equipos.</p>		10'
	<p>Juego 2 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): saltar y encestar en los blancos. Por grupos reducidos de cinco o seis personas, deben salir de uno en uno, saltar las vallas regulables y lanzar un aro buscando precisión en uno de los conos. Gana el equipo que antes consiga encestar todos sus aros en sus conos.</p>		14'
V. Calma	<p>Estiramientos y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico) + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración cuadrada, en posición de tumbados: inhalar durante cuatro segundos, mantener la respiración durante cuatro segundos, exhalar durante cuatro segundos y mantener los pulmones vacíos durante cuatro segundos. Realizamos este ejercicio durante 1' y 30''.</li> </ul>		7'

**Actividades de Refuerzo:** La práctica en el gimnasio durante la hora del patio (los viernes) de la técnica trabajada bajo la supervisión del profesor. Además, ofrecer planes de entrenamiento individualizados y la posibilidad de ver vídeos para la mejora de la técnica de los alumnos más necesitados.

**Actividades de Ampliación:** Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel. Diseñar también planes de entrenamientos individualizados más complejos para los alumnos aventajados. Además, la consecución de marcas y la ayuda de los alumnos más aventajados hacia los que más lo necesiten, en las clases o fuera de ellas, para motivar al alumnado.

**Observaciones:** Los alumnos tienen la posibilidad de progresar gradualmente en la altura de las vallas e ir probando diferentes alturas para coger confianza y mejorar progresivamente. Importancia del trabajo de técnica de carrera en el calentamiento para las personas más descoordinadas o con limitaciones físicas y con gran transferencia a la modalidad atlética del paso de vallas. En el juego 1 de la parte principal los equipos los hace el profesor para que estén más equilibrados, mientras que en el juego 2 de la parte principal se les da la libertad a los alumnos para que hagan ellos mismos los grupos y puedan ajustar las vallas a su gusto (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices). Las vallas solo se saltan por la parte delantera porque si se saltan por la parte trasera pueden aumentar el riesgo de caídas peligrosas. En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número 5 **“igualdad de género”** porque se presenta la modalidad atlética exponiendo el papel de la mujer, por ejemplo, manifestando sus récords. El ODS número 16 **“paz, justicia e instituciones sólidas”** también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b> Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.			
	<b>Sesión:</b> 4	<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Vallas “elevando el listón”. <b>Duración:</b> 55’ <b>Tipo Sesión:</b> De desarrollo.			
<b>Instalaciones:</b> Una pista de fútbol sala de exterior.	<b>Material:</b> 15 vallas regulables, bate de béisbol, raqueta de plástico duro, pelota de tenis, 6 aros, petos, conos y setas.		<b>Nº Alumnos/as:</b> 27
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Optimizar a los alumnos en la técnica adecuada de la pierna de ataque.</li> <li>- Optimizar a los alumnos en la técnica adecuada de la pierna de impulso.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</li> </ul>			
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>			
Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (paso de vallas)</b>.</li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul>			
<b>Justificación de la Metodología:</b> Se lleva a cabo el Modelo Ludotécnico, con todas las fases, integrando en esta sesión la fase 3 (propuesta global del paso de vallas) debido a que hay más tiempo para la práctica debido a que ya se ha presentado la modalidad en la sesión anterior. Además, en esta fase se busca que el alumnado realice la totalidad del gesto implicando una gran complejidad, pero como en la sesión anterior se ha introducido la técnica, en esta sesión los alumnos tienen un mayor conocimiento y dominio para poder realizarlo. Según una revisión de Bernal (2008) se			

Lleva a cabo el calentamiento específico realizando ejercicios y movimientos orientados hacia la actividad física específica, involucrando músculos y articulaciones concretas con el objetivo de preparar de manera óptima a los alumnos. También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.

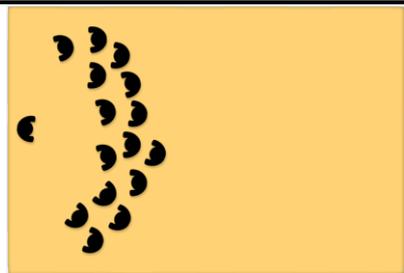
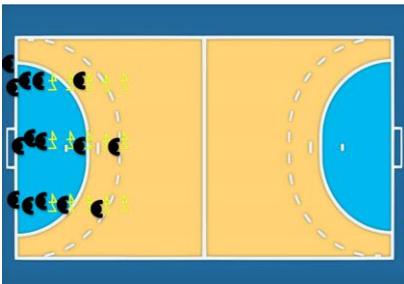
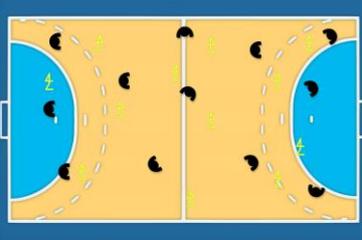
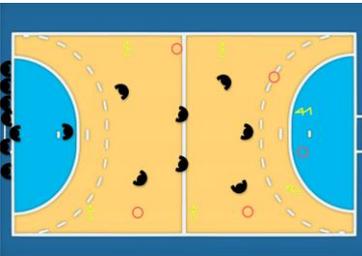
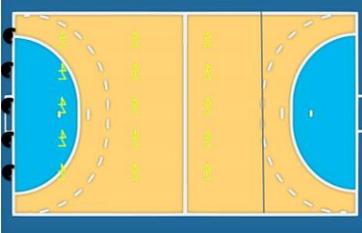
**Estilo Enseñanza:** Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.

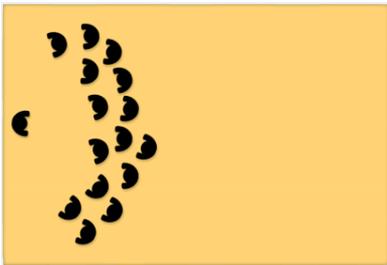
**Metodología activa:** Modelo Ludotécnico.

**Estrategia:** Global.

**Agrupación de los alumnos/as:** En gran grupo y por grupos reducidos.

**Posición Profesor:** Posición central, externa e interna. **Tipo Feedback:** Inmediato y mediato.

Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	<p>Preguntas desafío (fase 1 del Modelo Ludotécnico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Por qué es más adecuado decir que las vallas se “pasan” en lugar de “saltarlas”? ¿Cómo afecta esta distinción en el enfoque técnico y la eficiencia del paso de vallas?</li> <li>- Sobre la pierna de ataque: ¿La pierna de ataque debería buscar el contacto con el suelo lo más rápido posible o, por el contrario, debería buscar un contacto lejano a la valla? ¿Cuáles crees que podrían ser las ventajas y desventajas de cada enfoque?</li> </ul>		2'
	<p>Calentamiento específico: técnica de carrera. Paso de valla de perfil frontal con flexión de la pierna izquierda y con la derecha, paso de valla con perfil lateral con flexión de ambas piernas, extensión de piernas por encima de las vallas de perfil lateral, coordinación de pasar de perfil lateral una pierna flexionada y la otra extendida, y el péndulo con perfil frontal.</p>		8'
Parte principal	<p>Juego 1 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): pilla-valla. Por la pista de fútbol sala de exterior, siete jugadores se encargan de pillar a los compañeros. Si esto ocurre se produce un cambio de roles entre ellos. Por todo el espacio hay vallas regulables que los jugadores pueden utilizar tanto como estrategia para no ser pillado o como para pillar.</p>		6'
	<p>Juego 2 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): béisbol vallas. Dos equipos enfrentados, un equipo se encarga de recoger la pelota y el otro equipo de batear y sumar carreras. Entre las diferentes bases hay vallas regulables que el equipo lanzador debe saltar. Si a un lanzador le cogen la pelota en el aire, no llega a una base o no consigue golpear la pelota en tres intentos está eliminado, con tres jugadores eliminados se produce un cambio de roles entre los dos equipos. Gana el equipo que más carreras consigue.</p>		20'
	<p>Propuesta global (fase 3 del Modelo Ludotécnico): mini competiciones. Por grupos reducidos de cuatro o cinco personas, realizan diversas carreras de paso de vallas.</p>		12'

<b>V. Calma</b>	<p>Estiramientos y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico) + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración cuadrada, en posición de tumbados: inhalar durante cuatro segundos, mantener la respiración durante cuatro segundos, exhalar durante cuatro segundos y mantener los pulmones vacíos durante cuatro segundos. Realizamos este ejercicio durante 1' y 30".</li> </ul>		7'
-----------------	---	---	----

**Actividades de Refuerzo:** La práctica en el gimnasio durante la hora del patio (los viernes) de la técnica trabajada bajo la supervisión del profesor. Además, ofrecer planes de entrenamiento individualizados y la posibilidad de ver vídeos para la mejora de la técnica de los alumnos más necesitados.

**Actividades de Ampliación:** Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel. Diseñar también planes de entrenamientos individualizados más complejos para los alumnos aventajados. Además, la consecución de marcas y la ayuda de los alumnos más aventajados hacia los que más lo necesiten, en las clases o fuera de ellas, para motivar al alumnado.

**Observaciones:** Los alumnos tienen la posibilidad de progresar gradualmente en la altura de las vallas e ir probando diferentes alturas para coger confianza y mejorar progresivamente. Importancia del trabajo de técnica de carrera en el calentamiento para las personas más descoordinadas o con limitaciones físicas y con gran transferencia a la modalidad atlética del paso de vallas. En el juego 2 de la parte principal los equipos los hace el profesor para que estén más equilibrados y las vallas tienen una altura baja para que todos puedan saltar sin complicaciones, mientras que en la propuesta global de la parte principal se les da la libertad a los alumnos para que hagan ellos mismos los grupos y puedan ajustar las vallas a su gusto (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices). Las vallas solo se saltan por la parte delantera porque si se saltan por la parte trasera pueden aumentar el riesgo de caídas peligrosas. En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número **16 "paz, justicia e instituciones sólidas"** porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b> Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.	<b>Sesión:</b> 5	<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Jabalina "el primer vuelo". <b>Duración:</b> 55' <b>Tipo Sesión:</b> Introdutoria y de desarrollo.			
<b>Instalaciones:</b> Una pista de fútbol sala de exterior.	<b>Material:</b> 7 mini jabalinas, 9 jabalinas (9 churros de gomaespuma y 9 picas), 9 aros, conos y setas.		<b>Nº Alumnos/as:</b> 27
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentar la modalidad atlética del lanzamiento de jabalina.</li> <li>- Realizar una evaluación inicial del lanzamiento de jabalina.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en la carrera previa al lanzamiento de jabalina con una correcta empuñadura.</li> <li>- Iniciar a los alumnos en el lanzamiento de la jabalina.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</li> </ul>			
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>			
Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul>			
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.			

- Subbloque 3.1. Capacidades condicionales:
  - Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.
- Subbloque 3.2. Juegos y deportes:
  - Individuales: **Atletismo (lanzamiento de jabalina)**.
  - Fundamentos técnicos deportivos.
  - Pensamiento estratégico.

Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Subbloque 4.1. Habilidades sociales:
  - Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.

**Justificación de la Metodología:** Se lleva a cabo el Modelo Ludotécnico, pero la fase 3 (propuesta global del lanzamiento de jabalina) no se trabaja en esta sesión debido a la falta de tiempo, ya que se presenta la modalidad y se realiza una evaluación inicial del alumnado. Además, la fase 3 también se lleva a cabo en la siguiente sesión porque en esta fase se ejecuta una versión adaptada de la competición atlética donde se busca que el alumnado realice la totalidad del gesto, lo que puede resultar de una mayor complejidad realizarlo en esta sesión. Por un lado, se lleva a cabo el calentamiento general antes de realizar una actividad física con el objetivo de activar el organismo a nivel cardiovascular, óseo-articular y muscular, con el fin de prevenir lesiones (Calero et al., 2016). Por otro lado, según una revisión de Bernal (2008) se lleva a cabo el calentamiento específico realizando ejercicios y movimientos orientados hacia la actividad física específica, involucrando músculos y articulaciones concretas con el objetivo de preparar de manera óptima a los alumnos. También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.

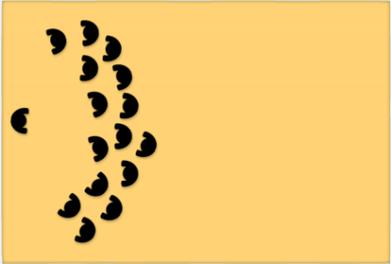
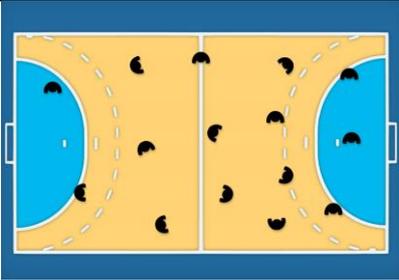
**Estilo Enseñanza:** Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.

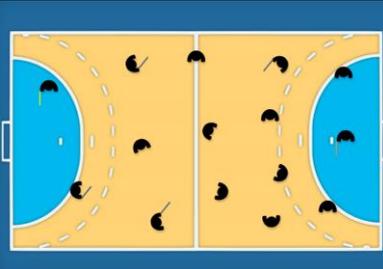
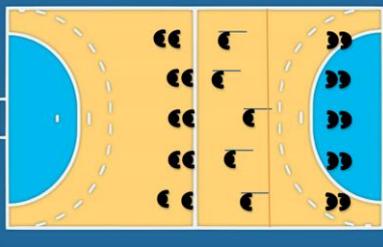
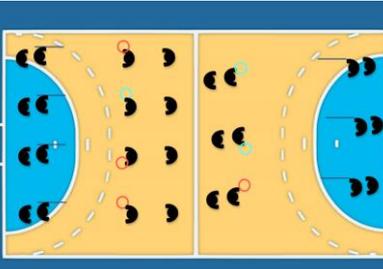
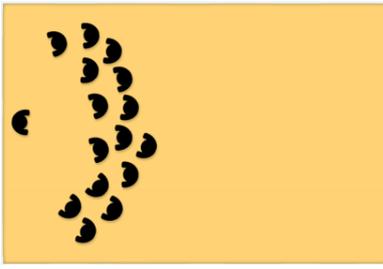
**Metodología activa:** Modelo Ludotécnico.

**Estrategia:** Global.

**Agrupación de los alumnos/as:** En gran grupo y por grupos reducidos.

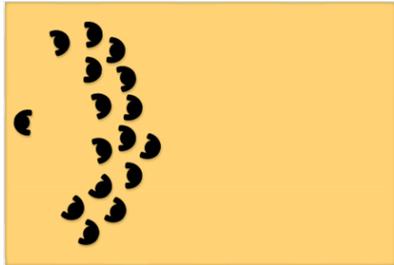
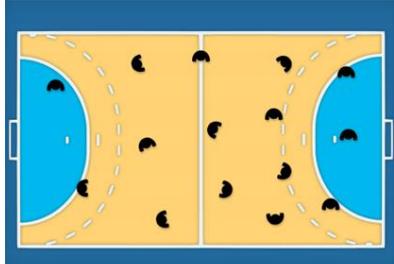
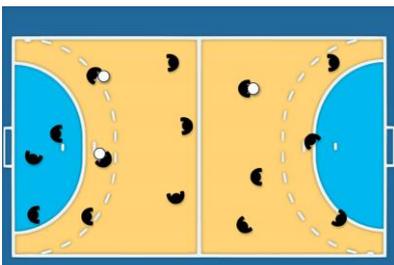
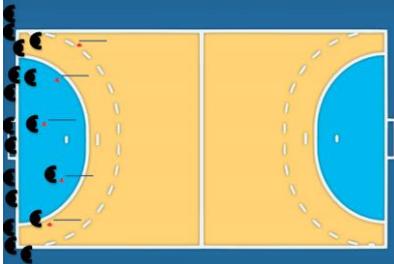
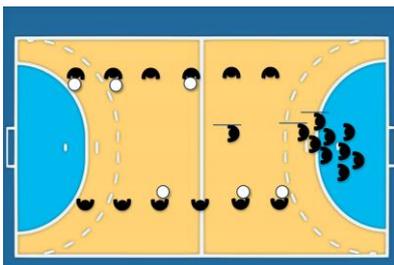
**Posición Profesor:** Posición central, externa e interna. **Tipo Feedback:** Inmediato y mediato.

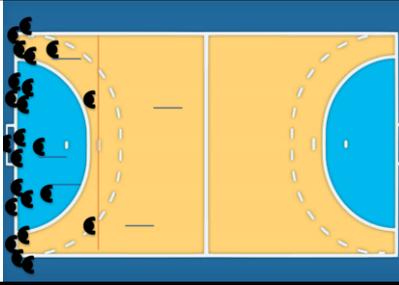
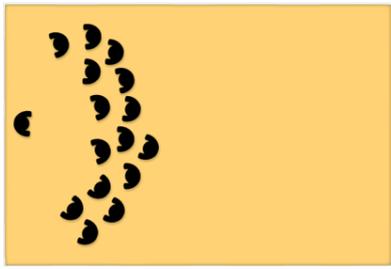
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Presentación	<p>Presentación de la modalidad atlética del lanzamiento de jabalina, destacando la técnica adecuada y abordando los récords mundiales (hombres y mujeres) y aspectos importantes como el equipamiento y la seguridad en la pista.</p> <p>Preguntas desafío (fase 1 del Modelo Ludotécnico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobre la carrera: ¿Cómo crees que afectaría a la distancia de lanzamiento si un atleta variara la longitud de sus zancadas durante la carrera de aproximación en el lanzamiento de jabalina?</li> <li>- Sobre el lanzamiento: ¿Por qué crees que es importante que la trayectoria de la jabalina forme una parábola al ser lanzada en lugar de una línea recta?</li> </ul>		18'
Calentamiento	<p>Calentamiento general: movilidad articular, desde el tren superior hasta el tren inferior. Brazos hacia delante, brazos hacia detrás, abriendo y cerrando brazos, brazos arriba y abajo, carrera lateral, carrera cruzando pies por delante y por detrás, skipping, skipping ruso, zancadas y progresiones de velocidad.</p> <p>Calentamiento específico (evaluación inicial): pilla-pilla con mini jabalinas. Por toda la pista de fútbol sala de exterior, siete alumnos pillan llevando una mini jabalina cada uno y</p>		4'  6'

	lanzándola contra uno de los alumnos que no tengan mini jabalina. Si esto sucede se produce un cambio de roles entre los dos alumnos.		
Parte principal	Juego 1 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): relevos con jabalinas para trabajar la carrera. Por equipos de cuatro o cinco jugadores, cada equipo en dos filas enfrentadas (a unos 10 metros de distancia aproximadamente) y con una jabalina, sale el primero y hace la mitad del recorrido carrera normal, cambiando a mitad a carrera cruzada. Cuando llega a la fila le da el relevo (la jabalina) al compañero y éste hace lo mismo. Cuando hayan salido todos se acaba la carrera.		10'
	Juego 2 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): encestar en aros mediante lanzamientos de jabalinas para trabajar los lanzamientos. Grupos reducidos de tres o cuatro personas, distribuidos por toda la pista de fútbol sala exterior. Uno lanza, otro coge el aro manteniéndolo en el aire y otro recoge la jabalina. Van cambiando los roles entre ellos y primero realizan el lanzamiento en estático (pudiendo lanzar desde una mayor o menor distancia según sus preferencias) sin realizar la carrera previa. Cuando lleven unos cuantos lanzamientos pueden probar a realizar también la carrera previa al lanzamiento.		10'
V. Calma	Estiramientos y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico) + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración de relajación muscular, en posición de tumbados: inhalar profundamente mientras contraes los músculos de una parte específica de tu cuerpo, como los puños o los glúteos, y exhalar mientras los relajas. Realizamos este ejercicio durante 1' y 30''.</li> </ul>		7'
<p><b>Actividades de Refuerzo:</b> La práctica en el gimnasio durante la hora del patio (los viernes) de la técnica trabajada bajo la supervisión del profesor. Además, ofrecer planes de entrenamiento individualizados y la posibilidad de ver vídeos para la mejora de la técnica de los alumnos más necesitados.</p> <p><b>Actividades de Ampliación:</b> Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel. Diseñar también planes de entrenamientos individualizados más complejos para los alumnos aventajados. Además, la consecución de marcas y la ayuda de los alumnos más aventajados hacia los que más lo necesiten, en las clases o fuera de ellas, para motivar al alumnado.</p>			

**Observaciones:** Las jabalinas están conformadas por churros de gomaespuma y picas en su interior, con lo que el peso de la jabalina no es un impedimento. Los alumnos tienen la posibilidad de realizar los lanzamientos más o menos distantes (juego 2 de la parte principal), con el objetivo de que vayan cogiendo confianza y mejorando progresivamente. En el juego 1 de la parte principal los equipos los hace el profesor para que estén más equilibrados, mientras que en el juego 2 de la parte principal se les da la libertad a los alumnos para que hagan ellos mismos los grupos (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices). En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número 3 “**salud y bienestar**” porque los alumnos realizan el calentamiento general por su cuenta, pudiéndolo trasladar fuera de las clases para la prevención de lesiones. Otro ODS que se emplea es el número 5 “**igualdad de género**” porque se presenta la modalidad atlética exponiendo el papel de la mujer, por ejemplo, manifestando sus récords. El ODS número 16 “**paz, justicia e instituciones sólidas**” también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b> Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.			<b>Sesión:</b> 6	<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Jabalina “al infinito y más allá”. <b>Duración:</b> 55’ <b>Tipo Sesión:</b> De desarrollo.					
<b>Instalaciones:</b> Una pista de fútbol sala de exterior.		<b>Material:</b> 7 mini jabalinas, 7 jabalinas (7 churros de gomaespuma y 7 picas), 6 pelotas pequeñas de gomaespuma, conos y setas.		<b>Nº Alumnos/as:</b> 27	
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Optimizar a los alumnos en la carrera previa al lanzamiento de jabalina con una correcta empuñadura.</li> <li>- Optimizar a los alumnos en el lanzamiento de la jabalina.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.</li> </ul>					
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>					
Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul>					
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (lanzamiento de jabalina).</b></li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul>					
Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul>					
<b>Justificación de la Metodología:</b> Se lleva a cabo el Modelo Ludotécnico, con todas las fases, integrando en esta sesión la fase 3 (propuesta global del lanzamiento de jabalina) debido a que hay más tiempo para la práctica debido a que ya se ha presentado la modalidad en la sesión anterior. Además, en esta fase se busca que el alumnado realice la totalidad del gesto implicando una gran complejidad, pero como en la sesión anterior se ha introducido la técnica, en esta sesión los alumnos tienen un mayor conocimiento y dominio para poder realizarlo. Por un lado, se lleva a cabo el calentamiento general antes de realizar una actividad física con el objetivo de activar el organismo a nivel cardiovascular, óseo-articular y muscular, con el fin de prevenir lesiones (Calero et al., 2016). Por otro lado, según una revisión de Bernal (2008) se lleva a cabo el calentamiento específico realizando ejercicios y movimientos orientados hacia la actividad física específica, involucrando músculos y articulaciones concretas con el objetivo de preparar de manera óptima a los alumnos. También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.					

<p><b>Estilo Enseñanza:</b> Asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas.</p> <p><b>Metodología activa:</b> Modelo Ludotécnico.</p> <p><b>Estrategia:</b> Global.</p> <p><b>Agrupación de los alumnos/as:</b> En gran grupo y por grupos reducidos.</p> <p><b>Posición Profesor:</b> Posición central, externa e interna. <b>Tipo Feedback:</b> Inmediato y mediato.</p>			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	<p>Preguntas desafío (fase 1 del Modelo Ludotécnico):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobre el lanzamiento: ¿Por qué es esencial tener ambos pies apoyados firmemente al realizar el lanzamiento de jabalina?</li> <li>- Sobre el lanzamiento: ¿Cuál es la función de la rotación del tronco y la inclinación hacia adelante durante el lanzamiento de jabalina?</li> </ul>		2'
	<p>Calentamiento general: movilidad articular, desde el tren superior hasta el tren inferior. Brazos hacia delante, brazos hacia detrás, abriendo y cerrando brazos, brazos arriba y abajo, carrera lateral, carrera cruzando pies por delante y por detrás, skipping, skipping ruso, zancadas y progresiones de velocidad.</p>		4'
	<p>Calentamiento específico: huye de la pelota. Por toda la pista de fútbol sala de exterior, hay que intentar golpear a los compañeros con una pelota de gomaespuma sin que te empomen la pelota. Si esto sucede el jugador golpeado se sienta en el suelo y revive cuando golpeen al jugador que les golpeó o si cogen una pelota de gomaespuma estando sentados (hay 3 pelotas de gomaespuma). Antes del lanzamiento deben realizar tres pasos cruzados. Si al lanzador le empoman la pelota está eliminado.</p>		6'
Parte principal	<p>Juego 1 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): relevos con mini jabalinas. Por equipos de tres o cuatro jugadores, el primero de cada equipo empieza desde el inicio con un lanzamiento en estático y pone un cono donde cae la mini jabalina (marca), recoge la mini jabalina y le da el relevo al compañero. Los siguientes realizan el lanzamiento con la carrera previa (tres pasos cruzados mínimos) y no pueden lanzar por delante del cono o la marca del equipo. Gana el equipo que antes lleque a la meta establecida.</p>		10'
	<p>Juego 2 (fase 2 del Modelo Ludotécnico): el corredor del laberinto. Compiten dos equipos, uno se encarga de realizar la carrera con el agarre de la jabalina (mitad recorrido con carrera cruzada) y el otro equipo mediante lanzamientos de pelotas grandes de gomaespuma debe evitar que lleguen al final. Cada jugador que llegue al final sin ser tocado por una pelota consigue un punto, mientras que si un jugador es tocado debe salirse para que el siguiente empiece. Gana el equipo que más puntos consiga.</p>		14'
	Propuesta global (fase 3 del Modelo Ludotécnico): mini		

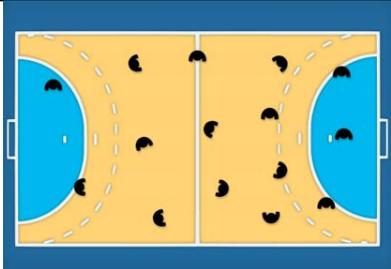
	competiciones. Por grupos reducidos de cuatro o cinco personas, lanza cada vez un jugador (manteniendo un orden) y pone la marca en el sitio donde cae la jabalina. Gana el jugador que consiga una mejor marca.		12'
V. Calma	Estiramientos y puesta en común (fase 4 del Modelo Ludotécnico) + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración de relajación muscular, en posición de tumbados: inhalar profundamente mientras contraes los músculos de una parte específica de tu cuerpo, como los puños o los glúteos, y exhalar mientras los relajas. Realizamos este ejercicio durante 1' y 30''.</li> </ul>		7'

**Actividades de Refuerzo:** La práctica en el gimnasio durante la hora del patio (los viernes) de la técnica trabajada bajo la supervisión del profesor. Además, ofrecer planes de entrenamiento individualizados y la posibilidad de ver vídeos para la mejora de la técnica de los alumnos más necesitados.

**Actividades de Ampliación:** Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel. Diseñar también planes de entrenamientos individualizados más complejos para los alumnos aventajados. Además, la consecución de marcas y la ayuda de los alumnos más aventajados hacia los que más lo necesiten, en las clases o fuera de ellas, para motivar al alumnado.

**Observaciones:** Las jabalinas están conformadas por churros de gomaespuma y picas en su interior, con lo que el peso de la jabalina no es un impedimento. En los juegos 1 y 2 de la parte principal los equipos los hace el profesor para que estén más equilibrados, mientras que en la propuesta global de la parte principal se les da la libertad a los alumnos para que hagan ellos mismos los grupos (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices). En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número **3 "salud y bienestar"** porque los alumnos realizan el calentamiento general por su cuenta, pudiéndolo trasladar fuera de las clases para la prevención de lesiones. El ODS número **16 "paz, justicia e instituciones sólidas"** también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto y trabajo en equipo.

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b>			
Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.	<b>Sesión:</b> 7	<b>Curso:</b> 4º	<b>Trimestre:</b> 2º
<b>Nombre de la Sesión:</b> Reto de gigantes, ¿podrás conseguirlo?			
<b>Instalaciones:</b> Una pista de fútbol sala de exterior.		<b>Material:</b> 4 jabalinas (4 churros de gomaespuma y 4 picas), 12 vallas regulables, 4 colchonetas y setas.	<b>Nº Alumnos/as:</b> 27
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar el examen práctico de salto de longitud, de paso de vallas y de lanzamiento de jabalina mediante la ejecución de las pruebas.</li> <li>- Evaluarse a sí mismos (autoevaluación) a través de la rúbrica 1.</li> </ul>			

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluarse entre ellos (coevaluación) a través de la rúbrica 1.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto.</li> </ul>			
<p><b>Saberes básicos desarrollados:</b></p> <p>Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 2.1. Medidas preventivas y de seguridad: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y actividad física.</li> </ul> </li> </ul> <p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina).</b></li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul>			
<p><b>Justificación de la Metodología:</b> Se lleva a cabo una sesión evaluativa mediante la ejecución de las pruebas y a través de la rúbrica 1. Tras dos sesiones por cada modalidad atlética en las cuales han ido perfeccionando la técnica de las mismas, los alumnos deben plasmar lo aprendido realizando la ejecución de las pruebas. Además, no solo tienen que ser capaces de realizar la técnica correctamente, sino que también tienen que visualizarla con el objetivo de realizar una buena autoevaluación y coevaluación. Se lleva a cabo el calentamiento general antes de realizar una actividad física con el objetivo de activar el organismo a nivel cardiovascular, óseo-articular y muscular, con el fin de prevenir lesiones (Calero et al., 2016). También se trabajan los ejercicios de respiración en la vuelta a la calma porque estas técnicas, en consonancia con una investigación de Carestia et al. (2023), pueden tener un impacto considerable en la salud y en el control del estrés.</p>			
<p><b>Estilo Enseñanza:</b> Asignación de tareas.  <b>Estrategia:</b> Global.  <b>Agrupación de los alumnos/as:</b> Por grupos reducidos y por parejas.</p>			
<b>Posición Profesor:</b> Posición central y externa.		<b>Tipo Feedback:</b> Inmediato y mediato.	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	Calentamiento general: movilidad articular, desde el tren superior hasta el tren inferior. Brazos hacia delante, brazos hacia detrás, abriendo y cerrando brazos, brazos arriba y abajo, carrera lateral, carrera cruzando pies por delante y por detrás, skipping, skipping ruso, zancadas y progresiones de velocidad.		5'
Parte principal	Examen práctico. Una zona destinada a la heteroevaluación de los alumnos por el profesor mediante la rúbrica 1, en la cual cada alumno tiene un máximo de dos intentos para ejecutar las 3 modalidades atléticas. Otra zona en la cual los alumnos que no están siendo evaluados por el profesor, deben evaluarse a sí mismos (autoevaluación) y evaluar a otro compañero (coevaluación) mediante la rúbrica 1.		45'

<b>V. Calma</b>	<p>Estiramientos + ejercicio de respiración-relajación + cambio de camiseta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estiramientos, desde el tren superior hasta el tren inferior, mientras los alumnos reflexionan a las preguntas desafío planteadas. Cuello, hombros, brazos, espalda, aductores, isquiotibiales, cuádriceps y gemelos.</li> <li>- Ejercicio de respiración-relajación. Respiración alterna por las fosas nasales, en posición de tumbados: cerrar la fosa nasal derecha con el pulgar derecho, inhalar por la fosa nasal izquierda, cerrar la fosa nasal izquierda con el dedo anular, y exhalar por la fosa nasal derecha. Luego cambia de lado para exhalar por la izquierda. Realizamos este ejercicio durante 1' y 30''.</li> </ul>		5'
-----------------	--	---	----

**Actividades de Refuerzo:** A partir de esta sesión evaluativa ya no hay actividades de refuerzo.

**Actividades de Ampliación:** Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel y en la jornada atlética (tarea culminativa).

**Observaciones:** Es importante que en la zona de examen de heteroevaluación haya dos o tres alumnos para que la evaluación sea dinámica y de tiempo a evaluar al máximo número de alumnos. Para la autoevaluación y la coevaluación, los alumnos pueden realizar los intentos que quieran para visualizar la técnica correcta y evaluarse correctamente. Destacar que todos los alumnos deben realizar la autoevaluación y la coevaluación en esta sesión, sin posibilidad de realizarlas en la siguiente sesión (tarea culminativa); para ello los alumnos deben de usar el móvil y completar el formulario de Google Forms mediante la lectura previa de un QR (ver Anexo 3). En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número 3 “**salud y bienestar**” porque los alumnos realizan el calentamiento general por su cuenta, pudiéndolo trasladar fuera de las clases para la prevención de lesiones. El ODS número 16 “**paz, justicia e instituciones sólidas**” también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto.

<b>Título Situación de Aprendizaje:</b>			
Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo.	<b>Sesión: 8</b>	<b>Curso: 4º</b>	<b>Trimestre: 2º</b>
<b>Nombre de la Sesión:</b> En busca del podio: el final del recorrido.			
<b>Duración:</b> 5h y 45'		<b>Tipo Sesión:</b> Culminativa.	
<b>Instalaciones:</b> La pista de atletismo de Burriana.			
<b>Material:</b> 2 jabalinas (2 churros de gomaespuma y 2 picas) y 15 vallas regulables.		<b>Nº Alumnos/as:</b> 120	
<b>Objetivos didácticos de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflejar en la jornada atlética la técnica trabajada en las sesiones anteriores.</li> <li>- Competir contra otros alumnos en las modalidades atléticas trabajadas con anterioridad.</li> <li>- Evidenciar los conocimientos y las experiencias de una atleta profesional.</li> <li>- Participar de manera activa evidenciando respeto.</li> </ul>			
<b>Saberes básicos desarrollados:</b>			
Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subbloque 3.1. Capacidades condicionales: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades y juegos de resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad.</li> </ul> </li> <li>• Subbloque 3.2. Juegos y deportes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuales: <b>Atletismo (salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina).</b></li> <li>- Fundamentos técnicos deportivos.</li> <li>- Pensamiento estratégico.</li> </ul> </li> </ul>			

<p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Subbloque 4.1. Habilidades sociales: <ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de resolución de conflictos: Autonomía emocional.</li> </ul> </li> </ul> <p>Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Subbloque 6.2. Los parques y espacios públicos como espacios para la práctica deportiva y ejercicio físico: Movilidad sostenible.</li> </ul>			
<p><b>Justificación de la Metodología:</b> Se lleva a cabo una sesión culminativa mediante la participación en una jornada atlética en la pista de atletismo de Burriana. Se pretende conseguir la motivación y la intriga de los alumnos con una sesión que se acerca más a la realidad del atletismo, compitiendo contra otros para conseguir las mejores marcas (récords). Tras esta sesión se da por finalizada la situación de aprendizaje “Vuela alto, corre rápido y lanza lejos: el arte del atletismo”. Se lleva a cabo el calentamiento general antes de realizar una actividad física con el objetivo de activar el organismo a nivel cardiovascular, óseo-articular y muscular, con el fin de prevenir lesiones (Calero et al., 2016).</p>			
<p><b>Estilo Enseñanza:</b> Asignación de tareas.  <b>Estrategia:</b> Global.  <b>Agrupación de los alumnos/as:</b> Por grupos reducidos.</p>			
<p><b>Posición Profesor:</b> Posición central y externa.</p>		<p><b>Tipo Feedback:</b> Inmediato y mediato.</p>	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Salida	A las 8:15 llegan los alumnos al centro y a las 8:30 se inicia la salida hacia la pista de atletismo de Burriana. Alrededor de las 9:00 se produce la llegada a la pista.		45'
Charla	Explicación de la jornada + charla de una atleta profesional. De 9:00 hasta las 9:45 los alumnos presencian la visita de una atleta que comparte su trayectoria y sabiduría con los alumnos, ofreciéndoles una visión auténtica de la vida como atleta de alto nivel. Además, realiza demostraciones en vivo para mantener el interés de los alumnos y ofrecerles una experiencia educativa única y memorable.		45'
Calentamiento	De 9:45 a 10:00 se realiza la formación de los grupos + calentamiento general. Movilidad articular, desde el tren superior hasta el tren inferior. Brazos hacia delante, brazos hacia detrás, abriendo y cerrando brazos, brazos arriba y abajo, carrera lateral, carrera cruzando pies por delante y por detrás, skipping, skipping ruso, zancadas y progresiones de velocidad.		15'
Clasificatorio	<p>De 10:00 a 11:45 se lleva a cabo el clasificatorio. Se hacen cinco grupos de 24 personas y cada uno tiene un orden de realización de las pruebas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grupo A: zona 1, zona 2, zona 4 y descanso.</li> <li>- Grupo B: zona 5, zona 3, descanso y zona 1.</li> <li>- Grupo C: zona 4, descanso, zona 1 y zona 2.</li> <li>- Grupo D: zona 3, zona 1, descanso y zona 5.</li> <li>- Grupo E: zona 2, zona 4, zona 1 y descanso.</li> </ul> <p>Hay un profesor en cada zona que se encarga de controlar y anotar las marcas de los alumnos. La zona 1 es para la realización del paso de vallas, las zonas 2-3 para el salto de longitud y las zonas 4-5 para el lanzamiento de jabalina. Cada grupo permanece 25' aproximadamente en cada zona. Tanto en el salto de longitud como en el lanzamiento de jabalina cada alumno tiene dos intentos, mientras que en el paso de vallas se realizan diferentes carreras.</p>		1h 45'

<b>Almuerzo</b>	De 11:45 a 12:15 los alumnos tienen 30' para almorzar y descansar. Los alumnos clasificados para las finales de salto de longitud aprovechan el último tramo de este tiempo para calentar y estar preparados para las finales.		30'
<b>Finales</b>	<p>De 12:15 a 13:15 se realizan las finales. Participan los 3 chicos y las 3 chicas con las mejores marcas de todos los grupos, en total hay 15 chicos y 15 chicas. El orden de las finales es el siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Salto de longitud.</li> <li>- Lanzamiento de jabalina.</li> <li>- Paso de vallas.</li> </ul> <p>Cada final tiene una duración total de unos 20' aproximadamente. Las finales de salto de longitud y de lanzamiento de jabalina se realizan simultáneamente en chicos y en chicas ya que hay dos zonas habilitadas para cada una de las dos pruebas. Para el paso de vallas primero se lleva a cabo la final de chicos y después la de chicas. La participación es idéntica que en el clasificatorio, dos intentos para las pruebas de salto de longitud y de lanzamiento de jabalina, y diferentes carreras para el paso de vallas. En cada modalidad y en cada categoría (chicos y chicas) hay tres ganadores (oro, plata y bronce).</p>		1h
<b>Vuelta</b>	A las 13:15 se empieza a recoger el material y a prepararse para iniciar la vuelta hacia el centro. Aproximadamente sobre las 13:30 se sale de la pista y a las 14:00 se produce la llegada al centro.		45'

**Actividades de Refuerzo:** A partir de esta sesión evaluativa ya no hay actividades de refuerzo.

**Actividades de Ampliación:** Incentivar la participación de los alumnos en eventos de atletismo dependiendo de su nivel.

**Observaciones:** Se les da la libertad para que los alumnos se agrupen por grupos reducidos (se suelen agrupar alumnos con mismos niveles motrices) para que después los profesores acaben de formar los grupos uniendo diferentes grupos reducidos. Destacar que hay dos zonas destinadas tanto para el salto de longitud como para el lanzamiento de jabalina ya que son las modalidades atléticas que los alumnos van a participar de uno en uno y, por tanto, se hace así para darle un mayor dinamismo. En cambio, en el paso de vallas solo hay una zona porque van a participar varios alumnos simultáneamente con lo que será bastante dinámico. Los alumnos tienen hasta esta sesión para entregar el trabajo grupal (visual thinking) en el cual deben plasmar en un mural los fundamentos técnicos de las modalidades atléticas trabajadas en las sesiones anteriores. Además, el profesor tiene la oportunidad de acabar la heteroevaluación si en la sesión anterior no le ha dado tiempo a evaluar a todos los alumnos. En cuanto a los **ODS**, se trabaja el número **3 "salud y bienestar"** porque los alumnos realizan el calentamiento general por su cuenta, pudiéndolo trasladar fuera de las clases para la prevención de lesiones. Otro ODS que se emplea es el número **5 "igualdad de género"** porque los alumnos evidencian la visita de una atleta profesional la cual comparte sus conocimientos y sus experiencias promoviendo el papel de la mujer en el deporte. El ODS número **16 "paz, justicia e instituciones sólidas"** también se trabaja porque un objetivo didáctico de la sesión es participar de manera activa evidenciando respeto. Es fundamental que los alumnos hayan entregado el justificante de salida del centro relleno y firmado por sus padres o tutores legales, sin este papel los alumnos no pueden salir del centro (ver Anexo 4).

## VII. CONCLUSIONES

## 7. CONCLUSIONES

El OG1 se determina cumplido porque se ha expuesto una situación de aprendizaje de atletismo, de ocho sesiones, para 4º ESO del IES Llombai de Burriana. Se han presentado diferentes modalidades atléticas (salto de longitud, paso de vallas y lanzamiento de jabalina), y para el desarrollo de las sesiones se ha utilizado el Modelo Ludotécnico como metodología innovadora. Esta metodología creada por Alfonso Valero Valenzuela, permite trabajar la técnica a través de juegos favoreciendo la participación y la motivación del alumnado. Por tanto, el OE1 también se considera alcanzado.

En relación con el OG2, se ha indagado sobre esta metodología buscando en diferentes bases de datos científicas, y consiguiendo un incremento del conocimiento sobre el tema central del trabajo que ha ayudado al desarrollo de la situación de aprendizaje, por esta razón el OE2 también se considera cumplido. Asimismo, el OE3 también se valora realizado porque a pesar de no poner en práctica las ocho sesiones, con las dos sesiones efectuadas, se han observado vivencias positivas como una considerable participación y motivación del alumnado, o el progreso en cuanto a la técnica del lanzamiento de jabalina.

Con respecto al OG3, se han diseñado e incorporado diferentes instrumentos de evaluación en la situación de aprendizaje. Además, el OE4 se considera alcanzado porque se han creado los siguientes instrumentos: una rúbrica mediante las TIC para evaluar las ejecuciones técnicas, dos listas de control para evaluar la higiene y la asistencia y participación en la jornada atlética respectivamente, y una escala de valoración para evaluar la actitud y la implicación del alumnado. Estas herramientas relacionan los criterios de evaluación del currículo de Educación Física con los contenidos trabajados, por este motivo la legislación es fundamental en la programación del profesor.

Como consecuencia de la metodología tradicional llevada a cabo durante el periodo de prácticas en las clases de Educación Física y según el conocimiento conseguido debido a esta investigación, se deduce que el Modelo Ludotécnico se adapta a las demandas del

atletismo como materia educativa y contribuye a la obtención de beneficios sobre el alumnado en comparación con el método tradicional: mayores grados de participación y motivación, y el progreso en la adquisición de los conceptos técnicos. Por este motivo, con la puesta en funcionamiento del modelo establecido por Alfonso Valero Valenzuela, se pueden resolver los problemas relacionados con el método más tradicional e impulsar la práctica del atletismo.

## **VIII. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA**

## 8. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

### EDUCATIVA

Una de las principales limitaciones es el poco tiempo de las sesiones y el ajustado número de sesiones por situación de aprendizaje. La duración total de cada sesión es de 55' y no se realizan más de diez sesiones por situación de aprendizaje con el objetivo de poder llevar a cabo correctamente todas las situaciones planteadas al inicio del curso. Por tanto, no se pueden presentar muchas modalidades atléticas y hay que aprovechar al máximo el tiempo de las sesiones.

Otra gran limitación ha sido el no tener la posibilidad de realizar las ocho sesiones planteadas. Aun así, se han puesto en práctica dos sesiones de lanzamiento de jabalina, y mediante la observación y el feedback con los alumnos se han podido obtener conclusiones favorables al Modelo Ludotécnico.

En futuras líneas de investigación, sería interesante trasladar esta metodología activa a otros deportes para ver la influencia que tendría esta sobre los mismos, ya que la mayoría de investigaciones sobre el Modelo Ludotécnico están destinadas al atletismo. Además, también sería interesante utilizar este modelo en la ESO y en BAT, ya que hay muy pocos estudios destinados a la ESO y apenas destinados a BAT. Otros temas de estudio relacionados con el uso del Modelo Ludotécnico podrían ser:

- La repercusión en el rendimiento académico de los alumnos, debido a que encontramos muy pocas investigaciones sobre el tema, y afirman que el método utilizado en Educación Física tiene una influencia positiva sobre otras asignaturas.
- La influencia sobre el desarrollo psicosocial del alumnado, la repercusión sobre las habilidades sociales, la autoconfianza y la autoestima, entre otras.
- El impacto de este modelo sobre la inclusión y la diversidad, hasta qué punto puede ser efectivo para el alumnado con necesidades especiales.
- La incidencia del modelo dependiendo del género y buscar estrategias con tal de

promover la igualdad en Educación Física.

- El efecto de las nuevas tecnologías en el modelo para favorecer el aprendizaje del alumnado en Educación Física.

## **IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Baena Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Sánchez Fuentes, J. A., & Martínez Molina, M. (2014). Modelo predictivo de la importancia y utilidad de la Educación Física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 121-130.
- Barba-Martín, R. A., Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., & González-Calvo, G. (2020). The application of the teaching games for understanding in physical education. Systematic review of the last six years. *International journal of environmental research and public health*, 17(9), 3330.
- Benítez Hurtado, O. L., & Granda Sivilapa, S. P. (2022). Gamificación La gamificación en la matemática como herramienta potenciadora en el trabajo docente. *Mentor revista de investigación educativa y deportiva*, 1(1), 66-81.
- Bernal Ruiz, J. A. (2008). *El calentamiento y la adaptación del organismo al esfuerzo*. Wanceulen SL.
- Blández Ángel, M. J. (1995). La utilización del material y del espacio en educación física: propuestas y recursos didácticos.
- Calero Morales, S., Maldonado Velasco, I. M., Fernández Lorenzo, A., Rodríguez Torres, Á. F., & Otáñez Enríquez, N. R. (2016). Actividades físico-recreativas para disminuir la obesidad en mujeres entre los 35-50 años de edad. *Revista cubana de investigaciones biomédicas*, 35(4), 375-386.
- Carestia, D. R., Beltran, A. F., Cerdera, F., Sanchez, M. L., & Ibáñez, F. (2023). Impacto fisiológico de la respiración, en la salud y en el nivel del estrés. *Interdisciplinary Rehabilitation/Rehabilitacion Interdisciplinaria*, 3, 46-46.
- Celdrán Rodríguez, A., Valero Valenzuela, A., & Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J. (2016). La importancia de la educación física en el sistema educativo. *EmásF: revista digital de*

*educación física*, (43), 83-96.

Conde Caveda, J. L., & Viciano Garófano, V. (1997). *Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas*. Aljibe.

Constitución Española de 1978. BOE núm. 311, de 29 de diciembre de 1978.

Decreto 104/2018, de 27 de julio, del Consell, por el que se desarrollan los principios de equidad y de inclusión en el sistema educativo valenciano, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 8345, de 1 de agosto de 2018.

Decreto 252/2019, de 29 de noviembre, del Consell, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 8691, de 3 de diciembre de 2019.

Decreto 72/2021, de 21 de mayo, del Consell, de organización de la orientación educativa y profesional en el sistema educativo valenciano, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 9083, de 25 de mayo de 2021.

Decreto 107/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 9403, de 8 de agosto de 2022.

Decreto 195/2022, de 11 de noviembre, del Consell, de igualdad y convivencia en el sistema educativo valenciano, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 9477, de 15 de noviembre de 2022.

Díaz Lucea, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas* (Vol. 133). Inde.

Fernández, D., & González Peño, A. (2019). El feedback en educación física. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (377), 19-22.

- Gómez-Mármol, A., Calderón Luquin, A., & Valero Valenzuela, A. (2014). Análisis comparativo de diferentes modelos de enseñanza para la iniciación al atletismo. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 16(2), 104-121.
- González-Espinosa, S., Feu Molina, S., García-Rubio, J., Antúnez Medina, A., & García-Santos, D. (2017). Diferencias en el aprendizaje según el método de enseñanza-aprendizaje en el baloncesto. *Revista de psicología del deporte*, 26(1), 65-70.
- Google. (2024). [Vista general de la Tierra] [Google Earth].  
<https://earth.google.com/web/@32.72831462,-0.56756826,6.3029334a,13397378.32368462d,35y,0h,0t,0r>
- Instituto de Educación Secundaria Llombai. (n.d.). *Inicio*. Portal Edu GVA.  
<https://portal.edu.gva.es/iesllombai/>
- Jornet Liesa, S., Gómez-Mármol, A., & Valero Valenzuela, A. (2017). El modelo ludotécnico para la enseñanza del salto con pértiga. *Trances: Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 9(3), 453-470.
- León-Díaz, Ó., Arijá-Mediavilla, A., Santos-Pastor, M. L., & Fernando-Martínez Muñoz, L. (2020). Las metodologías activas en Educación Física: Una aproximación al estado actual desde la percepción de los docentes en la Comunidad de Madrid. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 587-594.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006.
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE núm. 340, de 30 de diciembre de 2020.
- Mejía, N. F., Torres Ramírez, A. M., Menéndez Amador, C. E., Rodríguez Galo, V. L., Baide Ordoñez, F. R., & Restrepo Marín, A. (2023). Análisis biomecánico del lanzamiento de jabalina: Campeonato Centroamericano Mayor de Atletismo 2022. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 3(1), 41-50.
- Trabajo Final de Máster – Universidad Europea  
Presentado por D. Miguel Calatayud Arroyo*

- Moral Gutiérrez, P. (2023). Unidad didáctica para 2º ciclo de ESO: Aprendiendo atletismo jugando: el modelo ludotécnico.
- Munzon-Chuya, P. L., & Jarrín-Navas, S. A. (2021). Las actividades lúdicas y la coordinación motriz en las clases de educación física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria koinonía*, 6(2), 483-503.
- Orden 44/2011, de 7 de junio, de la Conselleria de Educació, por la que se regulan los planes para el fomento de la lectura en los centros docentes de la Comunidad Valenciana, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 6538, de 15 de junio de 2011.
- Orden 20/2019, de 30 de abril, de la Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport, por la que se regula la organización de la respuesta educativa para la inclusión del alumnado en los centros docentes sostenidos por los fondos públicos del sistema educativo Valenciano, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 8533, de 6 de mayo de 2019.
- Orden 5/2021, de 15 de julio, de la Vicepresidencia y Conselleria de Igualdad y Políticas Inclusivas y de la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba la nueva Hoja de Notificación para la atención socioeducativa infantil y protección del alumnado menor de edad y se establece la coordinación interadministrativa para la protección integral de la infancia y adolescencia, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 9120, de 19 de julio de 2021.
- Orden 19/2023, de 29 de junio, de la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte, por la que se regulan los procedimientos derivados del Decreto 107/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria, y del Decreto 108/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establecen la ordenación y el currículo de Bachillerato, así como la organización y el funcionamiento del Bachillerato nocturno y a distancia en la Comunidad Valenciana,

Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 9582, de 3 de julio de 2023.

Palao Andrés, J. M., & Martínez Suelotto, R. P. (2010). Ejecución de la técnica de la carrera, conocimiento teórico, y percepción de eficacia en niños de edad escolar en función de su edad cronológica. *Cuadernos de psicología del deporte*, 10(1).

Pérez González, A. M., Valero Valenzuela, A., & Gómez-Mármol, A. (2017). Aplicación del modelo ludotécnico a las disciplinas atléticas de saltos. *Acción motriz*, 19(1), 14-22.

Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón Suárez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios sociales*, (18), 67-75.

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, BOE núm. 76, de 30 de marzo de 2022.

Resolución de 27 de junio de 2023, del secretario autonómico de Educación y Formación Profesional, por la que se aprueban las instrucciones para la organización y el funcionamiento de los centros que imparten Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato durante el curso 2023-2024, Diario Oficial de la Comunidad Valenciana, núm. 9577, de 28 de junio de 2023.

Rius Sant, J. (2005). *Metodología y técnicas de atletismo*. Editorial Paidotribo.

Ros Alcaraz, J. J. (2022). El atletismo mediante el modelo ludotécnico en el segundo ciclo de la enseñanza secundaria obligatoria.

Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J., Gómez-Mármol, A., Valero Valenzuela, A., Cruz Sánchez, E., & Díaz Suárez, A. (2016). El modelo de responsabilidad personal y social a través del deporte como propuesta metodológica para la educación en valores en adolescentes. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 9(18), 16-26.

- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., González-Santos, J., & Javier Cangas, A. (2020). Validación y adaptación de la escala de control psicológico del profesor hacia las clases de educación física y su efecto sobre las frustraciones de las necesidades psicológicas básicas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 167-173.
- Valero Valenzuela, A. (2023). Modelo ludotécnico en la iniciación al atletismo. *Modelos pedagógicos en la educación física y el deporte*, 136-152.
- Valero Valenzuela, A., & Conde, J. L. (2003). *La iniciación al atletismo a través de los juegos: El enfoque ludotécnico en el aprendizaje de las disciplinas atléticas*. Archidona (Málaga): Aljibe, 2003.
- Valero Valenzuela, A., Conde, A., Delgado, M., & Conde, J. L. (2005). Comparación de los enfoques tradicional y ludotécnico sobre la eficacia y la mejora técnica en el atletismo. *European Journal of Human Movement*, (14), 119-133.
- Valero Valenzuela, A., & Gómez López, M. (2008). Funciones y responsabilidades del profesor y los alumnos en el Modelo de Enseñanza Ludotécnico de iniciación a la práctica del atletismo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (13), 15-18.
- Valero Valenzuela, A., & Gómez-Mármol, A. (2013). El atletismo en el sistema educativo. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 6(11), 46-58.
- Valero Valenzuela, A., & Gómez-Mármol, A. (2013). Fundamentos del modelo ludotécnico para la iniciación al atletismo. *Trances: Transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 5(5), 391-410.
- Valero Valenzuela, A., & Gómez-Mármol, A. (2019). *Fundamentos del Atletismo: Claves para su enseñanza*. Editorial Pila Teleña.
- Valero Valenzuela, A., Gómez-Mármol, A., & Pérez González, A. (2016). Temporalización en la *Trabajo Final de Máster – Universidad Europea*  
*Presentado por D. Miguel Calatayud Arroyo*

enseñanza del atletismo a través del modelo ludotécnico. *Aula de Encuentro*, 18(2).

Valero Valenzuela, A., & Tarifa Pérez, J. (2006). Taxonomía de las disciplinas atléticas en función del grado de dificultad para su enseñanza en la iniciación del atletismo. *Habilidad motriz: Revista de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, (27), 58-65.

Wickstrom, R. L., & González, C. (1990). *Patrones motores básicos*.

Yupa-Pintado, E. X., & Heredia-León, D. A. (2021). Incidencia del modelo ludotécnico sobre la motivación en la práctica del atletismo. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 707-733.

## **ANEXOS**

## ANEXO I: Tablas

**Tabla 1**

*Etapas de iniciación siguiendo la metodología ludotécnica*

Etapa iniciación	Objetivos	Nivel/Edad	Etapa educativa	Cursos	Disciplinas atléticas
Habilidades motrices básicas	Mejorar patrones básicos de movimiento	Prebásico	Primaria	1º, 2º, 3º y 4º	Desplazamientos, giros, saltos y manipulaciones
Familiarización con el atletismo	Adquirir las bases técnicas	Básico	Primaria	5º y 6º	Carreras lisas, de relevos, salto de longitud y marcha atlética
Práctica de disciplinas atléticas	Iniciación en gestos específicos	Intermedio y avanzado	Secundaria Obligatoria	1º, 2º, 3º y 4º	Especificación en carreras, saltos y lanzamientos
Especialización pruebas atléticas	Búsqueda de la eficacia técnica	Experto	Secundaria Post-obligatoria	1º y 2º	Elección de la prueba dentro de las modalidades

*Nota.* Tabla adaptada de Valero y Tarifa, (2006). En ella se muestran las etapas de iniciación

del Modelo Ludotécnico según la etapa educativa de los alumnos.

**Tabla 2***Artículos relacionados con la temática del estudio*

Autor (año)	Palabras clave	Etapas educativa	Objetivos	Metodología docente	Evaluación	Hallazgos más importantes
Moral (2023)	Modelo Ludotécnico, Educación Física, Atletismo, Educación Secundaria Obligatoria, Profesor Educación Física	2º ciclo de ESO (3º ESO)	Abordar la enseñanza de la disciplina en paso de vallas y relevos a través de una Unidad Didáctica	Modelo Ludotécnico	Actividades de clase, compromiso y actitud diaria, y examen final (rúbrica)	A través del Modelo Ludotécnico se permite trabajar la técnica mediante juegos en los que se aumenta la participación y motivación de los alumnos
Ros (2022)	Modelo Ludotécnico, Atletismo, Educación Física	2º ciclo de ESO (4º ESO)	La realización de una propuesta de unidad didáctica de atletismo utilizando el Modelo Ludotécnico	Modelo Ludotécnico	Lista de control de actitud e higiene, lista de control de seguridad en las sesiones, hojas de observación y rúbrica	El Modelo Ludotécnico permite trabajar la asimilación técnica mediante formas jugadas aumentando la participación y motivación del alumnado
Gómez-Mármol et al. (2014)	Iniciación deportiva, Modelo Ludotécnico, Educación Deportiva, Retos Atlético, Jugando al Atletismo	X	Analizar cuatro modelos de iniciación deportiva aplicados al atletismo, el Modelo Ludotécnico entre ellos	El Modelo Ludotécnico, el Modelo de Educación Deportiva, el Modelo de Retos Atlético y el Modelo Jugando al Atletismo	X	Si se utiliza el Modelo Ludotécnico hay que tener en cuenta el control de calidad de la ejecución técnica durante las propuestas ludotécnicas
Valero y Gómez-Mármol (2013)	Modelos de Enseñanza, Juegos, Enseñanza del Atletismo, Iniciación Deportiva	X	Analizar en profundidad el Modelo Ludotécnico de enseñanza del atletismo	Modelo Ludotécnico	X	El Modelo Ludotécnico se considera un avance en el atletismo, el cual busca la participación y el aprendizaje del alumno
Valero et al. (2016)	Habilidades Motrices, Desarrollo Motor,	X	Presentar una progresión en la	Modelo Ludotécnico	X	Esta propuesta de Modelo Ludotécnico busca un aprendizaje progresivo y la

	Iniciación Deportiva, Didáctica del Atletismo, Pruebas Atléticas		enseñanza del atletismo siguiendo el Modelo Ludotécnico			motivación de los alumnos
Valero (2023)	X	X	Analizar y presentar el Modelo Ludotécnico en la iniciación del atletismo	Modelo Ludotécnico	X	El Modelo Ludotécnico es una metodología para la enseñanza que está en sintonía con la satisfacción, la motivación y el desarrollo motor, afectivo, cognitivo y social
Yupa-Pintado y Heredia-León (2021)	Atleta, Competencia Deportiva, Juego de Simulación	32 deportistas con edades entre los 9 y los 18 años	Comparar la percepción motivacional de los deportistas de la disciplina de atletismo mediante la aplicación experimental del Modelo Ludotécnico	Modelo Ludotécnico	Test de campo, cuestionarios, fichas de observación y entrevistas	La aplicación del Modelo Ludotécnico del atletismo ha podido desarrollar la motivación y rendimiento deportivo en la muestra de estudio
Pérez et al. (2017)	Modelos de Enseñanza, Atletismo, Enseñanza del Atletismo, Iniciación Deportiva	X	Presentar una propuesta basada en el Modelo Ludotécnico de enseñanza de las disciplinas atléticas de saltos	Modelo Ludotécnico	X	Esta propuesta sobre la enseñanza del bloque de saltos en atletismo basada en el Modelo Ludotécnico, a diferencia del modelo tradicional, otorga mayor responsabilidad, motivación y compromiso al alumno
Valero y Gómez (2008)	Modelos de Enseñanza, Iniciación Deportiva, Atletismo, Proceso de Enseñanza-aprendizaje	X	Analizar las funciones y responsabilidades tanto del profesor como de los alumnos en el Modelo de Enseñanza Ludotécnico para la iniciación a la práctica del atletismo en la Educación Primaria	Modelo Ludotécnico	X	El Modelo de Enseñanza Ludotécnico otorga mayor protagonismo, implicación y compromiso al alumno en comparación con la metodología tradicional
Valero et al. (2005)	Enfoques de Enseñanza, Atletismo, Iniciación Deportiva, Técnica, Eficacia	4º de Educación Primaria	Comparar los efectos de dos enfoques de enseñanza-aprendizaje (Tradicional frente al Ludotécnico), sobre la mejora de la técnica y de la eficacia en diferentes disciplinas	Modelo Ludotécnico	Test, Hojas de observación	Los programas de iniciación deportiva al atletismo para los Enfoques Ludotécnico y Tradicional han sido en general efectivos para 2 de las 3 disciplinas (marcha y altura).

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En ella se muestran los artículos relacionados con la temática del trabajo obtenidos tras la búsqueda en las diferentes bases de datos científicas.

**Tabla 3**

*Grupos dentro de los diferentes tipos de enseñanza del IES Llombai*

Cursos	Tipos de enseñanza								
	ESO	PAC	PMAR	PDC	PR4	BAT	CFGM	CFGS	CFPB
1º	6					3	4	2	3
2º	6	1	1			3	4	2	3
3º	6			1					
4º	5				1				

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En ella se muestran los grupos existentes en el centro educativo, en los diferentes tipos de enseñanza y en sus respectivos cursos: ESO, PAC, PMAR, PDC, PR4, BAT, CFGM, CFGS y CFPB.

**Tabla 4**

*Horario escolar IES Llombai*

Enseñanzas		Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
BAT y Ciclos	ESO y FPB	8:15 a 9:10	clase	clase	clase	clase	clase	
		9:10 a 10:05	clase	clase	clase	clase	clase	
		10:05 a 11:00	clase	clase	clase	clase	clase	
		Recreo de 11:00 a 11:20						
		11:20 a 12:15	clase	clase	clase	clase	clase	
		12:15 a 13:10	clase	clase	clase	clase	clase	
		13:10 a 14:05	clase	clase	clase	clase	clase	
		Recreo de 14:05 a 14:15						
		14:15 a 15:10	clase	clase	clase		clase	

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En ella se muestra el horario de las diferentes enseñanzas, con los recreos y las horas de clases.

**Tabla 5**

*Esquema de las actividades de las tardes en el IES Llombai*

Cursos	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
1º ESO	Ampliación Matemáticas	Robótica	Alemán	Ajedrez
2º ESO	Ampliación Matemáticas		Diseño Gráfico - Parque Temático	Ajedrez
3º ESO	Ampliación Matemáticas	Drones	Diseño Gráfico	Ajedrez
4º ESO	Diseño y Arquitectura - Ampliación Matemáticas	Drones		Ajedrez

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En ella se muestra las actividades externas al horario lectivo, que se llevan a cabo por las tardes, en los diferentes cursos de la ESO.

**Tabla 6**

*Instalaciones IES Llombai*

Instalaciones		
39 aulas temáticas	2 aulas de Música	2 laboratorios de BG
4 aulas programas	2 aulas de EPV	Casa del conserje
6 aulas de FPB	3 aulas de Informática	1 biblioteca
2 talleres de FPB	1 aula audiovisual	8 despachos/departamentos
3 talleres de Tecnología	2 laboratorios de FyQ	1 sala de profesores
2 salas de visita	1 aula de convivencia	1 aula de mediación
1 aula de PT	1 aula de compensatoria	Conserjería
Secretaría	Salón de actos	Cafetería
Cocina	2 baños de profesores	6 baños de alumnos
3 talleres de FM	4 talleres de EyE	3 talleres de FyC
2 patios	Trinquete	Polideportivo con vestuarios

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En la tabla se pueden ver las diferentes instalaciones con las que cuenta el centro.

**Tabla 7**

*Temporalización trimestres 4º ESO curso escolar 2023/2024 IES Llombai*

CURSO ESCOLAR ESO 2023-2024				
	INICIO	FIN	JUNTA DE EVALUACIÓN	ENTREGA DE NOTAS
Evaluación inicial 4º ESO	Del 06/09/23 al 08/09/23			
1º Trimestre	11/09/23	13/12/23	14/12/23	21/12/23
2º Trimestre	08/01/24	20/03/24	21/03/24	27/03/24
3º Trimestre	09/04/24	19/06/24	20/06/24	27/06/24
Evaluación de pendientes de ESO	13/06/24			

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En la tabla se puede ver la secuenciación de los diferentes trimestres, con sus respectivas evaluaciones y entregas de notas para el curso escolar 2023/2024.

**Tabla 8***Secuencia de los contenidos 4º ESO IES Llombai*

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2023/2024	
TRIMESTRE	4º ESO
1º	CALENTAMIENTO + JUEGOS
	CONDICIÓN FÍSICA
	ACTIVIDADES EN EL MEDIO AMBIENTE
2º	ROUNDNET
	ATLETISMO
	RITMO/TEATRO
3º	PELOTA VALENCIANA
	TWINCON
	VOLEIBOL
RAQUETAS/BÁDMINTON	

*Nota.* Tabla de elaboración propia. En la tabla se puede ver la secuenciación de los contenidos a trabajar en los diferentes trimestres.

## ANEXO II: Figuras

### Figura 1

*Ubicación del instituto IES Llombai.*



*Nota.* Fuente: Google Earth.

### Figura 2

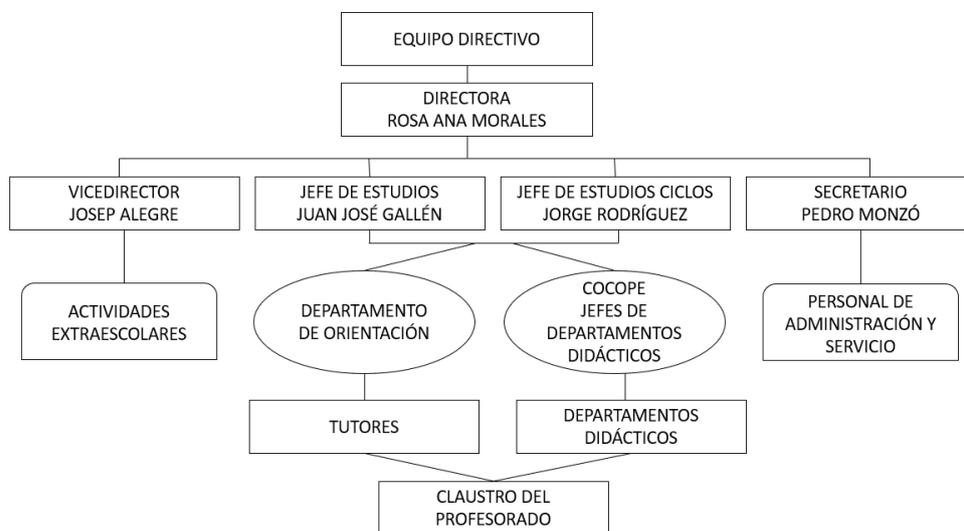
*Instalaciones deportivas IES Llombai (patio, trinquete y gimnasio).*



*Nota.* Fuente: Web del IES Llombai de Burriana.

Figura 3

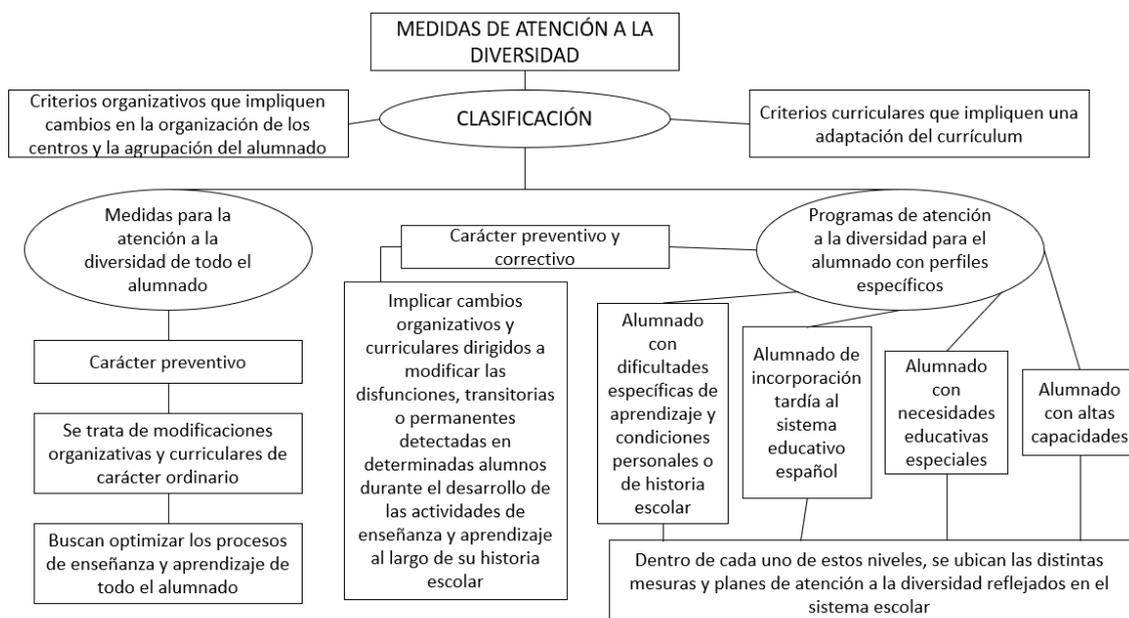
Organigrama del IES Llombai.



*Nota.* Figura de elaboración propia. En la presente figura se pueden ver los diferentes órganos de gestión y administración del centro.

Figura 4

Protocolo de medidas de atención a la diversidad IES Llombai.



*Nota.* Figura de elaboración propia. En la presente figura se puede ver la clasificación de las medidas de atención a la diversidad tomadas por el centro.

### ANEXO III: Instrumentos de evaluación

Rúbrica 1 para llevar a cabo la evaluación del examen práctico.

	SOBRESALIENTE	NOTABLE	BIEN/SUFICIENTE	INSUFICIENTE	PESO
	4	3	2	1	
<b>LONGITUD - Carrera</b>	1) Respeta el talonamiento, 2) corre coordinadamente (brazos y piernas opuestos), 3) mira al frente y 4) lleva las rodillas arriba.	Falla en una de las cuatro pautas.	Falla en dos de las cuatro pautas.	Falla en las tres o en las cuatro pautas.	10%
<b>LONGITUD - Salto + vuelo</b>	1) Pierna de impulso clara, 2) no se pasa de la línea de batida, 3) acompañamiento de brazos durante el vuelo y 4) marca los pasos en el aire.	Falla en una de las cuatro pautas.	Falla en dos de las cuatro pautas.	Falla en las tres o en las cuatro pautas.	15%
<b>LONGITUD - Aterrizaje</b>	Piernas y brazos se extienden completamente hacia el frente para aumentar la distancia.	Piernas y brazos se extienden hacia el frente para aumentar la distancia, pero no de manera completa.	Se extienden o bien brazos o bien piernas hacia el frente para aumentar la distancia, pero no los dos grupos de extremidades.	Piernas y brazos no se extienden hacia el frente para aumentar la distancia.	15%
<b>VALLAS - Pierna de ataque</b>	1) Levanta la rodilla al acercarse a la valla, 2) mantiene el cuerpo bajo, 3) tiene la pierna completamente extendida y 4) busca el apoyo con el suelo lo más rápido posible.	Falla en una de las cuatro pautas.	Falla en dos de las cuatro pautas.	Falla en las tres o en las cuatro pautas.	15%
<b>VALLAS - Pierna de impulso</b>	Flexiona la pierna lateralmente y apunta hacia afuera para evitar rozar la valla.	Flexiona la pierna lateralmente, pero no de manera completa y apunta hacia afuera para evitar rozar la valla.	Flexiona la pierna, pero no lateralmente.	No flexiona la pierna, la pasa por fuera de la valla.	15%
<b>JABALINA - Carrera</b>	1) Corre con zancadas uniformes, 2) con una correcta empuñadura, 3) a mitad de recorrido cambia a carrera de cruce 4) llevando la pierna del lado ejecutor por delante.	Falla en una de las cuatro pautas.	Falla en dos de las cuatro pautas.	Falla en las tres o en las cuatro pautas.	15%
<b>JABALINA - Lanzamiento</b>	1) El brazo ejecutor se extiende de atrás hacia delante con parábola de jabalina, 2) ambos pies apoyados, 3) rotación de tronco e inclinación hacia delante y 4) cambio de pie del lado ejecutor hacia 2) delante.	Falla en una de las cuatro pautas.	Falla en dos de las cuatro pautas.	Falla en las tres o en las cuatro pautas.	15%

*Nota.* Elaboración propia. En la rúbrica 1, creada en CoRubrics, se pueden observar los diferentes ítems con los que se evalúa al alumnado en el examen práctico dentro de cada modalidad atlética.

*Lista de control de los hábitos de higiene.*

ALUMNOS	SESIONES							
	1	2	3	4	5	6	7	8
ALUMNO 1								
ALUMNO 2								
ALUMNO 3								
ALUMNO 4								
ALUMNO 5								
ALUMNO 6								

*Nota.* Elaboración propia. En esta lista de control, creada en Excel, se muestra cómo se controlan los hábitos de higiene del alumnado. La camiseta se le asigna cuando el alumno se cambia la misma y la mano roja cuando el alumno no trae ropa de recambio.

*Escala de valoración actitudinal e implicación.*

Nº	INDICADORES	NUNCA	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE	PESO
		1	2	3	4	5	
1.	Respeto al profesor, a los compañeros y el material.						20%
2.	Trabaja en equipo y colabora con sus compañeros.						20%
3.	Trata de esforzarse al máximo en las actividades.						20%
4.	Su comportamiento siempre es correcto, permitiendo el desarrollo de la clase sin dificultades.						20%
5.	Interviene y aporta ideas de forma constante.						20%

*Nota.* Elaboración propia. En esta escala de valoración, creada en Excel, se muestra cómo se evalúa la actitud y la participación del alumnado en la situación de aprendizaje.

*Lista de control de la asistencia en las sesiones y de la participación en la jornada atlética.*

ALUMNOS	SESIONES							
	1	2	3	4	5	6	7	8
ALUMNO 1	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✓	✓✓
ALUMNO 2								
ALUMNO 3								
ALUMNO 4								
ALUMNO 5								
ALUMNO 6								

*Nota.* Elaboración propia. En esta lista de control, creada en Excel, se muestra cómo se controla la asistencia en las clases y la participación en la jornada atlética. Un tic verde si asiste a clase, una equis roja si no asiste, y un doble tic ver si asiste y participa en la jornada atlética.

*Código QR que da acceso a la evaluación del examen práctico.*



*Nota.* Elaboración propia. Código QR creado en Canva que da acceso a Google Forms para evaluar el examen práctico.

## ANEXO IV: Otros

*Justificante que indica una salida del centro.*

Com a **pare** o tutor legal i **mare** o tutora legal de l'alumne/a \_\_\_\_\_  
 del grup \_\_\_\_\_, estem assabentats de la realització de  
 l'activitat \_\_\_\_\_  
 del dia \_\_\_\_\_ i l'autoritzem a assistir.

Borriana, \_\_\_ de/d' \_\_\_\_\_ de 202\_

El pare o tutor legal

La mare o tutora legal

Signat: \_\_\_\_\_

Signat: \_\_\_\_\_

DNI: \_\_\_\_\_

DNI: \_\_\_\_\_

*(En cas que només signe un dels dos, cal explicar els motius en l'apartat "Observacions")*

OBSERVACIONS:



*Nota.* Justificante obligatorio para salir del centro que debe estar relleno y firmado por los padres o tutores legales del alumnado.