



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

MÉTODO DIDÁCTICO FLIPPED CLASSROOM EN EDUCACIÓN FÍSICA

Presentado por:

Carlos Cuenca Lillo

Dirigido por:

José Luís Gómez Fernández

CURSO ACADÉMICO 2021- 22

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer el tiempo dedicado por mi tutor, el cual me ha ayudado con la realización de este trabajo fin de Master, también quiero agradecer a los 4 profesores del departamento de educación física del centro Lluís Simarro, ya que ha sido el centro donde he realizado las prácticas, y también han contribuido en la realización del TFM.

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN	7
1.1.-Introducción-Justificación del tema objeto de estudio del TFM	9
1.2.- Presentación de Capítulos del TFM	11
II. MARCO TEÓRICO	13
2.1. Concepto de Metodología Flipped Classroom.....	15
2.2. Las TIC en Educación Física.....	20
2.3. Pasos para aplicar la metodología Flipped Classroom	22
III. OBJETIVOS	24
3.1.- Objetivos Generales	25
3.2.- Objetivos Específicos	25
IV. METODOLOGÍA	27
V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	31
.....	31
5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia	33
5.2.- Contextualización del centro educativo.....	34
5.3.- Presentación de la programación didáctica/ módulo de trabajo del centro donde se han realizado las prácticas.....	37
5.3.1. Secuencia de contenidos y temporalización.....	37
5.3.2 Evaluación.....	39
5.3.3 Metodología.	40
5.3.3 Las TIC.	40
5.3.4 Atención a la diversidad.....	41
5.3.5 Actividades complementarias.	42
5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora.	43

VI. DESARROLLO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA / UNIDAD DE TRABAJO PROPUESTA.....	47
VII. CONCLUSIONES.....	67
VIII LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA	71
IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	73
X ANEXOS.....	79

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Temporalización de la Unidad Didáctica 4º de la ESO	38
Tabla 2. Análisis crítico de la programación de la Educación Física	43
Tabla 3. Propuesta de unidad didáctica.....	49
Tabla 4. Lista de control.....	80
Tabla 5. Rúbrica	81

RESUMEN

El siguiente trabajo consiste en la realización de una búsqueda de información en artículos científicos sobre la metodología Flipped Classroom, para posteriormente utilizarla en el aula, más concretamente en el área de educación Física, para poder mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. La razón de este trabajo ha sido debido a que la utilización de Flipped Classroom, sirve como una ayuda para los alumnos a la hora de aprender.

A continuación, se ha realizado una unidad didáctica sobre voleibol, para el alumnado de 4º de la ESO, que contiene un total de 7 sesiones, esta sesión ha sido ubicada en el IES Lluís Simarro de Xàtiva. Los dos principales objetivos del trabajo han sido, Profundizar los conocimientos sobre la metodología Flipped Classroom en los niveles de aprendizaje, motivación, y tiempo de práctica en estudiantes de secundaria y la realización de la unidad didáctica de voleibol.

Palabras Clave: Educación Física; Flipped Classroom; Unidad didáctica

ABSTRACT

The following work consists of carrying out a search for information in scientific articles on the Flipped Classroom methodology, to later use it in the classroom, more specifically in the area of Physical Education, in order to improve the teaching-learning process. The reason for this work has been because the use of Flipped Classroom serves as an aid for students when learning.

Next, a didactic unit on volleyball has been carried out, for the 4th year ESO students, which contains a total of 7 sessions, this session has been located at the IES Lluís Simarro in Xàtiva. The two main objectives of the work have been, to deepen the knowledge about the Flipped Classroom methodology in the levels of learning, motivation, and practice time in high school students and the realization of the volleyball didactic unit.

Keywords: Physical education; Flipped Classroom; Didactic unit.

I. INTRODUCCIÓN

1. INTRODUCCIÓN

1.1.-Introducción-Justificación del tema objeto de estudio del TFM

Según Pérez (2022), la Educación Física es aquella actividad realizada con la implementación del cuerpo humano para lograr el cumplimiento de algún deporte, aportando conocimientos acerca del ejercicio físico como, lo son sus beneficios y consecuencias (y además sus modos de recuperación). Un gran aporte de la Educación Física es el hecho que los adolescentes puedan desarrollar físicas y motoras aparte de sus cualidades intelectuales y así poder desarrollarse sanamente, ya que actualmente la sociedad ha caído en sedentarismo extremo.

Durante la pandemia, los docentes tuvimos que utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), para que los alumnos pudieran aprender desde sus casas. La metodología Flipped Classroom no es muy adecuada para esta situación de pandemia, puesto que no hay sesión presencial en el aula.

La metodología (**Flipped Classroom**) se apoya en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), que permite a los docentes disponer de más tiempo por actividades en clases a través de videos en líneas con anticipación. El adoptar este método, los estudiantes pueden disponer de mayor tiempo para la actividad física, como adquirir conocimientos y habilidades necesarias, el desarrollo del aprendizaje haciendo uso de las tecnologías (Tablets, Computadoras, teléfonos celulares inteligentes) nos permite a los estudiantes instruirse de una manera más cómoda, debido a la utilización de materiales audiovisuales adquiriendo un aprendizaje más efectivo antes y durante las clases.

Hernández-Silva & Tecpan (2017), en el estudio titulado Aula invertida mediada por el uso de plataformas virtuales. Se destaca el desarrollo de hábitos y autorregulación para el aprendizaje, lo que contrasta por otra parte, con la dificultad que supone la constante necesidad

de revisar los materiales previos a la clase disponible en la plataforma virtual seleccionada como apoyo para docencia.

De acuerdo con Mendoza (2017), permite mejorar las capacidades de aprendizajes autónomas a los alumnos en el trabajo cooperativo, la creatividad, y mejora su autoestima, las relaciones interpersonales, resoluciones de problemas complejos, generando el empoderamiento de los estudiantes.

En Educación Física, se han desarrollado estrategias transformadoras encaminando a los estudiantes al aprendizaje seguro y motivador.

Según Yang et al., (2021) dicen que el 53% de los estudiantes logran aprendizajes significativos en línea y más del 58% mejoran el aprendizaje a través del internet. Es decir que influye positivamente en el estudiantado que necesitan acciones prácticas, para la Educación Física este modelo de aprendizaje es ideal para combinar teoría y práctica mejorando el rendimiento académico.

Poner en práctica el **Flipped Classroom** consiste en crear un ambiente armónico, dinámico e interactivo donde el profesor y el estudiante cambian su rol y se convierte su protagonismo. Se impulsa el estudio previo a las clases y las actividades en clase. Facilitando el debate donde el alumno participa y emite sus puntos de vista sobre el objeto de estudio para llegar un consenso sobre lo revisado con anterioridad y dudas que existían.

En este sentido, el presente trabajo final de Máster tiene como objeto de estudio diseñar una propuesta como unidad didáctica aplicada a la Educación Física, mediante el modelo de aulas invertidas dirigidas a estudiantes de secundaria.

1.2.- Presentación de Capítulos del TFM

La realización del TFM, consiste en conseguir el objetivo propuesto, primeramente, se explicará en que consiste el modelo Flipped Classroom a través de la búsqueda de artículos científicos, a continuación, se contextualizará la unidad didáctica que se va a presentar, y se explicará cómo funciona el centro donde he realizado las prácticas. Por último, se presentará la unidad didáctica sobre voleibol para los alumnos de 4º de la ESO, y finalmente se explicarán las conclusiones extraídas sobre la realización de este TFM.

II. MARCO TEÓRICO

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Concepto de Metodología Flipped Classroom

Domínguez & Bezanilla (2019), la metodología de aula invertida se ha venido aplicando durante estos últimos años en el ámbito docente, provocando una facilidad en el estudiante a la hora de aprender y además permite que el estudiante sea protagonista de este aprendizaje.

El aula invertida o Flipped Classroom, es un método de enseñanza cuyo principal objetivo, es que el alumno asuma un rol mucho más activo en proceso de aprendizaje que el que venía ocupando tradicionalmente. (Albaladejo, 2016).

Para Wasserman et al., (2017) este método supone una inversión donde los educandos, estudiaran por sí mismo los conceptos teóricos que el docente les facilite y el tiempo de clases será aprovechado para resolver dudas, realizar prácticas e iniciar debates relevantes con el contenido.

En cualquier oficio, si uno va trabajando y analizando lo que hace bien, lo que hace mal, y va corrigiendo, ira mejorando. Si solo trabaja y no hace balance de lo que ha hecho, seguirá siempre igual por muchos años (Cruz & Supo, 2019).

Este modelo invierte los modelos tradicionales del proceso de enseñanza-aprendizaje y consiste en proveer a los estudiantes materiales audiovisuales, que les resulten atractivos, y que les faciliten los conocimientos teóricos que en la enseñanza tradicional el profesor les ofrece en clases. El estudiante trabaja esos materiales fuera del aula, y el tiempo de clases queda reservado para debatir solucionar dudas o trabajar actividades prácticas con el profesor. En este sentido, la tecnología y la enseñanza son dos claves componentes esenciales en esta metodología.

Flipped Classroom, es un modelo didáctico en el cual los estudiantes aprenden nuevo contenido a través de videos tutoriales en línea, habitualmente en casa; y lo que antes solían ser los deberes (tareas asignadas), se realizan ahora en las aulas con el profesor dando orientación forma personalizada e interacción con los estudiantes.

Según Hernández-Silva & Tecpan (2017), es un modelo pedagógico que transfiere el trabajo determinado por procesos de aprendizaje fuera del aula y utiliza el tiempo de

clase, junto a la experiencia del docente. Para facilitar y potenciar otros procesos de adquisición y práctica de conocimiento dentro del aula, apoyando todas las fases del ciclo de aprendizaje.

Este término fue usado por primera vez por Lage et al., (2000), en el año 2000, pero la expresión se consolida en el 2007. Algunos autores manifiestan que esta técnica se viene utilizando en escuelas de negocio, Derecho y Humanidades.

La viabilidad de este método se fundamenta en las Tecnologías de la Comunicación y la Información (TIC), en la navegación de la world wide web (internet) educación, además de los equipos tecnológicos multimedia como ordenadores o grabadores en video.

Estos autores son críticos del modelo convencional de impartir la enseñanza-aprendizaje, desde un punto de vista económico. Su propuesta era colocar material online, además de tener acceso a offline en la universidad, los PowerPoint, además tengan audio para orientar al estudiante por cada contenido.

A continuación, se mencionan algunas experiencias e investigaciones de docentes e instituciones que han aplicado el método Flipped Classroom:

Gómez García et al., (2015) realizaron un estudio donde se pone a prueba a los alumnos de 4º de la ESO de Arahal en Sevilla, se analizó a un total de 54 estudiantes divididos en 2 grupos, un grupo tendría una metodología tradicional y el otro una metodología basada en Flipped Classroom. La unidad didáctica que se trabajó fue la de orientación y al grupo con metodología de Flipped Classroom, se trabajó mediante la subida de videos y posteriormente la contestación de un cuestionario.

Finalmente, obtuvieron unos resultados que fueron:

Los alumnos con metodología Flipped Classroom, se demostró que tuvieron un rendimiento académico superior, también valoraron las TIC como herramientas más positivas para el aprendizaje. El tiempo de compromiso motor fue mayor en el de la metodología Flipped Classroom que en el de la metodología tradicional. El grupo experimental, al trabajar previo a la sesión, realizaron las actividades en un tiempo menor. Por último, cuanto, a la satisfacción, fue mayor en el grupo experimental que en el otro.

Østerlie (2016), analizó a un total de 200 alumnos de Noruega, en las que las conclusiones fueron: los estudiantes afirmaron haber aprendido mucho más en la metodología de Flipped Classroom que en la tradicional, también que los alumnos fomentan los conocimientos en la escuela a partir de los conocimientos en el hogar y combinan la parte teórica con la parte práctica. Otro aspecto por recalcar fue la motivación, ya que los alumnos que trabajaron con Flipped Classroom, estaban más motivados que los otros, y por último que el trabajar con Flipped Classroom, permite a los padres seguir el trabajo de los hijos y pueden proporcionarles ayuda externa.

Por otra parte, Campillo (2017), analizó a estudiantes de entre 13 y 14 años, que estaban realizando 2º de la ESO, este autor también utilizó la subida de videos para la posterior visualización de los alumnos. Los resultados obtenidos fueron: un 69% de los alumnos que participaron en este estudio, marco la máxima puntuación sobre que estaba satisfecho con este tipo de trabajo, un 75% de los alumnos marco que disfrutaron más con esta metodología y un 90% de los alumnos marco que se había aprendido mejor. Como conclusión, concluye en un mayor interés y motivación y un mayor tiempo de compromiso en la sesión.

Estrada (2015), en el Colegio Mirasur, trabajó la unidad didáctica de balonmano en alumnos de 1º de la ESO, trabajando con una metodología tradicional y con la metodología de Flipped Classroom. La diferencia clara fue que los alumnos que trabajaban con la metodología tradicional, se le explicaban los conceptos en clases y luego pasaban a la práctica, en cambio, los que utilizaban Flipped Classroom, ya llegaban a clase además de con una motivación extra, también tenían los conceptos aprendidos por lo que directamente pasaban a la práctica.

Estrada (2016), en el Colegio Mirasur, trabaja la unidad didáctica de Voleibol en alumnos de 4º de la ESO. Esta unidad didáctica la trabaja a través de videos y cuestionarios para que los alumnos lo realicen en casa, de forma que en clases trabajen de forma práctica y resolviendo las posibles dudas que puedan tener.

Estrada (2016) explica que, de este modo, gana mucho más tiempo, corrigiendo las ejecuciones de los alumnos y que tienen mucho más tiempo para practicar.

Del Cos (2017), en el colegio de San Gabriel, hace uso de Flipped Classroom para trabajar la expresión corporal, mediante el uso de videos y anotando los conceptos básicos, que posteriormente en clase los alumnos deberían de hacer una puesta en común, para después resolver dudas y empezar a trabajar en grupos para realizar una dramatización.

Estrada (2017), en el colegio de Mirasur, utiliza Flipped Classroom para trabajar la unidad didáctica de atletismo, más concretamente el salto de vallas. Utiliza la visualización de videos en casa sobre la técnica. Una vez realizado el primer paso, los alumnos por grupos, debieron de realizar un video, donde explicaban las carreras de vallas para sus compañeros. Como resultado destaca que los alumnos tenían una motivación extra y que aumento el interés de los alumnos, además de conocer perfectamente la carrera de valla.

Prieto Espinosa et al., (2016), en la Universidad de Granada fue aplicado en fundamentos de informática, y los resultados fueron exitosos de 176 estudiantes entre hombres y mujeres, el porcentaje de aprobación se incrementó pasando de 57 al 83%, y la calificación media aumentó en de 5,3 a 6,7 %. Y la satisfacción fue de un 79% (Prieto, Prieto y Del pino, 2016).

Mientras que en la Universidad de Isla Baleares, con finalidad de facilitar el acceso a los estudiantes, se aplicó el método. Y los estudiantes confirmaron que era una forma distinta de trabajar y que les permito llevar la asignatura al día, y que estaban más preparados para el examen final

Celaya et al., (2020), en el análisis de competencias digitales de los profesores en España, se determinó, que los docentes en España presentan dificultades de medio abajo en muchas de las competencias claves para desarrollar este tipo de metodología, y se deja en manifiesto la necesidad de diseñar un plan que permita mejorar las habilidades digitales en los docentes.

Cuenca Ruano et al., (2021), en el estudio titulado análisis comparativo de los perfiles motivacionales y el Estado de Flow entre una metodología tradicional y la metodología Flipped Classroom en estudiantes de Educación Física determino que el

estudiantado presenta niveles en la motivación y en el Estado de Flow superiores al alumnado que interactúa con la metodología tradicional (Cuenca Ruano et al., 2021)

Pablo Montoya (2022) señala que, en primer lugar, diseña los contenidos teóricos de la unidad didáctica de una forma atractiva, y usa la aplicación Genially. Hace una presentación interactiva, coloca los clásicos apuntes, inserta video que le funciona para focalizar la atención en los aspectos más importantes. Esta aplicación es versátil, flexible y permite adaptar los contenidos con facilidad de acuerdo con mis necesidades. En segundo lugar, utiliza la aplicación Movie, para grabar video con las explicaciones acerca del tema. Y para completar el proceso, elabora una serie de actividades de aprendizaje utilizando el formulario de Google, para la autoevaluación o de repuesta corta, para comprobar el nivel de aprendizaje de los temas. En resumen, para la utilización de Flipped Classroom en Educación Física utilizó tres aplicaciones como: Genially (creación de contenidos), Movie (grabación de video), y Google forms para las evaluaciones.

Algunos autores la denominan metodología activa para estimular a los estudiantes a construir sus propios conocimientos con autonomía (Marques et al., 2017).

Según Lundin et al., (2018), esta metodología ha tenido un auge en la última década y está basado en la idea de la mejora de las estudiantes por su trabajo autónomo propiciado por la tecnología, seguidas por una alta calidad de la docencia y de actividades para realizar en clases. Este método tiene un espectro amplio de trabajo y puede ser utilizada desde cualquier ámbito de la enseñanza y prueba de ello es la diversidad de áreas temáticas que trabajan con Flipped Classroom, desde ramas médicas, trabajos en ingeniería, en matemáticas, en estudios multimedia

La metodología Flipped Classroom, ha ganado rápidamente popularidad en la Educación Superior, ya que estos enfoques innovadores pueden enseñar a los alumnos a entender cómo aplicar la información teórica referente a conceptos como solución de conflictos, trabajo en equipo y la comunicación en el mundo real (Clack & Ellison, 2018)

Para Zainuddin (2018) algunos estudios demuestran su interés en conocer como mejora la autoeficacia y la motivación a través de esta metodología, desarrollada en clases de Educación y Educación Física.

Diferentes autores recomiendan, que para una buena adaptación a la metodología Flipped Classroom, es necesaria su aplicación desde las primeras de semanas del curso (Guy & Marquis, 2016).

2.2. Las TIC en Educación Física

Las TIC, tecnologías de la información y la comunicación, ha ido creciendo poco a poco, gracias a ellas, los diferentes centros las utilizan para llevar a cabo una mejor manera de enseñanza-aprendizaje por parte del docente.

Debido al uso de las TIC, los estudiantes tienen la posibilidad de adquirir capacidades importantes en el uso de estas, de esta forma la figura del docente tiene un papel fundamental, para que los alumnos adquieran estas capacidades. También cabe destacar que el docente es el encargado de diseñar las diferentes oportunidades de aprendizaje, como un entorno en el aula que facilite el uso de estas para poder llegar a aprender y comunicar.

Según INTEF (2017) las competencias digitales, se definen como el uso creativo y seguro de las TIC para de esta forma llegar a alcanzar los objetivos relacionados con: trabajo, empleabilidad, aprendizaje, tiempo libre, inclusión y la participación en la sociedad.

La utilización de las TIC en la enseñanza es incuestionable, tanto por parte de las instituciones como de los docentes, haciendo un buen uso de la tecnología, ya que es fundamental en el desarrollo de la competencia digital. Según Tejada Fernández (2022), las TIC permiten trasladar de forma más fácil los contenidos a los alumnos y de esta forma se utilizan para crear nuevas experiencias educativas, que, sin el uso de estas, son más complicadas de crear.

Por otra parte, el Marco Europeo de la competencia digital (DigCompuEdu), establece seis áreas, donde habla de las competencias necesarias que los centros deben de tener para de esta forma fomentar las estrategias de aprendizaje efectivas, innovadoras e inclusivas. (INTEF, 2017).

1. Compromiso profesional: es decir, el entorno profesional del docente.
2. Recursos digitales: se trata de gestionar, crear y distribuir los recursos digitales.
3. Enseñanza y aprendizaje: se trata de administrar el uso de las herramientas digitales.
4. Evaluación y retroalimentación: se centra en la utilización de las herramientas y estrategias digitales para mejorar la evaluación.
5. Empoderar a los estudiantes: mejorar la participación, la inclusión y el uso de las herramientas digitales.
6. Facilitar la competencia digital: se centra en la resolución de problemas, información sobre las herramientas digitales, la colaboración y participación cívica o asegurar el bien estar de los alumnos.

La Educación Física es una materia netamente práctica, pero puede beneficiarse de las nuevas tecnologías para las mejoras del proceso educativo. Según Salguero (2009) en esta asignatura también existe una parte teórica en la que podemos aplicar las TIC, ya que estas aumentan la motivación por parte del alumnado y además provoca una mayor satisfacción a la hora de la realización de la parte práctica, que conlleva un aumento del rendimiento académico. Sin embargo, tal y como indica Ferreres Franco (2011), el uso de las TIC suele recaer más en la planificación de la asignatura, de igual forma indica que una de las principales limitaciones de las TIC en la dinámica de las clases es: falta de equipos informáticos, falta de competencia en TIC por parte de los docentes y características propias de la materia.

Por último, el uso de las TIC, también ofrecen una serie de ventajas. Según Ambrós et al., (2013), las TIC ofrecen algún tipo de ventajas, como son: flexibilidad horaria, inmediatez, multiformatos, trabajo interdisciplinario, interactividad y adaptabilidad.

2.3. Pasos para aplicar la metodología Flipped Classroom

Según la página web aulaplaneta.com (2022), la metodología **Flipped Classroom**, concede a los alumnos la responsabilidad de revisar los contenidos teóricos en casa, para que luego puedan resolver sus dudas y trabajar los conceptos en clase de forma individual o colectiva. Para aplicar esta metodología es necesario cumplir con las siguientes etapas:

1. **Programación:** Elige el tema que vas a tratar, define los objetivos de aprendizaje y las competencias que deben desarrollar los estudiantes. Te recordamos que busques una idea, un video, un recurso entre otros que te ayude a despertar la curiosidad de los alumnos desde el principio y les motive aprender.
2. **Preparación de materiales:** Prepara los materiales que servirán a los estudiantes para familiarizarse con los principales conceptos del tema. Puedes elaborar tus propios contenidos, como una video lección o una presentación, puedes seleccionar distintos materiales y recursos para que los alumnos revisen los principales conocimientos del tema desde casa. Además, elabora un test para comprobar si han visualizado, leído y comprendido los materiales.
3. **Visualización y lectura de materiales en casa:** Envía a tus alumnos los materiales didácticos que has seleccionado y elaborado, y encárgales que preparen el tema en sus casas. Solicitan que completen el cuestionario de control, que anoten y compartan contigo todas sus dudas.
4. **Diseño de las selecciones de clases:** Planifica las sesiones y prepara los materiales en función de las dudas de los alumnos. Desarrolla y selecciona actividades individuales y grupales de distintos niveles para así atender la diversidad de clase, y actividades colaborativas que exijan a los alumnos un aprendizaje activo.
5. **Resolución de dudas:** Dedicar los primeros minutos de clases a repasar el cuestionario enviado a los alumnos y despejar sus dudas. Utiliza distintos materiales para favorecer la comprensión de los conceptos y fomenta la participación en el aula.

6. **Actividades de consolidación:** Consolida los conceptos adquiridos mediante la realización de actividades puedes destinar a cada alumno o grupos de alumnos distintos ejercicios en función de sus necesidades.
7. **Trabajo colaborativo:** Dedicar de una o varias sesiones al trabajo colaborativo, y reta a tus estudiantes a resolver un problema, elaborar un proyecto, aprender a través de la experimentación, participar en un debate o realizar una investigación.
8. **Aprendizaje fuera de aula:** anima a tus estudiantes a trabajar en equipo más allá de las paredes del aula a través de entornos colaborativos. Tú puedes orientarles y supervisar su organización y evolución.
9. **Revisión y repaso:** Revisa el trabajo realizado por los alumnos y compártelo con toda la clase. Anímalos a explicar lo que han aprendido y cuál ha sido su experiencia. Después, dedica unos minutos a resolver las dudas que puedan quedar.
10. **Evaluación y autoevaluación:** Evalúa el trabajo de los estudiantes mediante una rúbrica donde figuren los objetivos cognitivos y competencias definidos al principio. Puedes compartirlas con ellos y animarlos a que se autoevalúen, y evalúen a sus compañeros. Esto les permitirá desarrollar su espíritu de autocrítica y reflexiones sobre sus fallos y errores.

III. OBJETIVOS

3. OBJETIVOS

3.1.- Objetivos Generales

3.1.1. Profundizar los conocimientos sobre la metodología Flipped Classroom en los niveles de aprendizaje, motivación, y tiempo de práctica en estudiantes de secundaria.

3.1.2. Establecer una Unidad Didáctica de voleibol para alumnos de 4º de la ESO, a través de la metodología Flipped Classroom para la Educación Física en secundaria.

3.2.- Objetivos Específicos

3.2.1.- Registrar la viabilidad de este método basada en las TIC.

3.2.2.- Valorar los instrumentos disponibles para los estudiantes interesados en aprender la metodología Flipped Classroom.

IV. MÉTODOLÓGÍA

4. METODOLOGÍA

La metodología de este trabajo será el diseño de una propuesta de intervención didáctica de voleibol en Flipped Classroom, para alumnos de 4º de la ESO. Para la realización de esta unidad didáctica, se ha realizado una amplia búsqueda bibliográfica sobre la metodología Flipped Classroom y su aplicación en la Educación Física, ya que, en el área de Educación Física, un buen uso de esta metodología, como pueden ser el apoyo de material para hacer en casa, puede mejorar el rendimiento de los alumnos, y en las mismas clases de Educación Física, se puede avanzar contenido, es decir, se gana mucho más tiempo en las clases, ya que el material extra ofrecido para hacer en casa ayuda a que los alumnos adquieran los contenidos que el docente quiere para que a la hora de clase en el aula, se pueda dar directamente la parte práctica. A diferencia de las otras materias, al intentar explicar un deporte a través de material complementario es mucho más sencillo y eficaz.

Para llevar a cabo esta propuesta, se ha realizado una amplia búsqueda bibliográfica sobre la metodología Flipped Classroom, y su aplicación en el ámbito de la Educación Física.

La unidad didáctica constará de 7 sesiones, donde habrá una parte previa realizada en Flipped Classroom, donde los alumnos a través de las indicaciones deberán de utilizar Flipped Classroom, para ya sea, actividades, videos, información... De esta manera el docente guiará a los alumnos y serán los alumnos los que sigan los pasos para trabajar con esta metodología. Como objetivo principal, es que los alumnos, adquieran los contenidos necesarios a través de esta metodología, y para esto se realizará la unidad didáctica.

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

5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

El punto 5 de este trabajo se va a poder realizar a través de la información ofrecida por el centro.

La información que se va a presentar a continuación va a ser extraída de la PEC (Proyecto Educativo del Centro), la PGA (programación general anual) y la programación didáctica, además de consultar con los profesores de Educación Física que forman el departamento de esta en el centro, para intentar recopilar toda la información necesaria para la realización de este apartado.

5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia

La OMS, es decir la Organización Mundial de la Salud (2018), expone la necesidad de realizar una práctica de actividad física diaria, con una intensidad de moderada a vigorosa de al menos unos 60 minutos para jóvenes entre los 4 a los 17 años. En cambio, los jóvenes de entre 15 y 18 años, empiezan el abandono deportivo, debido a diversos motivos como pueden ser, aumento de la carga lectiva, nuevas responsabilidades diarias, diferentes actividades, etc. Debido a este problema, la Educación Física supone para muchos de estos jóvenes, la única práctica tanto física como deportiva durante la semana, de este modo los docentes también nos vemos encargados, de que los alumnos fomenten la actividad física y deportiva.

En cuanto al marco legal y los contenidos se extraen de la actual Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE).

Por otro lado, en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, se establece de una manera más concreta el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Por otra banda las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria, se extraen del Real Decreto 1631/2006 del 29 de diciembre, y por lo que conlleva en nuestra Comunidad Autónoma, tenemos en cuenta que el Decreto 51/2018, de 27 de abril, del Consell, que modifica la anterior del Decreto 87/2015 y por el que se establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la Educación Secundaria Obligatoria y del bachillerato en la Comunidad Valenciana.

5.2.- Contextualización del centro educativo

El centro IES Lluís Simarro, en el que se va a plantear la unidad didáctica, es un Centro Público, este centro se sitúa en la zona oeste de la ciudad de Játiva, el centro acoge a un total de unos 1100 alumnos, que están divididos en 65% en ESO y bachiller de los cuales un 70% de alumnos de la ESO, un 30% de alumnos de bachiller, y un 35% de alumnos de ciclos formativos. Los alumnos de este centro tienen un nivel socioeconómico, medio-bajo, con una presencia de gente extranjera mínima. Por otra parte, en el centro hay un total de 110 profesores, de los cuales un 35% es de formación profesional y un 65% es de la ESO.

El centro ofrece, ESO, bachiller y formación profesional, donde los alumnos están distribuidos en las diferentes alas del centro, es decir, un ala es para la ESO, otra ala para ciclos formativos y otra ala es para los alumnos de bachiller.

En cuanto a la zona de influencia del centro, lo forman Martínez Bellver y Jacint Castanyeda, a parte también llegan alumnos a través del transporte de Novetlè, Genovés, Barxeta y Lloc Nou de Fenollet. Además, el centro de la Llosa de Ranes es una sección de este instituto, donde se cursa, ESO y bachiller.

Por último, el departamento de Educación Física, lo forman 4 profesores, de estos 4 profesores, hay dos que son más mayores que los otros dos, y uno de ellos está interino, aunque existe diferencia de edad, los 4 profesores tienen una gran experiencia como docentes.

El IES Lluís de Simarro, cuenta con un patio, que se divide en 3 canchas deportivas, también cuenta con un pabellón, pista de frontón y otra de pelota valenciana, por último, el centro también cuenta con sala de actos, para los diferentes eventos, cafetería y diferentes zonas comunes.

A continuación, se muestran una serie de fotografías del centro IES Lluís Simarro.

Figura 1. Vista del centro IES Lluís Simarro



Figura 2. Interior IES Lluís Simarro



Figura 3. Entrada IES Lluís Simarro



El curso al que va a ir dirigida la programación es a los alumnos de 4º de la ESO, que está formado por un total de 5 cursos, es decir 4º A, 4º B, 4º C, 4º D, y 4º E.

El primero grupo de 4º A es un grupo mixto, formado por chicos, con un total mayor de chicos que chicas, aun así, no hay ningún conflicto entre ellos, y se relacionan entre ellos, pero sí que hay una distinción a la hora de realizar grupos o parejas, que siempre van juntos los chicos y juntas las chicas. También hay un alumno con dificultades motrices.

El 4º B, es un grupo que la mayoría de los alumnos, son chicas, pero tienen una buena unión entre ellos, están bastante unidos todos, aunque hay algún que otro conflicto entre alguno de ellos, pero hoy en día está más olvidado.

El 4º C, está formado por un mayor número de chicas que chicos, sin embargo, en esta clase están bastante unidos todos, se llevan muy bien entre ellos, y a la hora de la formación de grupos y de trabajar en equipo, no tienen ningún problema entre ellos.

El 4º D, está formado por un número mayor de chicos que chicas, esta clase es bastante nerviosa, ya que, a la hora de trabajar, cuesta que estén todos centrados, pero finalmente se puede trabajar bien con ellos y más si llevas bastante tiempo.

El último grupo es el 4º E, está formado por un 50% chicos y un 50% chicas, es un grupo muy fácil de llevar, ya que la mayoría de los alumnos están centrados y motivados para aprender, y en cuanto a conflictos no hay.

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

Primero cabe destacar que la programación de Educación Física no ha sido facilitada por parte de la tutora del centro, de modo que este apartado, ha sido realizado, a través de la observación, preguntas a la tutora del centro, y a la búsqueda por internet.

En el IES Lluís Simarro, durante el periodo de prácticas, los cursos que se han visto han sido 4º de la ESO y 1º de Bachillerato.

5.3.1. Secuencia de contenidos y temporalización

Los contenidos de Educación Física para 4º de la ESO se organizan en:

- Condición Física y Salud.
- Juegos y Deportes.
- Actividades adaptadas al medio.
- Expresión corporal y comunicación.
- Elementos transversales a la asignatura.

Tabla 1. Temporalización de la Unidad Didáctica 4º de la ESO

	1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
4º de la ESO	Ud. Condición física	Ud. Voleibol	Ud. orientación
	Ud. de pelota Valenciana	Ud. de Acrogimnasia	Ud. Rugby
	Ud. de deportes adaptados		

Por otro lado, y en relación con los contenidos y criterios sobre la Unidad Didáctica de Voleibol, corresponden al bloque 2 es decir, al bloque de juegos y deportes.

Los contenidos son los siguientes:

Relación de actividades cooperativas y competitivas encaminados al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de colaboración-oposición como p. ej. fútbol-sala, balonmano, voleibol, baloncesto, unihockey, y rugby imagen, y de oposición como deportes de pala y raqueta, etc.

Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juegos y utilización de objetos, comunicación y contra comunicación motriz, sub roles estratégicos, técnica.

Los criterios son los siguientes:

Realizar con eficacia y precisión habilidades individuales específicas integradas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas del nivel educativo y mostrar mientras las realiza actitudes de colaboración, preservando la seguridad individual y colectiva

Resolver situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición, del nivel educativo, aplicando con autonomía las estrategias más adecuadas en función de los estímulos más relevantes.

5.3.2 Evaluación.

Según indica la ORDEN 38/2017, el criterio de evaluación establece el tipo y el grado de aprendizaje que se espera que los alumnos vayan consiguiendo a lo largo de la Educación respecto a las competencias básicas y a las capacidades indicadas en los objetivos generales.

La legislación en la que nos basamos para la realización de la evaluación es la que prescribe la orden del 38/2017 de la Consejería de Educación de la Comunidad Valenciana.

Las diferentes evaluaciones que se llevan a cabo son:

Evaluación inicial. Esta evaluación permite al docente conocer con las capacidades que llega este alumno y poder conocer del punto en el que parte, para a partir de este momento empezar dar los contenidos de la forma más correcta posible.

Evaluación continua. Esta evaluación se da durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno para de este modo poder observar tanto el rendimiento como la evolución que tiene el alumno con los objetivos establecidos.

Evaluación final. Con esta evaluación se puede observar el dominio que tiene el alumno de los contenidos y objetivos, y se realiza a través de los resultados que tiene el alumno durante el proceso.

Por otra parte, el IES Lluís de Simarro, utilizan diversos instrumentos para calificar.

Los instrumentos que se llevan a cabo son:

Observación sistemática: observación directa y registro personal.

Análisis de lo que hacen los alumnos: trabajos de resúmenes, esquemas o fichas, también se hacen seguimientos de los ejercicios y también preguntas orales o exposiciones.

Intercambió oral con el alumnado: a través de un diálogo o puestas en común y asambleas.

Pruebas específicas: objetivas, es decir, test o preguntas de los contenidos y resolución de ejercicios.

Autoevaluación o coevaluación.

Rúbricas.

Listas de control.

5.3.3 Metodología.

Según el Decreto 87/2015 del 14 de julio de 2014, la metodología es el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de favorecer el aprendizaje del alumnado y el cumplimiento de los objetivos planteados. Además, este aprendizaje ha de ser autónomo y significativo para el alumno y a de iniciar con sus conocimientos previos.

Las diferentes metodologías tratadas en los diferentes contenidos han proporcionado al alumnado un aprendizaje progresivo y motivador. Durante las diferentes sesiones la metodología más utilizada ha sido el mando directo, pero también se han utilizado otras como el descubrimiento guiado, que permite a los alumnos una participación más activa y de esta forma pueden tomar más protagonismo.

5.3.3 Las TIC.

Las TIC sirven para que tanto los alumnos como los docentes puedan acercarse poco a poco a todo lo que abarca las posibilidades informáticas, de forma que se desarrolle la competencia digital. Las TIC, tiene como objetivo que el alumno pueda hacer uso de ellas para aumenta sus conocimientos a través de una buena investigación e indagación.

El centro dispone de aulas totalmente equipadas con tecnología, es decir todas las aulas donde se imparten clases disponen de ordenador y proyector, aparte también dispone de biblioteca equipada con diversos ordenadores, y varias salas para hacer reuniones que también están equipadas con ordenadores y proyectores. En general el centro dispone de material informático tanto para alumnos como profesores.

El centro IES Lluís Simarro, pretende una serie de actuaciones previstas para la dinamización del centro y también para la integración curricular de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. Estas actuaciones son algunos cursos para poder formarse mejor en el uso de las TIC, que permitan un mayor apoyo para el alumno.

La competencia digital de los profesores en el centro es bastante buena, la mayoría de los profesores hacen un uso adecuado de las TIC para un beneficio del aprendizaje, además los profesores hacen uso de diferentes plataformas como Ítaca e Idoceo, para la comunicación con los padres o para poner notas al alumno. Además, también utilizan los móviles para la realización de actividades o exámenes, como kahoot o actividades de orientación utilizando un QR.

5.3.4 Atención a la diversidad.

La atención a la diversidad en la Comunidad Valenciana se regirá por el 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.

El centro ofrece una serie de medidas ordinarias para atender al plan de atención a la diversidad.

Primero de todo el centro lleva a cabo una serie de criterios, procedimientos para la detección y valoración de las necesidades educativas. Se realiza primero una evaluación inicial, luego se realizan evaluaciones periódicas, siguiendo de evaluaciones psicopedagógicas, y por último los órganos que se encargan como son el equipo de dirección y el departamento de orientación.

Una vez establecidos los criterios y procedimientos para la detección, se pasan a las medidas curriculares que son:

- Medidas ordinarias:
- Corrección del currículum
- Organización de opción, donde el alumno podrá elegir las materias que considere más adecuadas.
- Organización de actividades de refuerzo, donde se realizan para intentar que el alumno supere sus dificultades.

- Medidas complementarias para los alumnos que repitan curso, donde el centro diseñará un currículo específico dependiendo de las necesidades.
- Agrupamientos flexibles, donde el docente impartirá en diferentes grupos la materia y de esta manera poder atender a todos los alumnos.
- Orientación educativa, psicopedagógica y profesional.
- Medidas extraordinarias: (van dirigidas al alumnado con necesidades educativas especiales)
- Adaptaciones curriculares educativas especiales.
- Adaptaciones de acceso al currículum.
- Programa de diversificación curricular (PDC).
- Compensación educativa.
- Programa de cualificación profesional inicial (PQPI).

5.3.5 Actividades complementarias.

El centro IES Lluís Simarro, ofrece ciertas actividades complementarias, a los diferentes cursos que ofrece el centro. Al curso de 1º de la ESO, el centro ofrece: Exposiciones, actividades deportivas, visitas e itinerario didáctico. A 2º de la ESO el centro ofrece, actividades deportivas, conferencias, exposiciones y itinerarios didácticos. A 3º de la ESO, se ofrecen, actuaciones musicales, actividades deportivas, exposiciones, conferencias y teatro. A 4º de la ESO, se ofrecen: exposiciones, teatro, recital poético, actividades musicales, actividades deportivas y conferencias.

Por otra parte, a los alumnos de bachillerato, también se ofrecen diversas actividades. A 1º de bachillerato se les ofrece: actividades deportivas, vintage cultural, conferencias y exposiciones. Y por último, a 2º de bachillerato, se les ofrecen, exposiciones, actividades deportivas, vintage cultural, teatro y recital poético.

En cuanto a los ciclos formativos, se ofrecen: talleres, visitas y charlas.

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

Cabe destacar que el instituto IES Lluís Simarro, no me ha proporcionado la Programación General Anual, y la tutora del centro tampoco me ha proporcionado la Programación Didáctica. De esta forma, este apartado, lo he realizado, a través de internet y preguntado al departamento de Educación Física.

Tabla 2. Análisis crítico de la programación de la Educación Física

Aspectos de la programación analizados	Propuestas de mejora
Cumplimiento de la legislación actual	La programación sigue los contenidos y objetivos regulados por la legislación vigente, pero sería interesante hacer uso de proyectos interdisciplinarios para concienciar a los alumnos de la complementariedad de las asignaturas proyectando una enseñanza más globalizada.
Temporalización	Siempre hay problemas de tiempo en todas las programaciones y específicamente en la de Educación Física, puesto que requiere actividades muy prácticas que se preceden de una explicación previa que consume generalmente más de un tercio de la clase. La solución puede ser la metodología Flipped Classroom donde el alumno prepara previamente mediante material audiovisual el contenido a trabajar en su próxima sesión de Educación Física. Este será uno de los objetivos de nuestra propuesta didáctica. En cuanto a las diversas unidades didácticas trabajadas en el IES Lluís Simarro, cabe destacar que, durante el primer trimestre, tuvieron una buena distribución, pero el problema viene durante el segundo y tercer trimestre, ya que la Unidad Didáctica de acrogimnasia, ocupa demasiado tiempo, ya que dura desde enero hasta mayo, debido a la realización de la coreografía.

	<p>De este modo, durante el segundo y tercer trimestre, las otras Unidades Didácticas, no son tratadas como deben, es decir son más vistas por encima, por esto se debería de mejorar la temporalización de las Unidades Didácticas, y mejorar el tiempo dedicado a cada una de ellas.</p>
<p>Utilización de las TIC</p>	<p>Por el mismo motivo, el tiempo, el uso de las TIC queda relegado a contenidos puntuales dentro del currículum, sería interesante añadir actividades de simulación en el aula de informática, aunque también dependerá de la disponibilidad e infraestructura del centro. En el IES Lluís Simarro, el departamento de Educación Física hace un uso adecuado de las TIC, ya que realiza algunas Unidades Didácticas utilizándolas. Una cosa que se podría mejorar sería el uso más habitual de ellas, ya que he visto durante el periodo de prácticas, que los alumnos con el uso de las TIC, disfrutaban más.</p>
<p>Atención a la diversidad</p>	<p>La atención a la diversidad debe mejorarse con la introducción de enseñanza mediante trabajo cooperativo, donde se trabaja por grupos heterogéneos que promueven una interacción positiva entre los compañeros, una ayuda recíproca, mejora de la autoestima y solidaridad dentro del grupo. En este centro, cabe destacar que algunos alumnos con algún tipo de problema han tenido dificultades para realizar las sesiones, de este modo, los profesores, deberían de tener más soluciones o recursos, para poder integrar bien al alumno.</p>
<p>Sistema de evaluación</p>	<p>En el IES Lluís Simarro, se usaban diferentes métodos de evaluación, los más utilizados eran las rúbricas, tanto por la tutora del centro como los otros profesores de Educación Física. Pero también utilizaban otros métodos para evaluar, como son: exámenes o autoevaluaciones.</p>

	<p>Desde mi punto de vista, creo que las rúbricas son un buen elemento de evaluación, pero si están bien realizadas, ya que había algunas rúbricas, que, o eran muy extensas por lo que era imposible estar pendiente de todos los puntos o había rúbricas que estaban mal diseñadas. De este modo una rúbrica adecuada a los contenidos sería perfecta para poder evaluar de forma correcta.</p>
--	---

**VI. DESARROLLO DE LA UNIDAD
DIDÁCTICA / UNIDAD DE TRABAJO
PROPUESTA**

6. PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA / UNIDAD DE TRABAJO

A continuación, se va a presentar la unidad didáctica sobre voleibol, para alumnos de 4º de la ESO, la cual consta de 7 sesiones.

Tabla 3. Propuesta de unidad didáctica

TÍTULO U.D: La competición de voleibol				
Curso: 4º ESO	Bloque contenidos: Bloque 2, Juegos y Deportes	UD: 4	Trimestre: 2º	Sesiones: 7
<p>Justificación: Esta Unidad Didáctica, se llevará a cabo en el 2º trimestre, ya que, en el 1º trimestre, los alumnos ya habrán adquirido conceptos sobre condición física, y estarán más preparados para realizar el deporte. Es una Unidad Didáctica que permite que los alumnos estén bastante motivados por el formato que tiene, donde está enfocada a la competición ya que también utiliza un modelo deportivo, lo cual desde mi punto de vista hace que los alumnos vean un enfoque diferente a la hora de aprender, ya que, al incluir la competición, se les hace más ameno. También mejorarán diversos aspectos técnicos y tácticos, y también les permitirá tener una mayor coordinación para futuras unidades didácticas donde se trabajen los juegos y deportes. Por último, a través de Flipped Classroom, podrán ayudarse de diferente material, para adquirir conocimientos de forma más rápida y clara.</p>				
<p>Objetivos didácticos: (extraídos de los criterios de evaluación y simplificados)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Solucionar situaciones motrices en el voleibol: pase, bloqueo, saque, toque de dedos y golpe de antebrazos. 2. Identificar las normas básicas en el voleibol, durante situaciones reales (partido): zona libre, zona de ataque, zona de defensa, zona de saque, rotaciones y pases. 3. Ejecutar correctamente los elementos técnico-tácticos durante la realización de la práctica de voleibol. 4. Adquirir hábitos saludables mediante la práctica deportiva, como son: higiene personal y ropa deportiva. 				
<p>Contenidos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de colaboración-oposición como p. ej. fútbol-sala, balonmano, voleibol, baloncesto, unihockey y rugby imagen, y de oposición como deportes de pala y raqueta, etc. 2. Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contra comunicación motriz, sub roles estratégicos, técnica. 				
Temporalización (Descripción de las sesiones)			Tipo de Sesión	
<p>Sesión 1: Introducción al voleibol. Sesión 2: Toque de dedos y golpe de antebrazos. En esta sesión se explicarán los dos golpes y se aprenderá a realizarlos. Sesión 3: Saque y recepción. Se llevará a cabo los diferentes saques que se pueden realizar, y como recepcionar el saque del rival. Sesión 4: El remate. Sesión 5: Acciones combinadas. Sesión 6: Posicionamiento. Sesión 7: Partidos reales.</p>			<p>Introductoria y evaluativa. Desarrollo. Desarrollo. Desarrollo Desarrollo Desarrollo y evaluativa. Evaluativa</p>	

Evaluación**Criterios de evaluación: extraídos del Decreto Curricular.**

4º. EF.BL.2.1. Realizar con eficacia y precisión habilidades individuales específicas integradas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas del nivel educativo y mostrar mientras las realiza actitudes de colaboración, preservando la seguridad individual y colectiva.

4º. EF.BL.2.2. Resolver situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición, del nivel educativo, aplicando con autonomía las estrategias más adecuadas en función de los estímulos más relevantes.

4º. EF.BL.1.3. Diseñar de forma autónoma actividades en las fases de activación y recuperación, relacionándolas con la parte principal de la sesión y ponerlas en práctica graduando progresivamente su intensidad.

Evaluación inicial:

- Realización de juegos relacionados con los elementos técnicos tácticos básicos para observar el nivel con el que parten.
- Se les realizará unas preguntas al alumnado sobre la unidad didáctica de voleibol y sobre el conocimiento que tiene de cursos anteriores.

Instrumentos de evaluación/ Criterios calificación	Indicadores de logro/Estándares de aprendizaje	Contribución a las Competencias Clave						
		CCLI	CMCT	CD	CAA	CSC	SIEE	CEC
Cuestionario/ Kahoot sobre voleibol. 15%	4º. EF. BLL. 2.2.4	5			5	5		
Cuestionario/ kahoot (aspectos técnicos y reglamentarios) 15%	4º. EF. BLL. 2.2.4				15	10		
Rúbrica 50% (utilizada para evaluar el partido de la última sesión)	4º. EF.BL.2.1.1. 4º. EF.BL.2.1.2. 4º. EF.BL.2.2.2. 4º. EF.BL.2.2.3.				15	15	15	
Lista de control. Actitudes/ 20%	BL 1.4.3		10				10	

Evaluación diaria alumno/a: Se utilizará una lista de control, a través de Idoceo.

Actividades de ampliación evaluables: Como actividad de ampliación se podrá ir a ver un partido al club de volei de Xàtiva, donde deberá de presentar una ficha y además un video resumen del partido.

Metodología	
Estrategia de la práctica: Mixta, global, analítica, analítica, global.	Modelo Pedagógico/ Estilos: Flipped Classroom, asignación de tareas y microenseñanza.
Distribución grupo – clase: Individual, en parejas y en grupos.	Participación: Simultanea.
Posición del profesor: Posición central y posición externa.	Feedback: Concurrente y inmediato.
Atención a la diversidad	
Actividades de Refuerzo	Actividades de Ampliación
<ul style="list-style-type: none"> - Para alumnos a los que les cueste un poco más, se realizarán las tareas con balones más grandes para que el impacto sea mayor, además también se reducirán las distancias cuando se trabaje en parejas para tener más control sobre la pelota. Por otra parte, se podrá subir la altura de la red para que el juego sea más lento, y por último, cuando recepcionen el balón, lo podrán controlar y posteriormente pasar la pelota con el golpeo que sea. - Para alumnos que vayan muy avanzados, podrá ayudar a los alumnos que les cueste más indicando como lo deben hacer, también, podrá realizar las tareas en pareja con otra persona que sepa y aumentando la distancia, en caso de que sea el único que sabe mucho, podrá recepcionar el balón del compañero mientras él está de espaldas, y a la señal del compañero se girará y recepcionará el balón, de este modo el tiempo de reacción es menor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Para alumnos que quieran sacar más nota, podrán ir a ver un partido de voleibol del equipo de Xàtiva, y después presentar una ficha, además de presentar un video con momentos del partido. El video lo podrán hacer a través del móvil o utilizando videopad que es un programa gratuito.
Posibles adaptaciones individualizadas:	
<ul style="list-style-type: none"> - Lesiones ocasionales sin poder realizar sesión: primero implicarlo motivadamente en lo que pueda, como ser árbitro, entrenador, preparador..., en caso de que pueda realizar algunas tareas, se puede bajar la intensidad y que realice solo lo que pueda hacer. - Para alumnos con indisposición: deberá ver el video breve sobre los contenidos que se van a dar, esto el alumno lo habrá visto previamente en casa, ya que se utiliza la metodología Flipped Classroom, de este modo el alumno lesionado, podrá ayudar a los compañeros a realizar los gestos correctamente y dar feedback. 	
Material didáctico: Aros, balones de voleibol, red.	
Instalaciones: Gimnasio, campo de voleibol, campo de futbol sala.	
Herramientas TIC: Flipped classroom, con la utilización de los videos vistos previamente en clase.	



Transversales / Interdisciplinariedad: Tecnologías de la información y comunicación. Durante la unidad didáctica tratada, se usa la metodología Flipped Classroom, para el visionado de videos en casa.

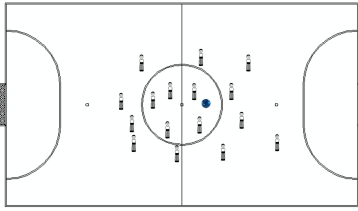
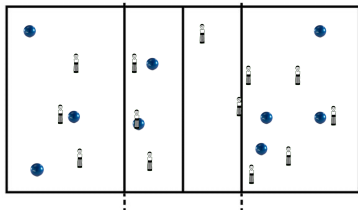
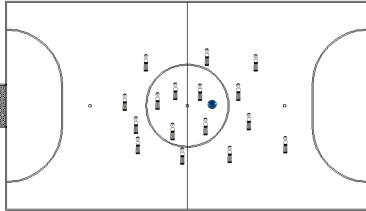


Bibliografía/Webgrafía:

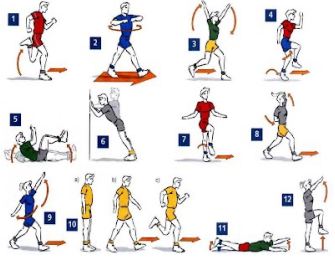
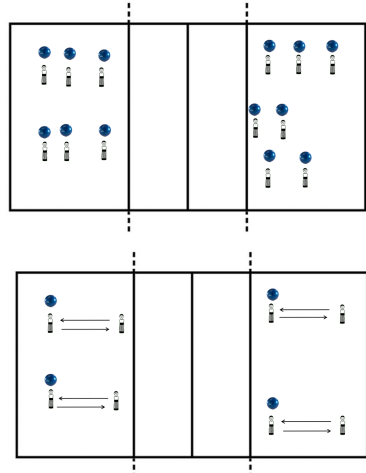
- https://www.pequevoley.com/pdf/unidad_didactica.pdf

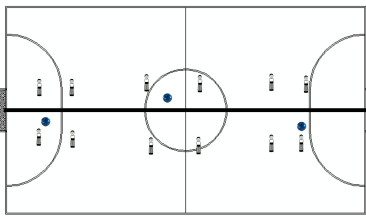


Como en la comunidad valencia no existe ningún indicador sobre la higiene, se ha creado el BL 1.4.3 Participa de forma activa, respetando las normas y adopta unos hábitos de aseo e higiene.


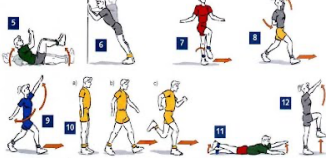
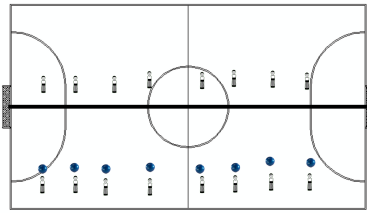
Como dentro del criterio 4º. EF.BL.2.2. no existe que el alumno conozca e identifique los diferentes aspectos técnicos tácticos, se ha creado el 4º. EF. BLL. 2.2.4 Conoce e identifica los diferentes aspectos reglamentarios, así como su evolución histórica de los deportes de oposición.

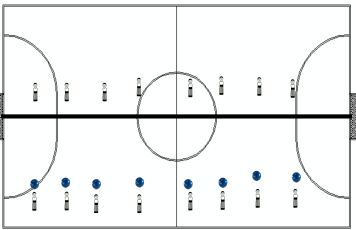
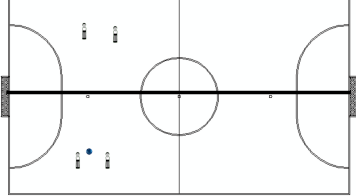

Título Unidad Didáctica: Nos divertimos con el voleibol		Sesión nº 1 / Curso: 4 ESO	
Trimestre: 2º			
Nombre de la Sesión: Introducción al voleibol. Duración: 55 min		Tipo Sesión: Introdutoria	
Instalaciones: Campo de voleibol y campo de futbol sala.		Material: Red, balones de voleibol, aros. Alumnos/as: 30	
Objetivos didácticos de la sesión: Conocer el deporte del voleibol, explicar lo que vamos a realizar en esta unidad didáctica y juegos relacionados con el voleibol.			
Contenidos desarrollados: Juegos para la primera toma de contacto, conocer el deporte del voleibol.			
Justificación de la Metodología: Flipped classroom (previamente visualizar un video en casa), y asignación de tareas, donde los alumnos se les marcará una tarea y ellos la realizaran.			
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas y Flipped Classroom.		Estrategia: Global	
Agrupación: Primero todo el grupo, después la clase se dividirá en 2 grupos.			
Posición Profesor: Externa		Tipo Feedback: Final	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
1ª Parte	<p>En la pequeña zona del gimnasio, los alumnos deberán de realizar un Kahoot con el móvil de forma individual y contestar las diferentes preguntas sobre el video visto anteriormente en casa.</p> <p>Video: https://www.youtube.com/watch?v=N5VyO1YW7hc</p> <p>Kahoot: https://kahoot.it/challenge/881e5133-697f-4cf3-a5dc-af046365ca48_1655718608028</p> <p>(cuestionario evaluative 15%)</p>		10 min
Calentamiento	<p>En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.</p> <p>También se realizará movilidad acompañada de carrera.</p>		5 min

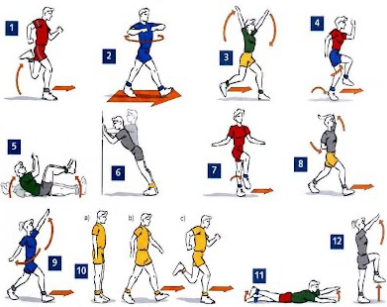
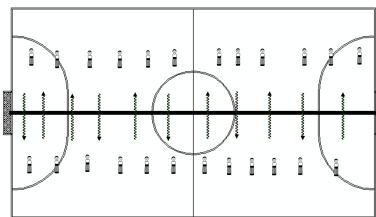
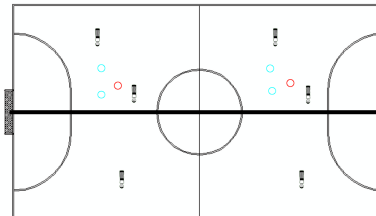
Parte principal	<p>Juego 1: “Que no caiga”. Toda la clase formará un grupo, primero se iniciará con un balón de voleibol, el cual se lanzará al aire y entre todo el grupo deberán realizar toques. El objetivo es que el balón no llegue al suelo, y lo pueden golpear con cualquier parte del cuerpo. Poco a poco se irán integrando más balones. Variante: Diferentes tamaños de pelotas.</p>		10 min
	<p>Juego 2: “Que no quede ni un balón”. El juego consiste en dividir la clase en dos grupos, un grupo se sitúa a un lado de la red, y el otro se coloca al lado contrario. El juego consiste en: a la hora de la señal, los alumnos deberán pasar los balones al campo contrario, por encima de la red, y los otros intentar que no haya en su campo balones y pasarlo al otro, deberán de pasar la pelota con golpes de voleibol. Cuando el profesor pite, es que se habrá terminado, el equipo que más balones tenga en su campo perderá.</p>		10 min
	<p>Juego 3: “10 pases”. El juego consiste en realizar 10 pases, pero se deberán de pasar con toque de dedos o de antebrazos. El objetivo es llegar a 10 pases antes que el rival intercepte el balón.</p>		10 min
V. Calma	<p>En círculo, con todos los alumnos en círculo, y el profesor dirigirá una serie de estiramientos, mientras comentan la sesión.</p>		10 min
	<p>Control de higiene.</p>		5 min
<p>Actividades de Refuerzo: Realizará tareas de ayudante, como contar los pases, hacer de árbitro ...</p>			
<p>Actividades de Ampliación: Podrán proponer juegos. Se presentará en una ficha.</p>			
<p>Observaciones:</p>			

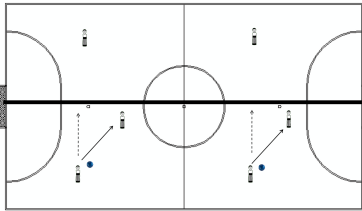
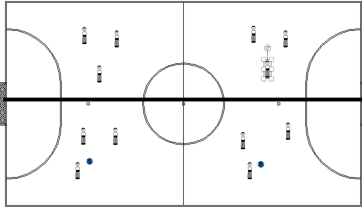

Título Unidad Didáctica: Nos divertimos con el voleibol		Sesión nº 2 / Curso: 4º ESO	
Trimestre: 2º			
Nombre de la Sesión: Toque de dedos y antebrazo.		Duración: 55 min	Tipo Sesión:
Desarrollo			
Instalaciones: Campo de voleibol y campo de futbol sala		Material: 30	
balones y red.		Nº Alumnos/as: 30	
Objetivos didácticos de la sesión: Mejorar el toque de dedos y el golpeo de antebrazos.			
Contenidos desarrollados: Conocer cómo se golpea al balón con el toque de dedos y el golpeo de antebrazos.			
Justificación de la Metodología: Se aplicará la metodología Flipped Classroom previamente en casa, con la visualización de dos videos, y también se utilizará la metodología de asignación de tareas, ya que los golpes que se van a realizar se deben de realizar de la forma correcta.			
Estilo Enseñanza: Flipped Classroom y Asignación de tareas.		Estrategia: Analítica.	
Agrupación: Primero de forma individual, luego por parejas y posteriormente por grupos.			
Posición Profesor: Externa y pasado por los diferentes grupos.			
Tipo Feedback: Inmediato y final.			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.		4 min
	Posteriormente, los alumnos jugaran a pillar, pero pudiéndose salvar si están por parejas, es decir uno al lado del otro, pero si al estar en pareja, se une otro jugador, es decir se forma un trio, el jugador que está al extremo debe salir del trio porque podrá ser pillado.		6 min
Parte principal	Previamente visto en casa (Flipped Classroom) <ul style="list-style-type: none"> - Video toque de dedos: https://www.youtube.com/watch?v=uNFRwBGU-Rg&ab_channel=SikanaES - Video golpe de antebrazos: https://www.youtube.com/watch?v=dVAv-bo6PV4&ab_channel=SikanaES 		10 min
	<p>Ejercicio 1: Los alumnos primero se forma individual, y cada uno con un balón, deberán de realizar el toque de dedos ellos mismos, es decir lanzándolo hacia arriba y golpeándolo. Una vez practicado el toque de dedos, pasarán al golpe de antebrazos y lo realizarán de la misma forma.</p> <p>Ejercicio 2: Se situarán por parejas y deberán pasarse el balón primero realizando solo el toque de dedos y luego realizando solo el de antebrazos. Después irán variando, uno de la pareja realizará el toque de dedos y el otro se la devolverá de antebrazos.</p>		10 min

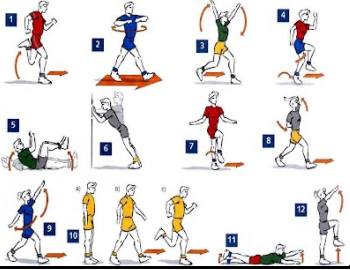
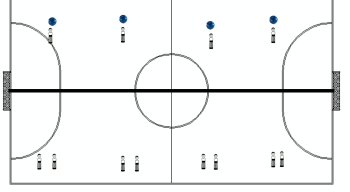
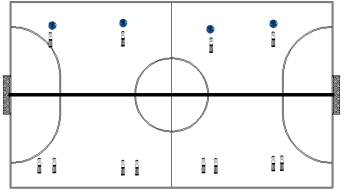
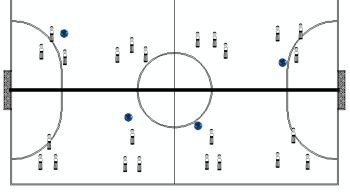
	<p>Ejercicio 3: Se harán 15 parejas, que realizarán contra otra pareja partidos aplicando solo el toque de dedos y el golpe de antebrazos, incluso a la hora de sacar. El partido será a 7 puntos. Harán los partidos que quieran hasta la hora de la vuelta a la calma.</p>		10 min
V. Calma	Estiramientos en círculo, y feedback sobre los videos previamente visto en casa.		5 min
	Recogida de material.		5 min
	Control higiene		5 min
<p>Actividades de Refuerzo: Subir la red y controlar el balón, es decir no realizar el pase directo, sino controlar el balón, después lanzárselo y pasarlo, también se pueden utilizar balones más grandes, para facilitar el golpeo. Para alumnos que practique voleibol, no podrán pasar el balón directamente en partidos, y en ejercicios, deberán de recibir el balón estando de espalda y a la señal girarse.</p>			
<p>Actividades de Ampliación: Proponer ejercicios para la práctica de toque de dedos y antebrazos. Se presentará en una ficha.</p>			
<p>Observaciones:</p>			

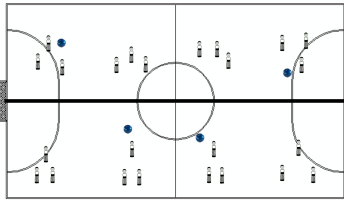

Título Unidad Didáctica: Nos divertimos con el voleibol		Sesión nº 3/ Curso: 4º ESO	
Trimestre: 2º			
Nombre de la Sesión: Saque y recepción		Duración: 55 min	Tipo Sesión:
Desarrollo			
Instalaciones: Campo de voleibol y campo de futbol sala.		Material: Red y 14 balones	
		Nº Alumnos/as: 30	
Objetivos didácticos de la sesión: Aprender los diferentes tipos de saques, y la recepción de este.			
Contenidos desarrollados: El saque y la recepción.			
Justificación de la Metodología: Se utilizará Flipped Classroom, para visualizar en casa como se realiza el saque y los diferentes saques que pueden hacer, además se utilizará la asignación de tareas, para aprender a sacar y a recibir. Y se utilizará asignación de tareas, para realizar os diferentes ejercicios en clase.			
Estilo Enseñanza: Flipped Classroom y asignación de tareas.		Estrategia: Mixta	
Agrupación: por parejas y posteriormente por grupos.			
Posición Profesor: Externa y pasado por los diferentes grupos.			
Tipo Feedback: Inmediato y final.			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.		4 min
	Super-volei: un juego que consiste en situar un grupo a un lado de la red, y el otro al otro lado, el objetivo consiste en tocar todo el balón antes de pasarlo, tendrán un balón por campo, es decir los alumnos deberán de estar atentos al balón suyo como al del otro equipo, ya que si lo lanzan y cae es punto para los otros. Gana el equipo que consiga 5 puntos.		6 min
Parte principal	Previamente visto en casa (Flipped Classroom) Video saque: https://www.youtube.com/watch?v=Ro8UAWYUqCs Video recepción: https://www.youtube.com/watch?v=eGLQtsVJ5kM Ejercicio 1: Los alumnos formarán parejas, y se situarán uno a cada lado de la red. El jugador que tiene el balón primero practicará el saque por debajo, y el compañero, cogerá el balón con las manos y lo devolverá por debajo de la red, de forma que practique el saque por bajo. Luego el compañero que recibe el balón, cambiará a practicar el saque por debajo. Una vez practicado los dos el saque por bajo, repetirán lo mismo, pero ahora practicando el saque por arriba.		10 min

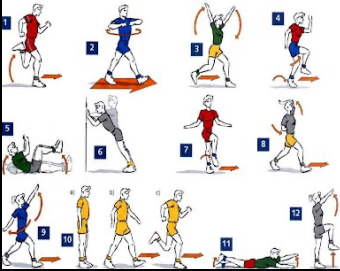
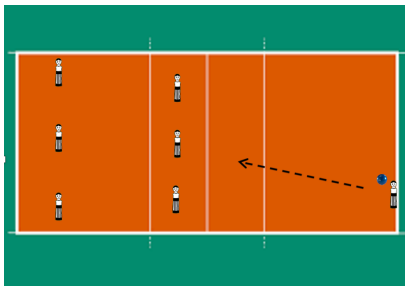
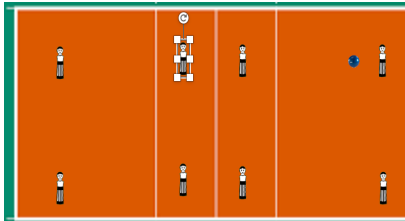
	<p>Ejercicio 2: Situado por parejas como antes, ahora el jugador que saca decidirá hacer el saque por debajo o por arriba, y el compañero deberá de recepcionar el saque y devolverlo, y se deberá continuar el punto y hacer un 1 contra 1. Luego el compañero que recepciona cambiará a sacar.</p> <p>Ejercicio 3: Ahora se enfrentarán 2 parejas, uno de la pareja será el jugador que saque, debe de sacar bien para que la otra pareja pueda colocar el balón, la pareja contraria al sacador, deberá de recepcionar el balón y pasársela al compañero para que este la devuelva al otro campo y poder continuar el punto. Sacará cada pareja 4 veces, alternando el saque es decir primero uno de la pareja y luego el otro, cuando lleguen a 4 saques cambiara la pareja sacadora.</p>	 	<p>10 min</p> <p>10 min</p>
<p>V. Calma</p>	<p>Estiramientos en círculo, y feedback sobre los videos previamente visto en casa.</p> <p>Recogida de material.</p> <p>Control de higiene.</p>		<p>5 min</p> <p>5min</p> <p>5 min</p>
<p>Actividades de Refuerzo: Subir la red y controlar el balón, es decir no realizar el pase directo, sino controlar el balón, después lanzárselo y pasarlo, también se pueden utilizar balones más grandes, para facilitar el golpeo. Para alumnos que practique voleibol, no podrán pasar el balón directamente en partidos, y en ejercicios, deberán de recibir el balón estando de espalda y a la señal girarse.</p>			
<p>Actividades de Ampliación: Proponer ejercicios para el saque y la recepción. Se presentará en una ficha.</p>			
<p>Observaciones:</p>			


Título Unidad Didáctica: Nos divertimos con el voleibol		Sesión nº 4/	
Curso: 4º ESO Trimestre: 2º			
Nombre de la Sesión: El remate.		Duración: 55 min	Tipo Sesión: Desarrollo
Instalaciones: Campo de voleibol y campo de futbol sala.		Material: Red, balones de voleibol, aros.	
		Nº Alumnos/as: 30	
Objetivos didácticos de la sesión: Aprender a realizar el remate			
Contenidos desarrollados: El remate.			
Justificación de la Metodología: Se utilizará Flipped classroom, para visualizar en casa como se realiza el remate, además se utilizará la asignación de tareas, para aprender a sacar y a recepcionar.			
Estilo Enseñanza: Flipped Classroom y asignación de tareas.		Estrategia: Analítica.	
Agrupación: por parejas y posteriormente por grupos.			
Posición Profesor: Externa y pasado por los diferentes grupos.			
Tipo Feedback: Inmediato y final.			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.		4 min 5 min
	Juego "Relevos" se sitúan dos filas una a cada lado de la red, el primer alumno lanzará la pelota al primero de la otra fila y este realizará lo mismo, de esta forma se irán pasando la pelota y cuando la golpees, se pasar por debajo de la red e irá a la fila contraria. (Se pueden hacer 4 filas)		
Parte principal	Previamente visto en casa (Flipped Classroom) Video remate: https://www.youtube.com/watch?v=LvhV3v7bIIE		
	Ejercicio 1: Primeramente, de forma individual, irán distribuidos por todas las pistas, deberán de simular un remate, pero sin golpear el balón, es decir hacer los tres pasos, saltar en el pie correspondiente y marcar el gesto. Ejercicio 2: Ahora se pondrán por tríos, de forma que un alumno tendrá el balón cerca de la red, otro alumno se situara a unos 2 metros y medio, y el otro se situará al otro lado de la red, de forma que el alumno que va a rematar deberá golpear el balón que será lanzado hacia arriba por el compañero situado en la red, en el suelo habrá 3 aros, para marcar donde van cada pie, el otro alumno que estará al otro lado de la red será el que deberá coger el balón para que así no se vaya lejos. Realizarán 2 remates cada uno y cambiarán de alumno, de forma que irán rotando.	 	8 min 10 min


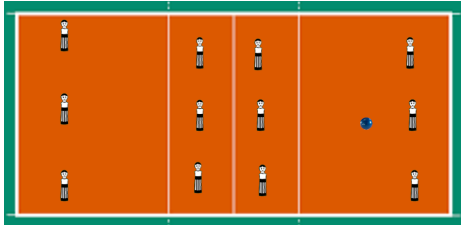
	<p>Ejercicio 3: Se formarán tríos, de forma que ahora el que va a rematar, se situara a 2 metros y medio, y lanzará con las manos el balón al compañero que está cerca de la red, para que este con toque de dedos, le levante el balón y este pueda rematar, el jugador al otro lado de la red deberá de coger el balón y devolverlo. Cambiaran cada 3 golpesos.</p> <p>Ejercicio 4: Partido 3 contra 3 aplicando el remate.</p>	 	<p>10 min</p> <p>10 min</p>
<p>V. Calma</p>	<p>Estiramientos en círculo, y feedback sobre los videos previamente visto en casa.</p> <p>Recogida de material.</p> <p>Control higiene</p>		<p>4 min</p> <p>4 min</p>
<p>Actividades de Refuerzo: Subir la red y controlar el balón, es decir no realizar el pase directo, sino controlar el balón, después lanzárselo y pasarlo, también se pueden utilizar balones más grandes, para facilitar el golpeo. Para alumnos que practique voleibol, no podrán pasar el balón directamente en partidos, y en ejercicios, deberán de recibir el balón estando de espalda y a la señal girarse. En caso de que los alumnos les cueste mucho saltar para pasar el balón por encima de la red, se les bajará la red para que puedan sobrepasarla con el golpe de remate.</p>			
<p>Actividades de Ampliación: Proponer ejercicios para el remate y variantes, se presentará en una ficha.</p> <p>Observaciones:</p>			

Título Unidad Didáctica: La competición de voleibol 2º		Sesión nº 5 /	Curso: 4 ESO	Trimestre:
Nombre de la Sesión: Acciones combinadas		Duración: 55 min	Tipo Sesión: Desarrollo	
Instalaciones: Campo de voleibol y campo de futbol sala.			Material: Red, balones de voleibol, aros. Alumnos/as: 30	
Objetivos didácticos de la sesión: Realizar acciones combinadas con los diferentes golpes.				
Contenidos desarrollados: Acciones combinadas.				
Justificación de la Metodología: Asignación de tareas.				
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas.			Estrategia: Global	
Agrupación: Por grupos de 3				
Posición Profesor: Externa			Tipo Feedback: Final	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>	
Parte principal	Calentamiento En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.		7 min	
	Ejercicio 1: 1 os alumnos se situarán por tríos, primero de todo, el alumno 1 realizará un saque y uno de los dos compañeros, deberá de hacer toque de dedos o antebrazos y pasar la bola a su compañero, de modo que este se la devolverá al jugador 1. Los alumnos irán rotando todos para que todos realicen todas las funciones.		10 min	
	Ejercicio 2: Realizarán lo mismo que en el ejercicio anterior, pero ahora incluyendo el remate, de forma que un alumno recepcionará la pelota, se la pasara a su compañero y este deberá de lanzar la pelota cómoda para que el compañero que ha recepcionado pueda realizar un remate.		10 min	
	Ejercicio 3: Ahora se juntarán dos grupos de 3 alumnos, uno a cada lado de la red, deberán de realizar un partido, pero con el objetivo de que no caiga la pelota, es decir solo pasar la pelota, pero mínimo debe de tocarla un jugador del mismo equipo, de esta forma no podrán devolver la pelota con el primer toque.		10 min	
Ejercicio 4: 3 vs 3, pero ahora deberán de hacer punto, y para que el punto sea válido, no podrán pasar la pelota con el primer toque, y mínimo deberá de haber un toque de antebrazos, y un toque de dedos, de esta forma los alumnos prepararán el punto.			12 min	

			
V. Calma	<p>Estiramientos en círculo, y feedback sobre la sesión.</p> <p>Control higiene</p>		6 min
<p>Actividades de Refuerzo: Subir la red y controlar el balón, es decir no realizar el pase directo, sino controlar el balón, después lanzárselo y pasarlo, también se pueden utilizar balones más grandes, para facilitar el golpeo. Para alumnos que practique voleibol, no podrán pasar el balón directamente en partidos, y en ejercicios, deberán de recibir el balón estando de espalda y a la señal girarse.</p> <p>Actividades de Ampliación: Proponer una sesión de transiciones en el voleibol.</p>			
<p>Observaciones:</p>			

Título Unidad Didáctica: Nos divertimos con el voleibol		Sesión nº 6/ Curso: 4 ESO	
Trimestre: 2º			
Nombre de la Sesión: El posicionamiento		Duración: 55 min	Tipo Sesión: Desarrollo y evaluativa
Instalaciones: Pista de vóleibol y campo de futbol sala		Material: Balones de voleibol, red.	
Nº Alumnos/as: 30			
Objetivos didácticos de la sesión: Conocer el posicionamiento y la rotación en el voleibol.			
Contenidos desarrollados: Posicionamiento y rotación.			
Justificación de la Metodología: La metodología utilizada, Flipped Classroom, a la hora de visualizar el video de las posiciones y los roles, también utilizaran asignación de tareas y microenseñanza.			
Estilo Enseñanza: Flipped Classroom, asignación de tareas y microenseñanza.			Estrategia: Mixta
Agrupación: Por grupo.			
Posición Profesor: Externa		Tipo Feedback: Final	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min
Calentamiento	En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.		5 min
	<p>Video sobre posicionamiento y roles, previamente visto en casa: https://www.youtube.com/watch?v=T08dXv9vZqI&ab_channel=SikanaES</p> <p>Ejercicio 1: Por equipos de 7, primero deberían de situarse en 3 en zona defensiva y 3 en zona de atacante, uno del grupo será el libero que será el encargado de recepcionar la pelota que lanzará el compañero que estará situado al otro lado de la red, es decir el jugador restante, sacara y los jugadores de la zona defensiva serán los encargados de recepcionar la pelota y pasarla. Habrá una regla, para pasar el balón es necesario que la toquen 3 personas de esta forma realizarán la recepción, la colocación y el pasar el balón. Cada saque que no consigan restar, se sumara punto para el sacador, y si en el siguiente saque consiguen realizar los 3 pases, rotaran de posiciones. Se cambiará de sacador cada 4 saques. (Habrá dos grupos de 8 donde se irán alternando a la hora de sacar, los otros 2 grupos serán de 7)</p> <p>Ejercicio 2: Partido de 4 contra 4 preparándose para la evaluación de la próxima semana.</p>	 	15 min 15 min

	(Se jugarán 6 partidos de 4 contra 4 y los otros 6 restantes jugarán 3 contra 3):		
V. Calma	Realizarán un Kahoot, que recopilará preguntas de las sesiones anteriores. Enlace: https://create.kahoot.it/share/tecnica-y-tactica/53770fdf-557a-4f43-b0ae-70aa72964290 (cuestionario evaluativo 15%) Control de Higiene		15 min 5 min
Actividades de Refuerzo: Subir la red y controlar el balón, es decir no realizar el pase directo, sino controlar el balón, después lanzárselo y pasarlo, también se pueden utilizar balones más grandes, para facilitar el golpeo. Para alumnos que practique voleibol, no podrán pasar el balón directamente en partidos, y en ejercicios, deberán de recibir el balón estando de espalda y a la señal girarse.			
Actividades de Ampliación: Proponer una sesión del posicionamiento en voleibol.			
Observaciones:			

Título Unidad Didáctica: Nos divertimos con el voleibol		Sesión nº 7 / Curso: 4 ESO	
Trimestre: 2º			
Nombre de la Sesión: Evaluación final.		Duración: 55 min	Tipo Sesión: Evaluativa.
Instalaciones: Campo de voleibol		Material: Red y balones de voleibol.	
Nº Alumnos/as: 30			
Objetivos didácticos de la sesión: Jugar el partido para observar si los alumnos han aprendido.			
Contenidos desarrollados: Evaluación.			
Justificación de la Metodología: Microenseñanza, ya que los jugadores van a realizar un partido.			
Estilo Enseñanza: Microenseñanza.		Estrategia: Global	Agrupación: Por equipos.
Posición Profesor: Externa		Tipo Feedback: Final	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	En el patio, Primero los alumnos se situarán en círculo, y el profesor será el que dirigirá la movilidad articular, es decir, habrá que seguir los pasos del profesor.		5 min
Parte principal	Ejercicio 1: Partido de 4 contra 4, con cambios, para poder evaluar a todos los jugadores. (se evaluará con la rúbrica 50%)		45 min
V. Calma	Recogida material. Control de Higiene.		5 min
Actividades de Refuerzo: Arbitrar el partido.			
Actividades de Ampliación: Para alumnos que quieran sacar más nota, podrán ir a ver un partido de voleibol del equipo de Xàtiva, y después presentar una ficha, además de presentar un video con momentos del partido. El video lo podrán hacer a través del móvil o utilizando videopad que es un programa gratuito.			

Observaciones:

VII. CONCLUSIONES

7. CONCLUSIONES

Hoy en día, y con la llegada de la pandemia del COVID.19, la educación se ha visto obligada a hacer un mayor uso de las competencias digitales dentro de las aulas. En el ámbito de la educación física, el uso de las TIC ha sido muy importante, ya que en la actualidad, la educación física en las aulas tiene un total de unas 2 horas semanales, este hecho provoca que los docentes deban exprimir al máximo el tiempo durante las clases para poder transmitir a los alumnos los conocimientos deseados, por eso en este trabajo se ha realizado una amplia búsqueda científica sobre la metodología Flipped Classroom, ya que permite “ganar tiempo” dentro de las aulas, de modo que los alumnos fuera del horario escolar, visualizan videos, webs, realizan cuestionarios... que permiten que el alumno adquiera conocimientos previos para poder aplicarlos en el aula, de este modo durante la clase ya se parte de una base y es mucho más fácil tanto para el alumno como para el profesor además de hacer que el alumnado se sienta motivado y mantenga el interés debido a tener unos conocimientos previos de lo que se refiere al deporte a practicar.

Durante la realización de este trabajo, se han observado diferentes experiencias en la utilización de Flipped Classroom, y como conclusión se extrae que los alumnos mostraran mayor interés y una motivación extra debido a conocer de antemano, aunque fuera vagamente la temática a tratar en las clases de educación física, aunque el inconveniente es que realmente los docentes experimentados se sientan reticentes a la utilización de esta metodología.

El presente TFM ha conseguido llevar a cabo los objetivos de realizar una amplia búsqueda científica sobre la metodología Flipped Classroom y programar una unidad didáctica aplicando esta metodología.

En cuanto a la UD realizada, ha sido diseñada de manera intencionada utilizando la metodología Flipped Classroom, donde también se ha llevado a cabo la utilización de diversos elementos evaluativos para la evaluación de los alumnos. Cabe destacar que esta UD solo se ha programado, no ha sido puesta en práctica por eso este material puede ser utilizado como una propuesta a tener en cuenta en el futuro, aunque con la nueva normativa deberá ser revisada antes de llevarla a la práctica.

Por último, esta UD ha sido propuesta utilizando una metodología de innovación educativa que incluye la utilización de Tics y una mejor gestión temporal para de este modo optimizar la clase de educación física a la par que intentar provocar en los alumnos estímulos nuevos y despertar su interés.

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

8. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA.

Durante la realización de este trabajo, encontramos como mayor limitación de este trabajo, el no haber podido poner en práctica la UD sobre voleibol, ya que la mejor manera para ver cómo funciona el método Flipped Classroom es poniéndola a prueba en un centro educativo.

También hay otros inconvenientes que dificultan la puesta de esta UD en un centro, como pueden la falta de experiencia de algunos profesores en las TIC, o la falta de interés por parte del alumnado de realizar un trabajo adicional en casa de visionado de vídeos o realización de cuestionarios como trabajo autónomo, sería momento de cambiar el concepto de realización de deberes en casa por preparación previa de clases en sus mentes. Por otro lado, como ya he comentado antes, un gran inconveniente es el poco tiempo del que disponen los docentes de Educación Física para la realización de las sesiones, creo que esto dificulta mucho el no poder tener un buen aprendizaje para el alumnado.

En cuanto a posibles futuros proyectos, creo que sería clave el poder poner en práctica esta UD realizada y de este modo poder observar cómo funciona una vez aplicada, ver la implicación del alumnado y el profesorado y poder mejorar aquello que pueda dificultar el aprendizaje.

IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Albaladejo, C. B. (2016). Acerca de la utilidad del aula invertida o flipped classroom. *XIV Jornadas de Redes de Investigación en Docencia Universitaria: investigación, innovación y enseñanza universitaria: enfoques pluridisciplinares, 2016*, ISBN 978-84-608-7976-3, págs. 1466-1480, 1466-1480. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5601467>
- Ambrós, Q. P., Foguet, O. C., & Rodríguez, J. L. C. (2013). Introducción de las TIC en educación física. Estudio descriptivo sobre la situación actual. *Apunts: Educación física y deportes*, 113, 37-44.
- Campillo, R. L. M. (2017). Implementación del puzle de aronson apoyado en el flipped classroom para la medición de la condición física en los alumnos de 2º de ESO. *Revista Española de Educación Física y Deportes: REEFD*, 417, 21-37.
- Celaya, L., Campión, R., & Sota, J. M. (2020). ¿Estamos técnicamente preparados para el flipped classroom? Un análisis de las competencias digitales de los profesores en España. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, 25, 275-311. <https://doi.org/10.18172/con.4218>
- Clack, L., & Ellison, R. (2018). Innovative Approaches to Management Education. *Journal of Management Policies and Practices*, 6, 6-9. <https://doi.org/10.15640/jmpp.v6n1a2>
- Cruz, H., & Supo, V. (2019). El Aprendizaje Flip Learning centrado en el estudiante como generador de calidad educativa. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 4, 427. <https://doi.org/10.35381/r.k.v4i8.293>
- Cuenca Ruano, P., García Martínez, S., Ferriz Valero, A., & Tortosa-Martínez, J. (2021). *Análisis comparativo de los perfiles motivacionales y el Estado de Flow entre una metodología tradicional y la metodología Flipped Classroom en estudiantes de Educación Física*. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/108285>
- Cortés Rincón, Albenis; Tejada Fernández, José, dir.; Ruíz Bueno, Carmen, dir. Prácticas innovadoras de integración educativa de TIC que posibilitan el desarrollo profesional docente : un estudio en instituciones de niveles básica y media de la

- ciudad de Bogotá (Col)*. 1 recurs en línia (312 pàgines). ISBN 9788449065972. <<https://ddd.uab.cat/record/175877>> [Consulta: 7 juliol 2022].
- Del Cos, J. (2017). *Mannequin Flipped*. Zaragoza: *The Flipped Classroom*. Recuperado de <https://www.theflippedclassroom.es/mannequin-flipped/>
- Domínguez, H. G., & Bezanilla, M. J. (2019). Una revisión sistemática de la metodología flipped classroom a nivel universitario en España. *Innoeduca: international journal of technology and educational innovation*, 5(1), 81-90.
- Estrada, V. (2015b). ¿Flippeas o qué? Madrid: *The Flipped Classroom*. Recuperado de <https://www.theflippedclassroom.es/flippeas-o-que-experiencia-comparativa-entre-dos-grupos-del-mismo-cursotrabajando-la-misma-unidad-didactica-uno-de-ellos-de-forma-tradicional-y-el-otro-con-clase-invertida/>
- Estrada, V. (2016). Flippeando el voleibol: ataque y defensa. Madrid: *The Flipped Classroom*. Recuperado de <https://www.theflippedclassroom.es/flippeando-el-voleibol-ataque-y-defensa/>
- Estrada, V. (2017). Nuestros alumnos “se” aprenden. Madrid: *The Flipped Classroom*. Recuperado de <https://www.theflippedclassroom.es/nuestros-alumnos-se-aprenden/>
- Ferreres Franco, C. (2011). La integración de las tecnologías de la información y de la comunicación en el área de la educación física de secundaria: Análisis sobre el uso, nivel de conocimientos y actitudes hacia las tic y de sus posibles aplicaciones educativas [Ph.D. Thesis, Universitat Rovira i Virgili]. En *TDX (Tesis Doctorals en Xarxa)*. <http://www.tdx.cat/handle/10803/52837>
- Gómez García, I., Lemus, N., & Toledo Morales, P. (2015). LAS FLIPPED CLASSROOM A TRAVÉS DEL SMARTPHONE: EFECTOS DE SU EXPERIMENTACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA SECUNDARIA. *Prisma Social*, 296-351.
- Guy, R., & Marquis, G. (2016). Flipped Classroom: A Comparison Of Student Performance Using Instructional Videos And Podcasts Versus The Lecture-Based Model Of Instruction. *Issues in Informing Science and Information Technology*, 13, 001-013. <https://doi.org/10.28945/3461>

- Hernández-Silva, C., & Tecpan, S. (2017). Aula invertida mediada por el uso de plataformas virtuales: Un estudio de caso en la formación de profesores de física. *Estudios pedagógicos*, 43(3), 193-204.
- Lage, M., Platt, G., y Treglia, M. (2000). Inverting the Classroom: A gateway to creating an inclusive learning environment. *The Journal of Economic Education*, 31 (1), 30-34.
- Lundin, M., Bergviken-Rensfeldt, A., Hillman, T., Lantz-Andersson, A., & Peterson, L. (2018). Higher education dominance and siloed knowledge: A systematic review of flipped classroom research. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 15. <https://doi.org/10.1186/s41239-018-0101-6>
- MARCO COMÚN DE COMPETENCIA DIGITAL DOCENTE OCTubre 2017. (2017). 83.
- Marqués, A., Corrales, F. R. G., Martins, J., Catunda, R., & Sarmiento, H. (2017). Association between physical education, school-based physical activity, and academic performance: A systematic review. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 316-320.
- Mendoza, Y. D. S. (2017). Aprendizaje autónomo y competencias. *Dominio de las Ciencias*, 3(Extra-1), 241-253.
- Østerlie, O. (2016). *Flipped Learning in Physical Education: Why and how?* (pp. 166-176). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.19758.31048>
- Prieto Espinosa, A., Prieto Campos, B., & Pino Prieto, B. del. (2016). *Una Experiencia de flipped classroom*. 237-244. <https://upcommons.upc.edu/handle/2117/90273>
- Pérez, Mariana. (Última edición:23 de junio del 2022). Definición de Educación Física. Recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/educacion-fisica/>. Consultado el 5 de julio del 2022
- Portada | *Aulaplaneta*. (2022). [aulaplaneta. https://www.aulaplaneta.com](https://www.aulaplaneta.com)
- Wasserman, N. H., Quint, C., Norris, S. A., & Carr, T. (2017). Exploring Flipped Classroom Instruction in Calculus III. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 15(3), 545-568. <https://doi.org/10.1007/s10763-015->

Yang, C., Chen, A., & Chen, Y. (2021). College students' stress and health in the COVID-19 pandemic: The role of academic workload, separation from school, and fears of contagion. *PLOS ONE*, *16*(2), e0246676. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246676>

Zainuddin, Z. (2018). Students' learning performance and perceived motivation in gamified flipped-class instruction. *Computers & Education*, *126*. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2018.07.003>

WEBGRAFÍA

- Figura 1: *Vista del centro IES Lluís Simarro*. extraída de https://www.eldiario.es/comunitat-valenciana/rus-educativo-sobrecoste-universidad-catolica_1_4186807.html
- Figura 2: *Interior IES Lluís Simarro* extraída de <https://ieslluissimarro.org/projectes/barts/ies-dr-lluissimarro-lacabra/>
- Figura 3: *Entrada al IES Lluís Simarro* extraída de <https://portaldexativa.es/xativa/jornada-de-huelga-en-el-ies-simarro-por-el-calor-y-los-recortes/>

X ANEXOS

10 ANEXOS

Tabla 4. Lista de control

MES:				CURSO:		
ALUMNO	ASISTENCIA 40%		PARTICIPA 30%		HIGIENE 30%	
Alumno 1	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
Alumno 2	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
Alumno 3	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
Alumno 4	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
Alumno 5	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO
Alumno 6	SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO

***Marca con un X la opción.**

Kahoot inicial: https://kahoot.it/challenge/881e5133-697f-4cf3-a5dc-af046365ca48_1655718608028

Kahoot sobre reglamento: <https://create.kahoot.it/share/tecnica-y-tactica/53770fdf-557a-4f43-b0ae-70aa72964290>

Tabla 5. Rúbrica

	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Golpeos: toque de dedos, antebrazos, saque, remate...	Realiza los diferentes golpes y su aplicación en el momento correcto	Realiza los diferentes golpes correctamente, pero a veces los aplica en momentos incorrectos	Realiza algunos golpes de forma errónea y a veces elige bien qué tipo de golpeo utilizar	No realiza los golpes correctamente, ni tampoco los utiliza en los momentos adecuados
Actitud y participación.	Muestra actitud y participación en el juego además de integrarse por completo en el	Tiene actitud y participación durante el juego, pero no se integra	Muestra poca actitud y participación durante el juego	No tiene actitud ni participa en el juego
Posicionamiento.	Conoce y aplica los roles atacante y defensor	Conoce los roles atacante y defensor, pero durante la práctica tiene confusiones	Conoce los roles atacante y defensor, pero no los aplica durante el juego	No conoce los roles atacante y defensor y no los aplica
Reglas: rotación, quien saca, quien gana, lo que se permite, lo que no...	El jugador siempre conoce y aplica las reglas	El jugador no siempre conoce y aplica algunas reglas del juego	El jugador muchas veces desconoce las reglas.	El alumno no aplica las reglas

Utilizada para valorar la última sesión.