



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

**PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA
BASADA EN UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA:
EL PICKLEBALL**

Presentado por:

HÉCTOR CONDE DO PAZO

Dirigido por:

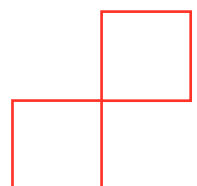
José Serrano Durá

CURSO ACADÉMICO 2022- 23

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer el tiempo dedicado por mi tutor del cual he aprendido mucho durante todo el máster y especialmente con la elaboración del TFM.

También a los trabajadores del centro Sagrado Corazón de Placeres por su ayuda.



ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.....	9
1.1.-Introducción-Justificación del tema objeto de estudio del TFM.....	10
II. MARCO TEÓRICO.....	13
2.1. Los deportes alternativos.....	15
2.2 Deportes alternativos y educación física.....	17
III. OBJETIVOS.....	21
3.1.- Objetivos Generales.....	22
3.2.- Objetivos Específicos.....	22
IV. METODOLOGÍA.....	25
V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.....	29
5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia.....	30
5.3.- Presentación de la programación didáctica del centro donde se han realizado las prácticas.....	33
5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora.	43
VI. DESARROLLO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA PROPUESTA.....	49
6.1. Reflexión y cambios sobre la unidad didáctica aplicada.....	77
VII. CONCLUSIONES.....	79

VIII LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA	83
IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	87
X ANEXOS	93
10.1. Rúbrica para el juego real.....	94
10.2. Lista de cotejo para el trabajo diario	95
10.3. Lista de cotejo para el arbitraje	96
10.4. Ficha de coevaluación para el alumnado.....	97
10.5. Competición: sistema de competición, cruces y eliminatorias.....	98

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: *Unidades didácticas de la programación de Educación Física del centro*

Tabla 2: *Descriptores operativos de la programación de Educación Física del centro*

Tabla 3: *Objetivos específicos de la materia de Educación Física*

Tabla 4: *Relación de los objetivos con las competencias clave.*

Tabla 5: *Relación de las UD con los elementos de evaluación y sus porcentajes.*

Tabla 6: *Análisis crítico de la programación de Educación Física*

ÍNDICE DE ABREVIATURAS

CC: Competencia ciudadana.

CE: Competencia emprendedora.

CCEC: Competencia en conciencia y expresión culturales.

CCL: Competencia en comunicación lingüística.

CD: Competencia digital.

CPSAA: Competencia personal, social y de aprender a aprender.

CP: Competencia plurilingüe.

DOG: Diario Oficial de Galicia

EF: Educación física

ESO: Educación Secundaria Obligatoria

LOMCE: Ley orgánica de mejora de la calidad de la enseñanza

OBJ: objetivo

OMS: Organización Mundial de la Salud

PEC: Proyecto Educativo de Centro

STEM: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería

TFM: Trabajo Fin de Máster

TIC: Tecnologías de la Información y la Comunicación

UD: Unidad didáctica

RESUMEN

Se propone la realización de una unidad didáctica para el curso de 3º de la ESO, momento en el que el alumnado está en un período formativo más avanzado en cuanto a habilidades motrices, sin haberlo culminado. Con esta unidad didáctica se pretende dotar al proceso de enseñanza de una mayor motivación a través del uso de un deporte alternativo, el pickleball, y así alcanzar los objetivos y desarrollar las competencias marcadas en el currículo. El aspecto más destacable de este deporte es la baja probabilidad de que haya sido practicado con anterioridad, al tratarse de un deporte alternativo, lo que nos evita la existencia de una disparidad de base entre el alumnado (entendiendo que debido a las capacidades motrices específicas, es inevitable que no existan diferencias), como podría pasar en otros deportes (fútbol, baloncesto, bádminton, etc.), que ya podrían estar siendo practicados, lo que daría lugar a diferencias más pronunciadas. Además, al tratarse de un deporte alternativo, en este caso siendo una adaptación y mezcla entre el tenis, bádminton y ping-pong, deportes de pala complejos y de difícil adaptación para el ámbito escolar, su inclusión en el currículo escolar permitiría la práctica de un deporte de pala de manera sencilla y más igualitaria.

Palabras clave: educación física, deporte alternativo, pickleball

ABSTRACT

It is proposed to carry out a didactic unit for the 3rd year of compulsory secondary education, at which time the students are in a more advanced formative period in terms of motor skills, without having completed it. With this didactic unit it is intended to provide greater motivation to the teaching process through the use of an alternative sport, pickleball, and thus achieve the objectives and develop the skills set out in the curriculum. The most notable aspect of this sport is the low probability that it has been practiced before. As it is an alternative sport, there is no starting disparity among the students (understanding that due to specific motor skills, it is inevitable not to find some differences). This could happen in other sports (football, basketball, badminton, etc.) that students may be already practicing could already be practicing, therefore giving rise to more pronounced differences. In addition, as it is an alternative sport, a mixture of tennis, badminton and table tennis, complex racquet sports that are difficult to adapt to the school environment, its inclusion in the school curriculum would allow the practice of a racquet sport in a more egalitarian and simple way.

Keywords: Physical Education, alternative sport, pickleball

I. INTRODUCCIÓN

1. INTRODUCCIÓN

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

El presente Trabajo de Fin de Máster (TFM) tiene como objetivo diseñar una intervención educativa centrada en los deportes alternativos, con un enfoque particular en el pickleball, con el propósito de promover la participación activa y el desarrollo integral de los estudiantes. Como indican Höner y Demetriou (2014) la asignatura de educación física posee las herramientas necesarias para transmitir hábitos de vida más saludables y activos, siendo estos uno de los objetivos establecidos por el Decreto 156/2022, de 15 de septiembre. En un contexto en el que la educación física tradicional tiende a centrarse en deportes convencionales y competitivos, es fundamental explorar nuevas alternativas que fomenten la diversidad de prácticas deportivas y promuevan la inclusión de todos los alumnos.

Los deportes alternativos se caracterizan por su enfoque innovador, que combina elementos de diferentes disciplinas deportivas, y ofrecen una experiencia enriquecedora y desafiante para los participantes. El pickleball, en particular, ha ganado popularidad en los últimos años debido a su accesibilidad, facilidad de aprendizaje y versatilidad en términos de adaptabilidad a diferentes grupos de edad y niveles de habilidad. Este deporte, que combina el tenis, el bádminton y el ping-pong, se juega en una pista más pequeña y con palas y pelotas especiales, lo que lo convierte en una opción atractiva para ser implementada en el ámbito educativo.

Según el Decreto 156/2022, de 15 de septiembre, entre los objetivos de la asignatura de educación física se encuentra el de compartir espacios de prácticas físico-deportivas con independencia de las diferencias no solo culturales y sociales, sino también de género y de

habilidad, y para ello, el pickleball resulta de gran utilidad, ya que se juega por parejas, pudiendo ser estas mixtas o no. González-Coto et al. (2022) consideran que los deportes alternativos fomentan la igualdad, cooperación, inclusión e igualdad ya que pueden ser practicados por cualquier persona independientemente de sus características y capacidades.

Así los deportes alternativos sirven como herramientas que no sólo fomentan el hábito deportivo, sino que también contribuyen a aumentar las actitudes recreativas, de cooperación y de comunicación, dejando en un segundo plano el carácter competitivo, tan marcado en los deportes convencionales, tal y como indican Carillo et al. (2016)

Antes de iniciar las prácticas del presente master, mi idea inicial era realizar un TFM sobre un deporte de palas, habiendo pensado inicialmente en el bádminton. Una vez comenzado el trabajo con el alumnado y viendo las características del mismo y del propio centro me decanté por la elección del pickleball, el cual no solo resulta novedoso por ser menos conocido, sino que, debido a que no es un deporte convencional resultaba más difícil que hubiese alumnos/as que lo practicasen con anterioridad y por lo tanto que existiera una disparidad marcada en cuanto al nivel del alumnado.

La justificación de este trabajo se basa en la necesidad de promover una educación física más inclusiva y diversa, que permita a los estudiantes explorar y disfrutar de diferentes prácticas deportivas.

En estudios realizados por López-Sánchez et al. (2020) y por Robles-Rodríguez & Robles-Rodríguez (2021), este tipo de deporte no tiene un gran número de deportistas a nivel mundial y por lo tanto no suelen ser enseñados en los centros educativos por tratarse de disciplinas desconocidas.

La incorporación de deportes alternativos, como el pickleball, en las unidades didácticas de educación física puede contribuir al desarrollo integral de los alumnos, estimulando habilidades motoras, coordinación, trabajo en equipo, estrategias tácticas y valores fundamentales como el respeto y la colaboración.

La intervención propuesta en este TFM consistirá en el diseño y desarrollo de una unidad didáctica específica, dirigida a un grupo de alumnos de un determinado nivel educativo. Se establecerán los objetivos de aprendizaje, se diseñarán actividades y se emplearán recursos pedagógicos que fomenten la adquisición de habilidades y conocimientos relacionados con los deportes alternativos, en especial el pickleball. Además, se realizará un análisis de los resultados obtenidos para evaluar la efectividad de la intervención y su impacto en los estudiantes.

En conclusión, en este Trabajo de Fin de Máster se propone la implantación de una unidad didáctica que incluya los elementos prescriptivos curriculares de un deporte alternativo, el pickleball, como una alternativa valiosa en el ámbito educativo. A través de una intervención educativa diseñada específicamente para promover la participación activa y el desarrollo integral de los alumnos, se busca contribuir al enriquecimiento de la educación física y fomentar la diversidad de prácticas deportivas en el contexto escolar

II. MARCO TEÓRICO

2. MARCO TEÓRICO

La asignatura de Educación Física brinda a la población en edad escolar, la posibilidad de realizar de forma periódica actividad física. Es una asignatura que permite durante el proceso de enseñanza-aprendizaje aplicar y transmitir hábitos de vida saludables y más activos permitiendo reducir el posible estilo de vida sedentario del alumnado (Gil et al., 2020).

Según el Decreto 86/2015, del 25 de julio, por el que se establece el currículo de la Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Galicia, las competencias en EF “persiguen consolidar un estilo de vida activo y saludable que le permita al alumnado perpetrarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y de la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud” (DOG Núm. 183, p. 50141).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) recomienda la práctica en promedio de 60 minutos al día de actividad física para personas en edad infantil y adolescente; mientras que, según la legislación actual, establecida por la LOMLOE, la Educación Física en la ESO debe tener una carga horaria mínima de 2 horas semanales (Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre), es decir, muy por debajo de lo recomendado.

Es por ello, por lo que no sólo es necesario fomentar la práctica de actividad física por el bienestar físico, sino que además tal y como indican Balaguer et al. (2008), los beneficios psicológicos de la actividad física mejoran aspectos relacionados con el autoconcepto, que se define según la Real Academia Española (RAE, 2022), como la opinión que una persona tiene sobre sí misma. A pesar de los beneficios de la EF a nivel físico y psicológico, de los objetivos planteados en el currículo de secundaria y de la importancia de la asignatura, existe un desinterés

hacia la actividad físico-deportiva fuera del contexto escolar (Fin et al., 2017). Por eso, es fundamental que la EF se traslade a otras dimensiones con la finalidad de contribuir a una mejora en la calidad de vida.

2.1. Los deportes alternativos

Tal y como se ha mencionado anteriormente, se observa en general poco interés por parte del alumnado en la práctica de cualquier actividad física, debido al tipo de sociedad actual, que aboga por el sedentarismo.

El currículo de Educación física de la comunidad autónoma de Galicia, busca construir y consolidar desde la materia una competencia motriz que garantice el desarrollo integral del alumnado, de forma global e interdisciplinar, ya que “el movimiento es un elemento esencial e indisociable del aprendizaje” (DOG Núm. 183, p. 50140). Para ello, se proponen 6 bloques sobre los cuales deberán desarrollarse las unidades didácticas, pero sin apuntar hacia prácticas o manifestaciones concretas, dejando de esta forma a criterio del profesorado el enfoque a adoptar.

Con base en ello, se ha optado por realizar una unidad didáctica centrada en un deporte de alternativo.

Parlebas en 1981 (citado por Corrales, 2010) define el deporte como una situación motriz de competición institucionalizada.

Años más tarde, en el 2001, Castejón (citado por Robles, 2008) ofrece una definición mucho más global en la que ya se podría incluir los deportes alternativos:

actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales y/o en cooperación con otro/s, de

manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo (págs. 41-43)

Hacia comienzos del siglo XXI se empieza a definir el concepto de deportes alternativos. Sauri (2005) entiende como deporte tradicional aquel que es practicado con las mismas herramientas y de la misma forma que se hacía en el pasado, pudiendo ser adaptado, pero sin perder la esencia inicial que se ha ido transmitiendo. A su vez, Barbero (2000) definió el deporte alternativo como todo aquel que se diferencia del tradicional, ya sea por la utilización de un material cuyo objetivo inicial no era para la realización de actividad de carácter físico-deportiva o si su fin sí se correspondía a eso, éste se utiliza de una forma diferente.

Por otra parte, Hernández (2007) entiende el deporte alternativo como “aquel conjunto de deportes que, en contraposición con los modelos convencionales comúnmente aceptados, pretenden lograr un mayor carácter participativo y/o un explícito desarrollo de valores sociales, a través de modificaciones reglamentarias y/o la utilización de material novedoso”. Además, cabe resaltar que este autor le da gran valor a la implicación del alumnado en estos deportes, ya que permite que se descubra a sí mismo por medio de la participación activa en un contexto lúdico.

Es importante destacar que los deportes alternativos a pesar de compartir características con los deportes de tipo cooperativo, pueden presentar un cierto grado de competición sin llegar a ser éste el objetivo final, tal y como afirma Requena (2008).

Se puede observar que todas las definiciones de deporte alternativo siguen una cierta corriente compartiendo una idea en común y resaltando aspectos como la participación, material novedoso, escaso valor competitivo, etc.

Ortí (2004) considera que los deportes alternativos no son nuevos, sino que ya existían, pero se utilizaban en otros ámbitos como el recreativo, casos de malabares, animación, u otro practicados en el tiempo libre y de ocio como las palas o la petanca.

Jiménez (2010) propone la aparición de los juegos alternativos en España en la década de los 90 a partir de los seminarios de INEF en Madrid que originalmente se llamaron “Deportes Alternativos para el año 2000” pasando a llamarse posteriormente a “juegos y deportes alternativos”.

2.2 Deportes alternativos y educación física

Siguiendo a Ruiz (1996) la población demanda un sistema educativo de calidad, con metodología y recursos didácticos actualizados y con una formación continuada que proponga alternativas a las opciones ya existentes.

Los deportes alternativos surgen como un recurso para enriquecer a la Educación física, introduciendo elementos nuevos que facilitan el interés, aumentan la motivación y posibilitan la intervención y participación del alumnado, intentando evitar de esa forma el rechazo y la estandarización de los deportes convencionales.

Manteniendo esa misma línea de pensamiento de Ruiz (1996), una de las razones por la que utilizar los deportes alternativos es que ofrecen innovadoras posibilidades educativas, recreativas, etc. alejándose de la rutina y poca motivación que se puede dar en la práctica de deportes tradicionales.

Como indica Maza Alcubierre (2016) los deportes alternativos fueron incluidos en el currículo de Educación física otorgándole un nuevo enfoque, más cercano y con contenido poco

habitual para el alumnado, lo que además de generar interés favorece el desarrollo de la coeducación y la igualdad.

Según Lara y Cachón (2010), los deportes alternativos han sido muy utilizados en los últimos años, aunque aún hay un gran sector dentro del profesorado que no los usa asiduamente.

En la Ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, se puede leer:

Artículo 7. Objetivos

“k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. (...). Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, (...).”

De igual forma, en el Decreto 156/2022, de 15 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la ESO en la Comunidad Autónoma de Galicia, se establecen como objetivos de la asignatura:

“OBJ1: Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.”

“OBJ3: Compartir espacios (...), priorizando el respeto entre los participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia (...) para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.”

A pesar de que ni a nivel estatal ni a nivel autonómico se mencione de forma clara los deportes alternativos mediante el currículo, podemos justificar su utilización del mismo modo que se justifica la inclusión de deportes convencionales.

En esa línea Hernández (2007) afirma que, en las últimas décadas, se han ido incorporando actividades alternativas por parte del profesorado de Educación Física, y estas han sido capaces de cambiar la tendencia a imperar de una única orientación deportiva, favoreciendo nuevas perspectivas de desarrollo.

Por estas razones, se propone la realización de una unidad didáctica basada en un deporte alternativo, ya que además de cumplir con los objetivos del currículo, resultan motivadoras para todos los alumnos/as.

III. OBJETIVOS

3. OBJETIVOS

El objetivo principal de un TFM de estas características es mostrar los conocimientos adquiridos durante la realización del Máster Universitario en Formación del Profesorado, así como resaltar aquellas habilidades obtenidas durante el periodo de prácticas, que permiten, no sólo el análisis del alumnado sobre el que se incide en el ejercicio de las funciones docentes, sino la programación de contenidos y actividades en función de la etapa educativa en la que se encuentran acordes a las necesidades del estudiantado.

Por ello, como objetivos generales se proponen los siguientes:

3.1.- Objetivos Generales

1. Desarrollar una unidad didáctica completa y efectiva para la enseñanza del pickeball, que cumpla con los estándares curriculares y promueva el aprendizaje significativo del alumnado.
2. Desarrollar habilidades y competencias pedagógicas en el ámbito de la formación del profesorado, mediante la planificación, diseño, implementación y evaluación de una unidad didáctica.
3. Realizar un análisis crítico sobre la programación didáctica del centro Sagrado Corazón de Placeres, así como proponer propuestas de mejora.

3.2.- Objetivos Específicos

Entre los objetivos específicos se encuentran:

- 1.1.- Desarrollar 9 sesiones de una UD de pickeball para 3º de la ESO, considerando los diferentes elementos curriculares (objetivos, contenidos, competencias, evaluación y recursos)
- 1.2.- Diseñar actividades y recursos pedagógicos que fomenten la participación activa y el interés del alumnado.
- 1.3.- Establecer estrategias de evaluación adecuadas para medir el logro de los objetivos de aprendizaje
- 1.4.- Integrar las TIC en la unidad didáctica
- 1.5.- Reflexionar sobre la práctica docente y proponer mejoras sobre el uso de las TIC, la metodología, la evaluación, la atención a la diversidad y las actividades complementarias, basadas en la experiencia de diseño e implementación de la unidad didáctica.

IV. METODOLOGÍA

4. METODOLOGÍA

La propuesta de intervención educativa planteada es una unidad didáctica (¿Cogemos las palas?), a desarrollar en 9 sesiones sobre un deporte colectivo y alternativo, el pickleball.

Se trata de una intervención educativa diseñada para el aula, ya que el objetivo es aumentar la motivación y el rendimiento del alumnado en la clase de Educación Física a través de este deporte. Además, es educativa (se busca que el alumnado adquiera las destrezas para desarrollar este deporte de forma autónoma), conductual (el respeto de las normas y el buen comportamiento en la ejecución de un deporte grupal) y emocional (el hecho de que todo el alumnado parta del mismo punto en la práctica de este deporte, contribuirá a desarrollar la empatía entre los compañeros/as y así evitar situaciones de acoso escolar).

Al tratarse de una intervención educativa han tenido lugar 3 fases diferenciadas:

- Fase inicial o de planificación: el primer paso fue la contextualización del centro escolar, tanto de los recursos y materiales disponibles, así como de las características del alumnado que conforman el aula al que irá dirigido. Además, se profundiza en el currículo de la materia de Educación Física para este curso, en los objetivos y competencias que el alumnado tiene que desarrollar, y los contenidos a trabajar en el 2º y 3º trimestre, que son los referidos al bloque 4: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices, en donde se incluyen los juegos y las actividades deportivas, tanto individuales como de equipo. Desde ese punto, se indaga sobre deportes aplicables al aula y cuyas necesidades sean cubiertas por los materiales disponibles y se investiga sobre los deportes alternativos y su aplicación en el aula: beneficios y problemáticas, a través de estudios e informes sobre los deportes

alternativos en general, y sobre el pickleball, en particular. Para la realización de la introducción y del marco teórico, se han utilizado diferentes medios de búsqueda de información. Inicialmente se han determinado como palabras claves o términos de búsqueda relacionados con el tema como, por ejemplo: pickleball, educación física, deportes alternativos. Posteriormente se han utilizado bases de datos como Google Scholar, Scielo, Dialnet junto con las palabras claves para encontrar los estudios cuya información se adecuará más a lo que se necesita para la realización de esta investigación. Se han filtrado los estudios por relevancia, por la fecha de publicación y por la accesibilidad al texto completo. Además, se han revisado documentos oficiales y guías curriculares relacionadas con la educación física.

En esta fase, marcamos que el punto de partida de nuestra intervención educativa será la creación de la unidad didáctica sobre el pickleball.

- Fase de desarrollo o elaboración: una vez establecido el punto de partida, se comienza la descripción de la propuesta, a través de la observación directa del trabajo realizado en el centro escolar, y en el que se marcan los objetivos, contenidos a trabajar, competencias a desarrollar, evaluación y, recursos y materiales necesarios; también se establece la temporalización por sesiones, desglosando el trabajo a realizar en cada una de ellas, así como los instrumentos de evaluación necesarios (rúbricas, listas de cotejo), y la metodología aplicable en cada situación.
- Fase final o de valoración: se realizaron las 9 sesiones desarrolladas, en el último trimestre. Una vez finalizadas, se valoró desde distintos puntos de vista, observando que había que modificar aspectos referidos a la temporalización (el tiempo marcado para cada actividad en las sesiones variaba según lo establecido) y a las características

de algunas sesiones (las sesiones de golpes resultaron demasiado analíticas y se notó la falta de juegos que motivan más al alumnado, tanto en el calentamiento como en el juego).

La unidad aquí desarrollada, por lo tanto, se trata de una propuesta derivada de una intervención educativa aplicada en el centro, en la que se incluyen las modificaciones necesarias para mejorar los aspectos revisados en la fase final.

Por lo tanto, esta propuesta de intervención educativa está basada en una metodología constructivista: a partir de la evaluación inicial del contexto en que nos encontramos, construimos cada paso de la intervención educativa, interrelacionada entre sí y buscando siempre la consecución de los objetivos que nos hemos marcado para tal fin, y valorado el proceso, creamos una propuesta mejorada y adaptada, llevando a cabo el proceso de aprendizaje significativo que todo ello conlleva.

V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia

El marco normativo estatal que regula la Educación Física en la ESO (Educación Secundaria Obligatoria) en toda España es la Ley Orgánica por la que se modifica la Ley Orgánica de Educación (LOMLOE, 2020), documento legislativo que actualiza, modifica y complementa la LOE (Ley Orgánica de Educación, 2006). Ambas leyes establecen la importancia de la educación física como parte del currículo y su papel en la formación integral del alumnado

El marco normativo y específico de Galicia está compuesto por:

- ***Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.*** Este decreto, a nivel nacional, establece los mínimos exigibles de cada uno de los cursos de la etapa, referidos tanto a materias como a requisitos para superar cada uno de los niveles.
- ***Decreto 156/2022, de 15 de septiembre, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad Autónoma de Galicia.*** Una vez disponible el Real Decreto anteriormente mencionado, cada comunidad autónoma, en este caso Galicia, establece el currículo para cada uno de los cursos que constituyen la Educación secundaria obligatoria, definiendo las materias específicas para cada curso, así como sus objetivos, contenidos, competencias y criterios de evaluación, así como la relación entre todos ellos.
- ***Orden del 25 de enero de 2022 por la que se actualiza la normativa de evaluación en las enseñanzas de educación primaria, de educación secundaria obligatoria y de***

bachillerato en el sistema educativo de Galicia. Con esta orden se establece las pautas para la evaluación del alumnado centrado en mínimos para la promoción, matrículas de honor, nomenclatura de las calificaciones, el consejo orientador de mitad de etapa y la titulación.

- ***Orden del 26 de mayo de 2023 por la que se desarrolla el Decreto 156/2022 del 15 de septiembre, por la que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad Autónoma de Galicia y se regula la evaluación en esta etapa educativa.*** Se centra en la elaboración de las Programaciones Didácticas, con la explicación de cada uno de los ítems, incluyendo el plan de lectura, el plan de biblioteca, el plan digital y el plan de actividades físicas y hábitos saludables (artículo 19); también se hace una revisión de la orden anterior en lo referido a la evaluación.

5.2.- Contextualización del centro educativo

El centro en cuestión es el Colegio Plurilingüe Sagrado Corazón de Placeres que pertenece a la Fundación Educativa Sofía Barat. Como indican en su web, se encuentra situado en la Ría de Pontevedra, más concretamente, en O Cabo-Os Placeres.

Está situado en un núcleo poblacional muy pequeño, que pertenece al ayuntamiento de Pontevedra y limita con el ayuntamiento de Marín, centros urbanos con más población.

Hay una playa a escasos metros (“Praia da Posta”), por lo que, aprovechando el entorno se realiza un gran número de actividades propuestas en el currículo escolar como, por ejemplo, el balonmano playa o el paddle surf.

Como indican en el PEC, se trata de un centro de enseñanza reglada en régimen concertado que en la actualidad cuenta con aproximadamente cerca de 700 alumnos/as repartidos en las de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Educación Especial (5 aulas).

En cuanto al alumnado, el idioma predominante es el castellano.

En el centro hay aproximadamente 200 alumnos/as en la ESO distribuidos en dos clases por curso (A y B) de la siguiente manera:

1º ESO: 50 alumnos/as

2º ESO: 61 alumnos/as

3º ESO: 51 alumnos/as

4º ESO: 39 alumnos/as

De los cuales son susceptibles de recibir otras medidas de atención a la diversidad:

1º ESO: 2 alumnos/as

2º ESO: 5 alumnos/as

3º ESO: 2 alumnos/as

4º ESO: 4 alumnos/as

El clima en el centro es muy positivo, por tratarse de un colegio con gran historia local. El agrupamiento del alumnado se realiza en función de la finalidad académica y actitudinal para garantizar el correcto funcionamiento en las aulas.

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

El curso elegido para la realización de la UD objeto de este TFM ha sido 3º de la ESO. La programación didáctica de este curso está basada en la LOMLOE.

La materia de Educación física para el curso en cuestión, se compone de 70 sesiones anuales divididas en un total de 2 sesiones semanales.

Unidades didácticas

Se compone de un total de 10 unidades didácticas divididas de la siguiente manera:

Tabla 1

Unidades didácticas de la programación de Educación Física del centro

UD	TÍTULO	DESCRIPCIÓN	%PESO	Nº SESIÓN	1º	2º	3º
1	Acondicionamiento general	UD orientada a la preparación de la actividad física trabajando patrones de movimiento, fortaleciendo la musculatura y mejora de la resistencia física.	4	4	X		
2	Jugamos	Dando continuidad a las UD desarrolladas en los 2 primeros cursos, ya que se considera el juego un medio fundamental en esta materia DATCHBALL	9	8	X		
3	Practicamos un deporte colectivo	Siguiendo con la dinámica de cursos anteriores, se trabajarán contenidos de interacción social y	13	10	X		

5. Presentación y Análisis de la Programación Didáctica

		resolución de problemas en situaciones motrices a través de un deporte colectivo: VOLEIBOL			
4	Aprendemos a adestrar	Contenidos relacionados con la ergonomía en actividades cotidianas, la alimentación y la identidad corporal.	21	12	X
5	Me expreso y trasmito	Trabajo de técnicas específicas de expresión corporal y práctica de actividades rítmico-musicales. Creación y representación de una composición individual y colectiva. Danza, mímica, trabajo gestual y teatral.	9	6	X
6	Acrosport	Propuesta de trabajo de acrogimnasia. El trabajo colaborativo, la creatividad y el dominio del cuerpo se combinan en esta unidad para darle le protagonismo a las aportaciones individuales al conjunto del grupo.	10	8	X
7	Actuamos ante un accidente	Continuidad, refuerzo y ampliación del bloque de Organización y gestión de la actividad física relacionados con los primeros auxilios, buscando darle al alumnado más protagonismo en las actuaciones ante un accidente.	4	2	X
8	Deporte de pala	Unidad motriz básica de deporte de	15	10	X

		pala como trabajo de práctica de un deporte individual para el desarrollo de resolución de problemas en situaciones motrices y organización de la práctica motriz. PICKLEBALL			
9	Posibilidades en mi ayuntamiento	El conocimiento del entorno y las posibilidades que ofrece para la práctica de una actividad física es una buena posibilidad para el trabajo del sexto bloque. PADDLE SURF	10	8	X
10	Practicamos un deporte individual	Siguiendo con la dinámica de cursos anteriores, se trabajarán los contenidos de un deporte individual: LA ESCALADA	5	2	X

Competencias clave y descriptores operativos

La consecución de objetivos previstos en la ley para la etapa educativa está vinculada a la adquisición y desarrollo de las competencias clave recogidas en el decreto.

Se definió para cada una de las competencias, una serie de descriptores operativos.

En la siguiente tabla se exponen los descriptores operativos que contribuyen a la consecución de los objetivos establecidos en la programación didáctica de 3º ESO.

Tabla 2*Descriptorios operativos de la programación de Educación Física del centro***Descriptorios operativos CCL**

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y la transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal al tiempo que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación

Descriptorios operativos CP

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Descriptorios operativos STEM

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, haciéndose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica sobre el alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

Descriptorios operativos CD

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medio ambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

Descriptorios operativos CPSAA

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la

CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás

CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables

CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos

5. Presentación y Análisis de la Programación Didáctica

<p>resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.</p>	<p>personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.</p>	<p>para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>	<p>metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p>
--	---	--	---

Descriptorios operativos CC

<p>CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p>	<p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y contraria a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p>
---	---	---

Descriptorios operativos CE

<p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p>	<p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y</p>	<p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a</p>
---	---	--

en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

Descriptorios operativos CCEC

<p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p>	<p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p>	<p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p>	<p>CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.</p>
---	---	--	--

Además, la vinculación entre descriptorios operativos y objetivos propicia que, de la evaluación de estos últimos, a través de los correspondientes criterios de evaluación asociados, pueda deducirse el grado de adquisición de las competencias clave definidas.

Objetivos generales del curso

Así los objetivos establecidos son los siguientes

Tabla 3

Objetivos específicos de la materia de Educación Física

OBJ1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

OBJ2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

OBJ3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre los participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

OBJ4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento, profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social y analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

OBJ5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Objetivos – competencias clave

En lo que atañe a la relación entre los objetivos y su contribución al desarrollo de las competencias para el curso de 3º de ESO:

Tabla 4

Relación de los objetivos con las competencias clave.

OBJETIVOS	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBJ1	3		2-5	4				
OBJ2					4-5		2-3	
OBJ3	5	3			1-3-5	3		
OBJ4		3				2-3		1-2-3-4
OBJ5			5			4	1-3	

Metodología

Respecto a la metodología utilizada en el centro para la impartición de las clases de educación física, teniendo en cuenta que en la relación enseñanza-aprendizaje no se puede considerar que un estilo sea mejor que el otro, ya que ninguno de ellos nos asegura la consecución de todos los objetivos a trabajar en la educación física, la elección de la metodología a utilizarse se hará en función de cuál sea la más apropiada para la enseñanza-aprendizaje de cada tarea determinada.

Evaluación

En cuanto a la evaluación de la materia, se realizarán pruebas escritas en las UD 3, 7 y 8 tal y como se indica en la siguiente tabla:

Tabla 5

Relación de las UD con los elementos de evaluación y sus porcentajes.

<i>UD</i>	<i>UD 1</i>	<i>UD 2</i>	<i>UD 3</i>	<i>UD 4</i>	<i>UD 5</i>	<i>UD 6</i>	<i>UD 7</i>	<i>UD 8</i>	<i>UD 9</i>	<i>UD 10</i>
<i>Peso/Tipo Ins.</i>	4	9	13	21	9	10	4	15	10	5
<i>Proba escrita</i>	0	0	20	0	0	0	20	10	0	0
<i>Táboa de indicadores</i>	100	100	80	100	100	100	80	90	1000	100

La Programación Didáctica consta de 10 UD. Las UD se distribuyen trimestralmente, de modo que las 1, 2 y 3 se impartirán en el primer trimestre con un peso total del 34%; la 4, 5 y 6 se impartirán en el segundo trimestre con un peso total del 34%, y las 7, 8, 9 y 10 se impartirán en el tercer trimestre con un peso total del 32%. En el número de sesiones asignado a cada UD se contempla también la/as sesiones dedicadas a la evaluación.

El peso de cada UD se estableció en función do número de sesiones y del contenido de la misma.

Para la cualificación de cada Unidad Didáctica se tendrá en cuenta, para cada Criterio de Evaluación, la consecución mínima establecida y su peso orientativo (establecido en cada UD).

Teniendo en cuenta estos elementos, para superar cada unidad didáctica, el alumnado deberá cumplir con el mínimo establecido, con un peso orientativo igual o superior al 45%. En el

caso de detectarse alguna dificultad en algún alumno o alumna, se adoptarán las medidas de refuerzo educativo necesarias.

La calificación de cada trimestre se obtendrá mediante la media aritmética ponderada de todas las calificaciones obtenidas en el trimestre.

La nota final se obtendrá mediante la media aritmética ponderada de las calificaciones obtenidas en cada evaluación trimestral.

Atención a la diversidad

Con respecto a la atención a la diversidad, atendiendo a la Orden del 8 de septiembre que desarrolla el Decreto 229/2011 del 11 de diciembre, en el que se regula la atención a la diversidad en la Comunidad Autónoma de Galicia, se adoptarán las medidas de carácter ordinario y extraordinario que se consideren oportunas y adecuadas al alumnado.

Con carácter general, para adecuarse a los diferentes ritmos de aprendizajes y capacidades, se contemplan actividades de refuerzo y ampliación con tiempos flexibles y aprendizajes cooperativos en grupos heterogéneos.

Además de un ritmo diferente en el aprendizaje, los casos más frecuentes en la materia de educación física que requieren de una atención a la diversidad son:

- Alumno repetidor (ya sea con la materia aprobada o suspensa)
- Alumnado con diferente nivel de competencia motriz
- Alumnado lesionado o incapacitado temporal o permanentemente
- Alumnado que promociona sin superar la materia

- Alumnado con un ritmo de aprendizaje más lento o más rápido

Actividades complementarias

En cuanto a las actividades complementarias, se realizarán un total de 3:

- Carrera solidaria cuyo objetivo es la recaudación de alimentos y en la que participan otros colegios con la colaboración del ayuntamiento. Se realiza en el mes de abril/mayo. No tiene ningún coste ya que se busca la autofinanciación con empresas colaboradoras.
- Paddle surf, actividad que se realiza dentro de la programación de 3º ESO en los alrededores del colegio.
- Senderismo y orientación: actividad de carácter interdisciplinar con la asignatura de Biología y Física/Química. Los alumnos caminarán hasta un monte situado próximo al colegio para realizar allí actividades de las diferentes materias. Dentro de la asignatura de educación física realizarán una actividad de orientación.

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

La programación del centro en el que se han realizado las prácticas está basada en el Decreto específico de la comunidad de Galicia, es decir, en el Decreto 155/2022, de 15 de septiembre.

Los elementos descriptivos de la programación (objetivos, competencias, criterios y contenidos) aparecen relacionados, pero dividido en las 10 unidades didácticas que van a desarrollar a lo largo del curso.

Se relacionan los objetivos generales con las competencias, pero los contenidos no están divididos en bloques; están introducidos dentro de cada una de las unidades a desarrollar, pero sin especificar a qué bloque pertenecen.

En el período de prácticas, coincidente con el final del 2º trimestre y el 3º, las unidades trabajadas son las marcadas en la programación, y se trabajaron según lo especificado en la misma.

En cuanto a la evaluación está poco definida la tabla de indicadores empleada para la valoración de la actividad práctica; en algunas unidades se especifica que habrá prueba escrita, pero en las que no hay se basan en los mínimos de consecución sin definir los criterios de cualificación seguidos. Se trata de una evaluación basada en la observación diaria del alumnado y en la consecución de unos objetivos a través de la práctica, y en la que al final obtienen una calificación. El alumnado no es partícipe de su proceso de evaluación, así que no se trata de una evaluación formativa ni compartida.

La metodología, junto con los estilos de enseñanza, siguen las marcas pautadas en la programación.

Los recursos disponibles en el centro son adecuados a las características del mismo. Incluyen dentro de la programación el uso de la playa cercana, algo que no es habitual, con la actividad de *Paddle Surf* del último trimestre. Está poco aprovechada, ya que podría usarse para más actividades, incluyendo los deportes alternativos como tenis de playa u otros más novedosos

como el *Slackline* (equilibrio sobre cinta elástica). También podría emplearse como zona de calentamiento, running o similares.

No se realiza ninguna actividad con material reciclado; debería incluirse como tema transversal la educación ambiental, en donde se incluye el reciclado, a través de actividades o juegos que permitan el uso de ese tipo de material. Uno de los juegos, a realizar, por ejemplo, en el 2º trimestre, sería un juego de pala, en el que los materiales empleados fueran reciclados: las palas con tubos de papel con bolsa y cartón, y las pelotas de papel o cartón; el cambio de material resulta motivador y algo novedoso para el alumnado, y adecuado para la atención a la diversidad dentro del aula.

Otro de los aspectos que no se ven reflejados en el aula, es lo referido a la atención a la diversidad, ya que a veces, su aplicación no resulta efectiva.

Tabla 6

Análisis crítico de la programación de Educación Física

ASPECTOS IMPORTANTES	PROPUESTAS DE MEJORA
Los deportes elegidos para aplicar los contenidos se adaptan a todos los bloques implicados en dicho curso.	Inclusión de más deportes alternativos. Debido a los recursos disponibles en el centro, podemos incluir los siguientes: - Artzikirol : juego que combina fútbol, rugby y baloncesto, en un campo de fútbol sala y con el balón de voleibol; este juego nos permite conocer distintos juegos de pelota, y de forma indirecta, introducir al alumnado en el conocimiento de las reglas y normas de todos esos juegos. - Bijbal : en el 1º trimestre, para profundizar en el

	<p>desarrollo de la coordinación con un elemento más grande (la pelota).</p> <p>- Slackline, al disponer de la playa, este deporte de equilibrio sobre una cinta elástica, permitirá al alumnado el desarrollo del equilibrio y la búsqueda de movimientos más complicados como acrobacias a través de la práctica. Se puede practicar en la UD dedicada a las acrobacias.</p> <p>-Pádel en la playa: emplear la playa para adaptar el juego de pala, utilizando palas y pelotas de goma, simplificando el juego y ejercitando la musculatura al jugar en la arena. Puede hacerse en el 2º trimestre, cuando se trabajan los juegos de pala.</p>
<p>Uso de EDIXGal: libro electrónico con diversidad de recursos materiales digitales e interactivos aplicados a la materia.</p>	<p>Emplear realidad virtual, en la medida de los recursos disponibles, para cualquier apartado de la clase. Sería muy útil emplearla en el conocimiento del cuerpo humano, empleando programas que nos permitan conocer desde dentro la disposición y funcionamiento de nuestros músculos, en la realización de cada deporte, para comprender el funcionamiento de los mismo. También se podría usar como parte de un juego, tipo “<i>scape room</i>”, en el que los alumnos/as formaran parte activa del juego en sí, con retos físicos.</p>
<p>Metodología clara y variada según la situación presentada.</p>	<p>Emplear metodologías emergentes como “<i>Flipped room</i>” o aula invertida, en la que los alumnos/as se convierten en los profesores. Esto podríamos emplearlo en la presentación de un nuevo juego alternativo. Se le pediría al alumnado que investigara normas del juego y lo explicaran al resto de los compañeros/as.</p> <p>La inclusión del aprendizaje basado en el juego en las clases es esencial para la motivación del alumnado.</p>

5. Presentación y Análisis de la Programación Didáctica

	Por ejemplo, juegos sobre algún deporte a través de aplicaciones TIC como <i>Kahoot!</i> o <i>Genially</i> .
Criterios de evaluación definidos por unidades.	<p>Realización de rúbricas específicas para cada unidad didáctica en el que se establezcan los criterios de cualificación de cada una de las partes evaluadas, ya sean teóricas o prácticas.</p> <p>Se emplearía la coevaluación, en la que el alumnado, previa explicación por parte del docente, se convertiría en evaluado y en evaluador, a través de rúbricas específicas, que profundizarían el proceso de aprendizaje. También se usarían listas de cotejo para la autoevaluación, tanto por parte del alumnado, como por parte del docente para valorar el proceso de enseñanza y las actividades realizadas.</p> <p>La finalidad es una evaluación formativa y compartida.</p>
Explicación de diversos supuestos de alumnado con la materia suspensa, pendiente, o con dificultades físicas, y sus soluciones dentro del aula.	Para mejorar la atención a la diversidad, incluir más deportes alternativos que sustituyan a los marcados como el cachibol en lugar del voleibol, porque la técnica necesaria es más simple, ya que solo se trata de coger el balón con las dos manos, en lugar de golpearlo, que requiere de más precisión técnica; las reglas del juego son similares, por lo que indirectamente, ese conocimiento se va asimilando. La simplificación del juego permite su realización a todo el alumnado con diferentes destrezas.
Son importantes las actividades complementarias reflejadas en la programación y que se realizan (Paddle surf y carrera solidaria) así como la actividad interdisciplinar (senderismo)	Llevar a cabo alguna actividad cooperativa a nivel local o autonómico que implique intercambio con alumnado de otros países, en el que se pueda practicar alguno de los deportes alternativos expuestos, a través de una competición.

VI. DESARROLLO DE LA UNIDAD

DIDÁCTICA PROPUESTA

6. PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA

UNIDAD DIDÁCTICA				
NOMBRE: ¿Cogemos las palas?				
Curso: 3º ESO	Bloque contenidos: 4 - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	UD: 8	Trimestre: 3º	Nº Sesiones: 9
<p>Justificación:</p> <p>Esta unidad se centra en la práctica de deportes que implican el uso de una pala o similar, en este caso, el pickleball, deporte alternativo, con características más dinámicas y menos exigencias físicas que otros deportes similares como el tenis, bádminton o pádel.</p> <p>Como indicaron Carillo et al. (2016) los deportes de tipo alternativos han contribuido a una mejora del hábito deportivo, consiguiendo un aumento en:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cooperación - Comunicación - Actitudes recreativas <p>Además, González-Coto et al. (2022) consideraron que los deportes alternativos fomentan la igualdad, cooperación e inclusión, valores muy importantes a ser trabajados en clase, independientemente de las características o capacidades físicas.</p> <p>Además, los materiales necesarios no son caros y pueden incluso ser reciclados; el espacio se adapta a la participación simultánea de varios alumnos/as.</p> <p>Como primer paso trabajaremos los calentamientos apropiados y conoceremos las reglas de juego, teniendo siempre presente que la parte principal es el juego real. Con ellos se intenta desarrollar la musculatura implicada, la coordinación y la concentración.</p> <p>Antes de esta unidad, el alumnado ya ha trabajado las condiciones físicas propias y el trabajo artístico-expresivo.</p>				
<p>Contenidos:</p> <p>Bloque 4: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. • Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física. • Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. • Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. <ul style="list-style-type: none"> – Igualdad en el acceso al deporte. – Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. 				
Objetivos didácticos				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Situar al pickleball dentro de la clasificación de los deportes y comprenderlo como deporte alternativo. 2. Conocer y aplicar el reglamento básico del pickleball, así como la estructura básica de 				

<p>una competición.</p> <p>3. Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo)</p> <p>4. Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial, buscando la comprensión de la dimensión táctica de este deporte.</p>				
SESIONES	Reto inicial: Conocer y disfrutar los deportes de palas			
	<p>Temporalización</p> <p>Sesión 1: Descubriendo el pickleball.</p> <p>Sesión 2: Historia y golpes básicos.</p> <p>Sesión 3: ¡Mejoramos los golpes!</p> <p>Sesión 4: ¡Buscamos globos y remates!</p> <p>Sesión 5: ¿Cuánto sabes sobre pickleball?</p> <p>Sesión 6: ¿Lo estamos haciendo bien?</p> <p>Sesión 7: ¡Competimos por la copa!</p> <p>Sesión 8: ¿Quién se llevará la copa?</p> <p>Sesión 9: ¡Nos vamos a la playa!</p>			
	Situación aprendizaje final: Torneo y arbitraje por parte del alumnado			
O.G.E. b), g), k)		C. Clave: CAA Competencia de aprender a aprender; CSIEE Competencia de la Iniciativa y el espíritu emprendedor.		
EVALUACIÓN				
<p>Objetivos</p> <p>OBJ3.</p> <p>Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre los participantes y las reglas sobre los</p>	<p>Criterios de Evaluación</p> <p>CE4.1. Practicar y participar activamente en una gran variedad de actividades motrices valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, adoptando estrategias de superación, evitando la competitividad desmedida y actuando con</p>	<p>Contenidos:</p> <p>Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.</p> <p>Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física.</p> <p>Identificación y</p>	<p>Actividades de Evaluación</p> <p>Evaluación inicial: a través de un cuestionario sobre el juego y una primera clase práctica, para valorar el punto desde donde se arranca.</p> <p>Evaluación diaria: observación del trabajo diario en clase, implicación con</p>	<p>Instrumentos de evaluación/ Criterios de calificación</p> <p>%</p> <p>-Plantilla de respuestas del cuestionario sobre el reglamento del juego, y aspectos teóricos explicados</p> <p>20%</p> <p>-Lista de cotejo sobre</p>

<p>resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad de competencia motriz y situándose activamente frente a los estereotipos y a las actuaciones discriminatorias y frente a cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.</p> <p>Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y</p>	<p>rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.</p> <p>Deporte y perspectiva de género: -historia del deporte desde la perspectiva de género. - igualdad en el acceso al deporte. - estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.</p>	<p>los compañeros/as, motivación, juego, calentamientos previos, etc.</p> <p>Evaluación final: cuestionario teórico y partido (como jugador y como árbitro).</p>	<p>el trabajo de clase, participación, gestión e implicación 20%.</p> <p>-Rúbrica de evaluación sobre el juego real 35%.</p> <p>- Lista de cotejo sobre arbitraje 25%</p>
---	--	---	---	---

	comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.			
Metodología				
<p>Estrategia de la práctica: Se empleará la estrategia de la práctica mixta, es decir una combinación de la global y la analítica.</p> <p>Empezaremos por la global (presentamos el juego y lo practicamos observando qué sabemos y qué no); seguimos con la analítica progresiva (comenzamos con la explicación de las reglas y otros aspectos teóricos de interés y vamos añadiendo partes: la práctica del saque, del golpeo, etc.) y terminamos con la global (juego y arbitraje que engloba todo lo practicada hasta el momento)</p>		<p>Estilos de enseñanza:</p> <p>Emplearemos diferentes estilos adaptándonos a la actividad y al tipo de alumnado:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mando directo modificado: el profesor indica las tareas a realizar, indicando sólo el principio y el final; el alumnado las llevará a cabo, siempre bajo la supervisión del docente, pero con flexibilidad en la organización y posición del grupo y el propio profesor. - enseñanza recíproca: se realiza una actividad organizada por el profesor y que es evaluada por un alumno/a, teniendo más peso el alumno/a ya que tiene la responsabilidad de decidir, evaluar y proporcionar feedback. - asignación de tareas: el profesor, como guía asigna las distintas “tareas” que cada alumno/a o grupo de alumnado tiene que desempeñar durante la clase, pero es el alumno/a quien toma ciertas decisiones como el ritmo de ejecución, la ubicación, etc.). 		
<p>Distribución grupo – clase:</p> <p>Durante las explicaciones el alumnado se mantendrá en círculo; después el profesor distribuirá en grupos o en parejas según la actividad a realizar.</p>		<p>Participación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ejecución simultanea: calentamiento previo al juego - Ejecución alternativa: al ser grupos, alternar periodos activos y de descanso. 		
<p>Posición del profesor:</p> <p>Central: en las explicaciones de las reglas de juegos y otros contenidos</p>		<p>Feedback:</p> <p>Concurrente: durante el juego, el docente o incluso el compañero/a puede mostrar los</p>		

teóricos. Interna: como parte del juego.	errores que se están realizando en los golpes u otros aspectos del juego e ir solucionándolos.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	
<p>Principios DUA aplicados a priori:</p> <p>Formas de implicación (Principio III): Los juegos de pala fomentan la comunicación y la colaboración entre el alumnado, además de desarrollar habilidades sociales, al tratarse de un juego en pareja o parejas dobles; también va implícito la resolución de problemas ya que en el transcurso del juego el propio alumnado va resolviendo aquello que lo requiera y, sobre todo, al ser un trabajo de dos, la retroalimentación es esencial.</p> <p>Diferentes medios de representación (Principio I): Además de la explicación teórica en clase, sobre el deporte en si, podemos apoyarnos de videos de explicaciones o de videos de partidos donde se vea de forma práctica el juego en si; también podría proponerse la asistencia a un torneo profesional de dicho deporte. La comparación entre distintos deportes con pala, enfatizando las diferencias y las coincidencias favorecerá la comprensión y la llevada a la práctica del mismo.</p> <p>Diferentes formas de acción y expresión (Principio II): Las explicaciones teóricas irán acompañadas de imágenes representativas de los movimientos a ejecutar para facilitar la comprensión de la misma; cada alumno/a marcará su ritmo de aprendizaje y empleará os recursos óptimos para ellos/as mismos/as.</p> <p>Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas (Pauta 6):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Elaborar una rúbrica o lista en donde aparezcan las metas a conseguir, así como los contenidos y los procesos seguidos. 2. Fomentar el uso de la autoevaluación para que el alumnado sepa en cada momento en que punto se encuentra y donde necesita mejorar, o las dificultades con las que se encuentra. 3. Proporcionarles indicaciones para aplicarse a sí mismos que les permitan guiarse en todo momento durante el proceso de aprendizaje. 	
Actividades de Refuerzo para alumnos de bajo nivel	Actividades de Ampliación para alumnos alto nivel
<ul style="list-style-type: none"> - Trabajo individualizado de los calentamientos previos y posteriores para mejorar la respuesta física al ejercicio. - Posibles refuerzos en las horas del recreo para trabajar aspectos de forma individual, no posibles durante la clase. - Buscar la colaboración de los compañeros/as más avanzados para la resolución de problemas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cambio de rol de alumno/a a profesor/a: ayudar en la consecución de la actividad a alumnos/as de bajo nivel. - Investigación sobre el deporte en periódicos, internet, etc. - Proponerlos como profesionales, buscando equipos para ello. - Desarrollar las habilidades en otros juegos de pala.
<p>Posibles adaptaciones individualizadas (con alumnos con NEE muy concretas y específicas): Una persona con asma y otra con una lesión aguda en el tobillo.</p> <p><u>Estudiante con asma:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento prolongado y progresivo. 	

- Un ritmo de trabajo autoimpuesto.
- Trabajo específico de la respiración, pero esta actividad, a realizar antes y durante el juego.
- Medicación siempre disponible.

Lesión aguda:

- Al tratarse de una lesión en el pie, trabajo de calentamiento de la parte superior del cuerpo.
- Trabajo del uso de la pala y golpes simples sentado.
- Implicación en el trabajo de la clase, grabando las sesiones, organizando el material, etc.
- Hacerlo partícipe de toda la actividad a realizar en el aula.

Material didáctico:

Calentamiento y estiramiento

- 1 colchoneta quitamiedos, 12 colchonetas (200x100x5cm) y 3 colchonetas más blandas (250x150x10), 30 conos, 20/30 setas, 20/25 balones de espuma, 1 potro, espaderas de madera básicas, balón medicinal de 3,5 kg, kettlebell de diferentes pesos, sacos lastrados de diferentes pesos.



Juego

- 25/30 palas de pickleball, pelotas de tenis 20/25, 20/25 pelotas de pickleball
- 1 portátil/tablet por alumno/a.



Material impreso

Hojas de autoevaluación y hojas de evaluación o tablet.

Instalaciones/Espacios:

Gimnasio (27m x 7m), campo de fútbol sala al aire libre y suelo de cemento.

Playa da Posta (a 20 metros del colegio)

Herramientas TIC-TAC-TEP:**Cuestionario Evaluación Inicial**

Para llevar a cabo la evaluación inicial se usará un cuestionario a través de un dispositivo digital.

El enlace es: <https://forms.gle/XjJvAULmPz13CHvCA>

**Cuestionario sobre Pickleball**

El cuestionario sobre Pickleball, que servirá para evaluar los contenidos teóricos de la unidad, se hará a través de un recurso digital, *Kahoot!*, aplicación que nos permite obtener una calificación en tiempo real, a la vez que se introduce el juego (versión competición). Al alumnado se le pide que accedan a la página de dicho recurso, y se les da un PIN con el que acceden a las preguntas.

Una vez terminado, el docente recibe los resultados individuales de cada participante.



El enlace para acceder a las preguntas:

<https://create.kahoot.it/share/pickleball/29f714f9-a179-4392-97fa-a5fc9d4dcb4f>

Evaluación Triádica (heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación)

En el formulario se incluyen los 3 tipos de evaluación; este tipo de cuestionario es una referencia a todos los aspectos evaluables de la unidad. En cualquier momento podemos utilizarlos para saber en qué punto se encuentra el alumno/a.



Interdisciplinariedad:


- **Educación plástica:** realización de una pala con material reciclado.
- **Cultura clásica:** origen de los deportes de pala y antecesores, en relación con las Olimpiadas.
- **Educación Digital:** el uso de aplicaciones de realidad virtual para observar la musculatura que se emplea en el juego.

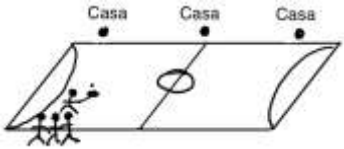
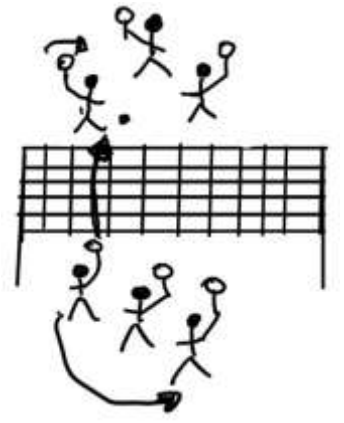
Bibliografía:

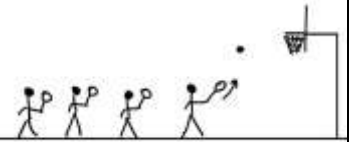
- **Decreto 156/2022**, de 15 de septiembre, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad Autónoma de Galicia.
- **Buzzelli, A. A., & Draper, J. A.** (2020). Examining the Motivation and Perceived Benefits of Pickleball Participation in Older Adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 28(2), 180-186. <https://doi.org/10.1123/japa.2018-0413>

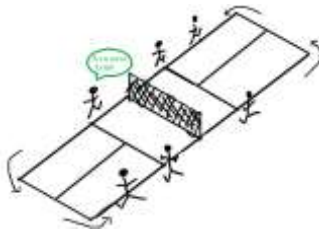
Webgrafía:

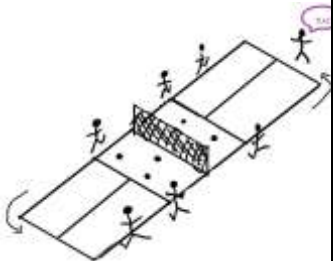
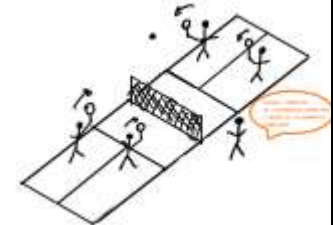
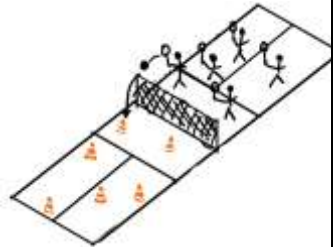
- Asociación Española de Pickleball (s.f.). ¿Qué es el Pickleball? Recuperado de <https://www.pickleballspain.org/que-es-el-pickleball/>
- Asociación Española de Pickleball (s.f.). Historia del Pickleball. Recuperado de <https://www.pickleballspain.org/historia-del-pickleball/>
- Asociación Española de Pickleball (s.f.). Reglamento Oficial. Recuperado de <https://www.pickleballspain.org/reglamento-oficial/>


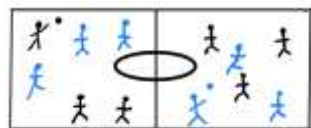
Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión nº: 1 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: Descubriendo el pickleball Duración: 50 min			
Tipo Sesión: Teórica/familiarización			
Instalaciones: patio/pabellón Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos			
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión:			
- Situar al pickleball dentro de la clasificación de los deportes. comprenderlo como deporte alternativo.			
- Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial, buscando la comprensión de la dimensión táctica de este deporte.			
Contenidos desarrollados:			
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.			
- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género.			
Justificación de la Metodología: para esta sesión, que será una parte en el aula con algo de teoría, utilizaremos el mando directo modificado, al igual que en la práctica (calentamiento incluido), ya que todas las tareas son marcadas por el docente, dejando alguna decisión en manos del alumnado, como en el juego de los animales, que son ellos los que deciden el desplazamiento.			
Estilo Enseñanza: Mando directo modificado Estrategia: global Agrupación: grupos			
Posición Profesor: central, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min</u>
Calentamiento	1.- Antes de bajar al patio, realizar la evaluación inicial por parte del docente con preguntas para saber el punto de partida: ¿alguien sabe la diferencia entre deportes de palas y pala? ¿alguien conoce el pickleball?, etc.		17
	2.- Hacer un cuestionario de evaluación inicial 3.- Visualizar videos sobre este deporte: https://www.youtube.com/watch?v=dYxa9lhrRcg https://www.youtube.com/watch?v=FHMSWL5FDaU 4.- Bajar al patio y presentar los implementos que usaremos en las siguientes sesiones (palas, pelotas, redes) 5.- Antes de empezar el calentamiento, explicar cómo montar y desmontar las redes por grupos de 5, por orden de lista (en todas las sesiones cada grupo montará una red). 6.-Juego de la carrera de los animales: toda la clase correrá en círculo alrededor de la mitad de la pista de fútbol; por orden de lista cada alumno/alumna nombrará un animal y se desplazará intentando imitarlo y el resto de la clase deberá hacer lo mismo. Por ejemplo, un alumno/a 1 “rana” irá dando saltos como una rana, alumno/a 2 “gaviota” correrá moviendo los brazos como alas de una gaviota... (avisar de antemano que intenten no repetir animales o desplazamientos para que hagan los más variados posibles, pero que si no se les ocurre pueden repetir o hacer pequeñas variaciones).	6.- 	

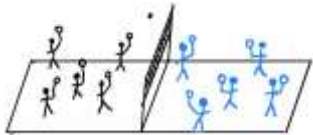
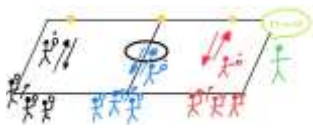
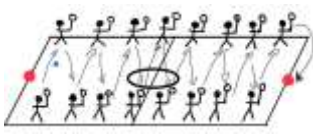
Parte principal	<p>Antes de empezar la parte principal haremos grupos de 5 para las siguientes actividades.</p> <p>7.- Juego de familiarización con los implementos en los que colocaremos dos “casas” para cada grupo, una frente a otra a la distancia de un lado de banda del campo de fútbol sala al otro; cada casa tendrá 5 bolas.</p> <p>El objetivo es que cada grupo pase de una casa a la otra todas las bolas de una en una.</p> <p>Las directrices las irá marcando el docente: empezaremos mandándolos de forma individual y haciendo que la pelota bote en el suelo entre golpeo y golpeo; una vez lo hagan todos los miembros de cada grupo (a modo de competición para motivarlos más), pondremos otras directrices como, por ejemplo: la pelota no puede botar, ir por parejas pasándose la pelota, ir de espaldas, ir todos a la vez pasándose la pelota sin que bote, etc.</p> <p>8.- Juego para seguir familiarizándose con los implementos en el que incluiremos el campo y las redes (para aprovechar que las montamos).</p> <p>Cada grupo se colocará en un campo, 3 en un lado y 2 en el otro en fila, una pelota por grupo. El objetivo es que mantengan la pelota en movimiento el máximo tiempo posible de un campo a otro haciéndose pases con la premisa de que entre pase y pase solo puede botar una vez en el suelo.</p> <p>(con golpes libres, los que ellos elijan).</p> <p>La primera ronda, el primero de la fila una vez hace el pase se desplaza al final de la fila y el segundo pasa a ser el que tendrá que devolver el pase y así sucesivamente.</p> <p>En la siguiente ronda pondremos un poco más de dificultad (en los desplazamientos), ya que el que hace el pase tendrá que ir al otro lado de la red y ponerse al final de la otra fila. Por ejemplo, fila de 3 frente a fila de 2, el de la fila de 3 hace el pase al de la fila de 2, entonces éste tiene que ir rápido rodeando el campo al último puesto de la fila de 2, el de la fila de 2 que recibe el pase la vuelve a pasar y esto se repetirá hasta que fallen.</p> <p>Al final una vez lo hayan hecho varias veces podemos meter competición entre los grupos, coincidiendo en el inicio y hacer una competición para ver cuál es el equipo que dura más tiempo haciendo pases.</p>	<p>7.-</p>  <p>8.-</p> 	21
-----------------	--	--	----

V. Calma	<p>9.- Con los mismos grupos de 5, ir a una canasta (hay 5 canastas disponibles) y realizar un juego de precisión, intentando meter la bola en la canasta golpeándola con la pala; el juego es el <i>Oso de baloncesto</i>, pero adaptado para jugarlo con los implementos del pickleball. Por orden, cada integrante del grupo hace un lanzamiento desde donde quiera; si la encesta, los compañeros/as del grupo tienen que repetirlo o perderán una vida de tres disponibles. Usaremos este juego para la vuelta a la calma ya que tiene un bajo compromiso motor.</p> <p>10.- Recoger material</p>	<p>9.-</p> 	7
<p>Actividades de Refuerzo: Incidir en juegos de calentamiento y golpeo sencillo, dejando los que implican más precisión sin hacer.</p> <p>Actividades de Ampliación: En los juegos marcados, cambiar el material empleado (el tipo de pala y la pelota), lo que implica una dificultad técnica mayor.</p>			
<p>Observaciones: Como norma general, para todas las sesiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En la parte del calentamiento intentaremos hacer algo de movilidad articular y entrar en calor mediante algún juego para que no sea monótono y aburrido como un calentamiento característico de movilidad estática y algo de carrera. • Los campos para todas las sesiones ya están pintados en el suelo, solo colocar las redes. • Si por lluvia no se pudiera salir, la sesión se realizará en el pabellón, con la limitación de espacio: montar menos campos (más alumnos/as por campo), menos espacio para desplazarse en las actividades que lo requieran y el techo no es muy elevado (3 metros) y no podrían mandar las pelotas altas sin limitación. • Por estas fechas es difícil que llueva, por eso se realizan este tipo de actividades al aire libre. • El tiempo para todas las sesiones es de 50 minutos, pero se descontarán 5 por el tiempo que se pierde en bajarlos de clase, volver a subirlos y que vayan al baño a lavarse las manos, la cara, cambiar la camiseta, etc. • En el caso de las redes, se explicará cómo se montan y desmontan, pero en todas las sesiones podrán ser montadas y desmontadas por el docente si fuese posible para ahorrar tiempo (las redes tienen un mecanismo muy sencillo y rápido para ser montadas). • Cada juego o actividad se podrá alargar o acortar dependiendo del éxito de los mismos (les gusta, lo están disfrutando, les aburre, etc.). Si las tareas están teniendo éxito, las alargamos y las que falten las dejamos como opciones para aquellas sesiones en que nos sobre el tiempo. • Antes de bajar al patio a realizar la práctica deportiva, se les darán nociones teóricas para que vayan asimilando los conceptos técnicos, tácticos y teóricos sobre el pickleball; no llevará mucho tiempo, pero variará de unas sesiones a otras. Esto será incluido en el tiempo de calentamiento, aunque no sea calentamientos como tal, ya que este empieza después de montar las redes, de ahí que el tiempo establecido en esta parte sea más elevada en algunas sesiones. • Siempre que se monten las redes, éstas no tendrán que estar en los campos, ya que se mueven fácilmente, así no ocuparán espacio en caso de que lo necesitemos para realizar otra actividad o juego. <p>En esta sesión, el juego 5, dependiendo del éxito que esté teniendo, podemos alargarlo más introduciendo diferentes variantes; o, en caso de que no les guste, acortarlo.</p> <p>En las variaciones del juego 5, en el que la pelota no puede tocar el suelo, se les especificará que en caso de que ocurra la recogerán y continuarán desde ese punto.</p>			

Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión n°: 2 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: Historia y golpes básicos Duración: 50 min Tipo Sesión: teórica/práctica			
Instalaciones: patio/pabellón Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: - Situar al pickleball dentro de la clasificación de los deportes y comprenderlo como deporte alternativo. - Conocer el reglamento básico del pickleball, así como la estructura básica de una competición. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque).			
Contenidos desarrollados: - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.			
Justificación de la Metodología: Mando directo modificado para la parte teórica, y para la parte práctica, dejando algo de responsabilidad en el alumnado como en la elección de las secuencias de golpes.			
Estilo Enseñanza: Mando directo Estrategia: mixta Agrupación: grupos			
Posición Profesor: central, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	1.- Antes de bajar al patio, seguiremos con algunas explicaciones: uso de una presentación con una breve introducción sobre el pickleball y las normas básicas que queremos que conozcan. 2.- Montarán las redes según lo marcado por grupos. 3.- Juego de calentamiento: mismos grupos que montan las redes, tendrán que correr alrededor de la pista donde han montado su red. El objetivo es que cada grupo se desplace según indique uno de ellos, alternando el que da las órdenes. Por ejemplo: hasta la línea de fondo contraria a la pata coja, hasta mitad de campo de espadas, hasta la línea de fondo contraria en cuclillas, etc.	3.- 	13

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Parte principal</p>	<p>4.- Misma distribución en grupos que en la parte del calentamiento, un grupo en cada campo, pondremos 4 o 5 pelotas (dependiendo del número de participantes en cada grupo, si falta alguien a clase, lesión, etc.), y siempre una menos que el número de participantes del grupo. El objetivo del juego es no quedar eliminado para lo que el alumnado tendrá que coger una de las pelotas que están en la red cuando el docente de la señal, mientras que corren alrededor de la pista.</p> <p>5.- Mismos grupos en cada campo, identificaremos el lugar del saque y dado su similitud, el golpeo de derecha. Para esta actividad cada grupo intentara hacer secuencias de golpes.</p> <p>La distribución será 2x2 y el/a otro/a integrante del grupo observará si realizan bien los golpes e indicará la secuencia que tienen que hacer; cambiaremos los roles cada dos secuencias. Por ejemplo: saque, derecha al cuadrante derecho y derecha al cuadrante derecho.</p> <p>Para esta actividad cada grupo intentara hacer secuencias de golpes.</p> <p>El siguiente paso será el golpeo de revés y seguiremos los mismos pasos. Por ejemplo: saque, derecha al cuadrante derecho, revés al cuadrante derecho.</p> <p>6.- Siguiendo con la dinámica de la tarea 5, cada grupo hará frente al resto de grupos, dos secuencias de golpes elegidos por ellos/as mismos/as; todos/as los/as integrantes del grupo deberán participar por lo menos, en una de las secuencias.</p>	<p>4.-</p>  <p>5.-</p> 	<p>27</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">V. Calma</p>	<p>7.- La actividad 6 supuso un compromiso motor más bajo y seguiremos con esto, para realizar la vuelta a la calma con un juego de precisión.</p> <p>Mismos grupos que durante toda la sesión, cada grupo colocará conos en un lado del campo, e intentarán derribarlos haciendo saques desde el otro lado (podrán realizar saques o golpear como prefieran; de revés, por encima de la cabeza, etc.)</p> <p>8.- Recoger el material.</p>	<p>7.-</p> 	<p>5</p>
<p>Actividades de Refuerzo: El alumnado que tenga dificultades con el golpeo de derecha, hará todos los ejercicios sin cambiar al de revés. En el saque, se simplificará dejándoles dar un bote, hasta que lo dominen.</p> <p>Actividades de Ampliación: Al alumnado avanzado, se les puede introducir en los golpes liftados.</p>			
<p>Observaciones: Los golpes básicos que van a practicar en esta sesión, son introducidos en la parte teórica. Para la tarea 5 el docente pondrá una secuencia de golpes de ejemplo, para que sepan cómo hacerlo. En esta misma tarea, el alumnado propondrá las secuencias de golpeo acorde al nivel de sus compañeros/as. Si las actividades de la parte principal supusieron menos tiempo del esperado, introduciremos una nueva actividad: mismos grupos de 5, frente a la pared del patio jugarán al paredón, alternando los golpes de derecha y revés practicados.</p>			

Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión nº: 3 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: Mejorando golpeos Duración: 50 min			
Tipo Sesión: Juego adaptado y práctica			
Instalaciones: patio/pabellón Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos			
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el reglamento básico del pickleball. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpeos (derecha, revés, saque) - Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpeos según el nivel inicial. 			
Contenidos desarrollados:			
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. 			
Justificación de la Metodología:			
Utilizaremos mando directo modificado para todas las tareas ya que buscamos que sigan practicando los golpeos básicos mediante juegos, siendo el mejor método para que asimilen golpeos tan analíticos.			
Estilo Enseñanza: mando directo modificado		Estrategia: mixta	
Agrupación: grupos			
Posición Profesor: central, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	1.- Antes de bajar, hacer un recordatorio de todo lo explicado y practicado en las sesiones anteriores, haciendo preguntas, como, por ejemplo, ¿qué golpeos practicamos?, ¿cómo se realiza el saque?, ¿a cuantos puntos se juega?, etc.		10
	2.- Bajar al patio y montar las redes. (moveremos las dos redes de los campos que ocupan el campo de futbol mientras no se usen)		
	3.- Para empezar, dividiremos la clase en 4 grupos y mientras explicamos el juego, harán algún ejercicio de movilidad articular estática (1 min).	3.- 	
	4.- El juego de los 10 pases: divididos en 4 grupos; dos grupos irán a una mitad del campo de futbol sala y los otros dos a la otra; se jugará con la pelota de pickleball. Explicar normas antes de empezar:	4.- 	
	<ul style="list-style-type: none"> - no podrán repetir pase (devolver el pase al mismo) - deberán contar en alto el número de pases y si llegan a 10 decir punto. - no podrán desplazarse con la pelota en la mano - no podrán quitarle la pelota de la mano al rival, tendrán que interceptar el pase o que al rival se le caiga al suelo. 		

Parte principal	<p>4.- Juego adaptado para seguir practicando los golpes explicados.</p> <p>Usaremos los mismos grupos que en el calentamiento y jugaremos al voleibol, pero con palas y pelota de pickleball. Las normas serán las mismas que las del voleibol y las explicaremos antes de empezar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sacaremos desde la línea de fondo. - el saque debe ser directo. - la pelota sólo puede botar una vez en el suelo y se pueden hacer tres pases. <p>Se buscará el feedback durante la tarea; por ejemplo, incitar a que golpeen de revés o premiando verbalmente (bien ese revés, intenta golpear de revés en esa situación que es más sencillo, etc.) si ya lo hacen.</p> <p>Se jugarán los dos partidos a la vez, y pasado un tiempo se cambiarán los enfrentamientos para que jueguen contra los otros equipos.</p> <p>5.- Seguiremos con los mismos grupos e iremos al campo de futbol otra vez; los grupos se colocarán en la línea de fondo y tendrán que hacer carreras de relevos con diferentes premisas impuestas por el docente. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saldremos de uno en uno e iremos hasta la mitad del campo golpeando la pelota con la pala, usando sólo el golpeo de derecha y dejando que la pelota bote una vez en el suelo entre golpeo y golpeo. - Mismo que el anterior, pero golpeo de revés. - Alternando uno de derecha y otro de revés. - Golpeos libres, pero sin dejar que bote en el suelo. - Salir el grupo completo dándose pases con golpes libres, pero sin que bote en el suelo hasta el final del campo y volver. 	<p>4.-</p>  <p>5.-</p> 	29
V. Calma	<p>6.- Para la vuelta a la calma, haremos un juego de precisión y poco compromiso motor en el cual seguirán practicando tanto los golpes de derecha como los de revés. Toda la clase será un único grupo y el alumnado se colocará en dos filas enfrentados. El objetivo es que la pelota salga de un lado y llegue al otro, haciéndose pases golpeando con la pala y el/a último/a tendrá que encestarla en una bolsa situada a modo de canasta.</p> <p>Empezaremos dejando que la pelota bote entre pase y pase y si vemos que lo consiguen con facilidad meteremos diferentes premisas. Por ejemplo, sin que bote, cuando salga la primera pelota ir metiendo más mientras los demás siguen pasando la primera, empezar con una pelota desde un lado y otra desde el otro a la vez, etc.</p>	<p>6.-</p> 	6
<p>Actividades de Refuerzo: Como continuamos con el trabajo que empezamos en la anterior sesión, (los mismos golpes), seguimos insistiendo en la simplificación de los ejercicios.</p> <p>Actividades de Ampliación:</p>			

Al alumnado avanzado, seguimos con los golpes liftados.

Pueden investigar en las redes sobre el deporte, y después presentárselo a sus compañeros/as.

Observaciones:

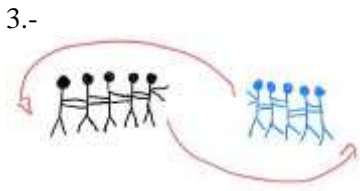
En la tarea 4, dependiendo de su nivel destreza, podemos dejar que la pelota bote entre pase y pase (3 botes y 3 pases como máximo); lo que se busca es la práctica de los golpes explicados, y como el saque es necesario y el golpeo de derecha más sencillo, nos centraremos en el revés.


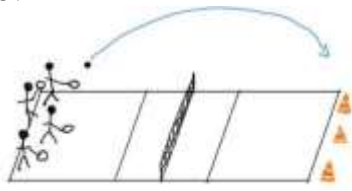
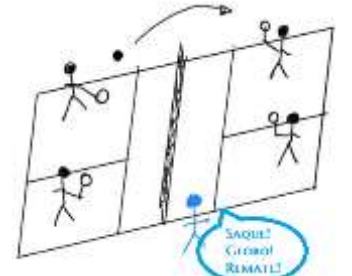
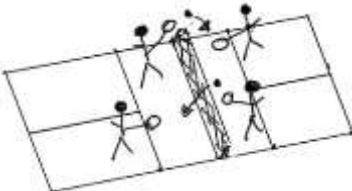
En la tarea 5, especificar que en las situaciones en las que la pelota no puede botar en el suelo, si sucede deberán recogerla y seguir desde donde se les escapó la pelota. En esta misma tarea, practicar más variantes, si vemos que el alumnado está implicado en la actividad, porque así continuamos practicando los golpes de una forma no analítica. Por ejemplo, salir por parejas dándose pases de derecha y dejando que bote una vez en el suelo, lo mismo, pero de revés, alternando, sin que bote, por tríos, etc.


Si en esta tarea, el agrupamiento no funciona porque el tiempo parado es muy elevado, lo haremos en 5 grupos.

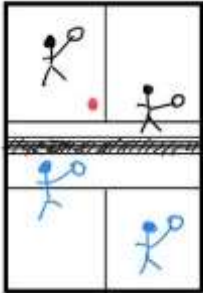

Para la tarea 6 de vuelta a la calma se pueden introducir muchas variantes dependiendo del nivel que demuestren.

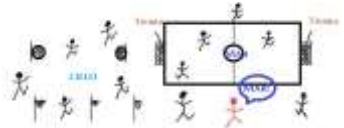

El ejercicio que podemos introducir si el tiempo empleado es menor del esperado (justo antes de la vuelta a la calma): nos colocamos en parejas; cada pareja en una mitad del campo con una pelota practicará la precisión en los saques: el compañero/a que recibe el saque pondrá la pala en una posición y el/a que saca tendrá que mandarla directamente a la pala; contarán cada vez que le den a la pala para ver quien gana.

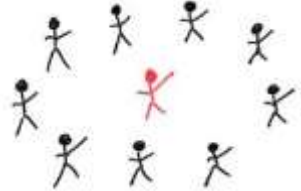
Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión nº: 4 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: ¡Buscamos globos y remates! Duración: 50 min Tipo Sesión: práctica			
Instalaciones: patio/pabellón Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: - Situar al pickleball dentro de la clasificación de los deportes y comprenderlo como deporte alternativo. - Conocer el reglamento básico del pickleball. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo) .			
Contenidos desarrollados: - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica			
Justificación de la Metodología: Utilizaremos el mando directo modificado (el docente da las indicaciones de los ejercicios a realizar, aunque el alumnado marca secuencias propias en algunos de los ejercicios).			
Estilo Enseñanza: Mando directo modificado		Estrategia: mixta	Agrupación: grupos
Posición Profesor: centra, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>
Calentamiento	1.- Antes de bajar al patio, repasamos todo lo trabajado en las sesiones anteriores, incidiendo en los referido a globos y remates.		7
	2.- Bajamos al patio y montamos las redes con el mismo sistema de trabajo. 3.- Juego para calentar: la serpiente, dividiremos la clase en 4 grupos y jugarán 2v2. Se formarán filas y se pondrán una frente a la otra y el primero/a de cada fila tendrá que tocar al último/a (alternar grupos)		

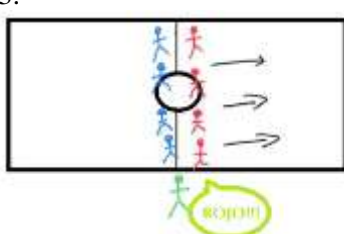
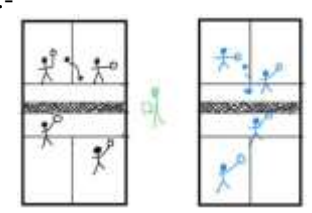
<p>Parte principal</p>	<p>4.- Hacer 5 grupos; cada grupo jugará a los bolos intentando tirar conos, haciendo remates con las palas de pickleball y en este caso, emplearemos las pelotas de tenis que son más duras. Se hace la explicación práctica del remate.</p> <p>5.- Mismos grupos dispuestos en los campos de pickleball, pondrán un cono en el fondo de la pista y tendrán que intentar mediante un globo que la pelota (de pickleball), bote los más cerca posible del cono (ir cambiando la posición del cono, pero siempre por el fondo de la pista para hacer el globo).</p> <p>6.- Después de estos dos juegos de competición, haremos con los mismos grupos y campos, secuencias de golpes usando los ya conocidos, como saque, derecha y revés, e incluyendo los nuevos como remate y globo.</p> <p>7.- Al acabar esta tarea, cada grupo hará dos secuencias de golpes y elegirán cuál es la mejor (todos los miembros del grupo deberán participar en al menos una secuencia).</p>	<p>4.-</p>  <p>5.-</p>  <p>6.-</p> 	<p>31</p>
<p>V. Calma</p>	<p>8.- Explicar cómo se hace la dejada y hacer un juego para la vuelta a la calma; será diferente, comentando lo visto en las sesiones anteriores a modo de repaso para preparar la siguiente sesión.</p> <p>Juego: los mismos grupos tratarán de hacer dejada en su campo sobre la zona de campo “la cocina”, contarán cuántas son capaces de hacer cada uno/a y que la pelota quede botando en la zona de “la cocina”.</p> <p>9.- Para la vuelta a la calma, haremos un círculo y hablaremos sobre todo lo visto en las sesiones anteriores mientras estiramos: golpes, reglas de juego, reglas de saque, etc.</p> <p>10.- Recoger el material.</p>	<p>8.-</p> 	<p>7</p>
<p>Actividades de Refuerzo: Debido a la dificultad técnica de los golpes, en caso de dificultad, el alumnado hará las mismas actividades, pero con los golpes básicos.</p> <p>Actividades de Ampliación: Debido a la destreza técnica necesaria para estos golpes, todas las actividades son de ampliación.</p>			
<p>Observaciones: Tanto en la tarea 4 como en la 5 competirán entre los miembros del grupo. En la tarea 8, se explicará la dejada dejando claro que es un golpeo difícil y que no hace falta que lo consigan hacer y que supondrá una mejora en la calificación, y es un juego que usaremos para la vuelta a la calma ya que tiene baja actividad.</p>			

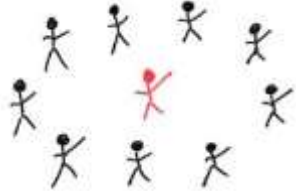
Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión nº: 5 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: ¿Cuánto sabes sobre pickleball?		Duración: 50 min	
Tipo Sesión: Evaluación / práctica			
Instalaciones: patio/pabellón Material: Tablet/ordenador, palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ul style="list-style-type: none"> - Situar al pickleball dentro de la clasificación de los deportes y comprenderlo como deporte alternativo. - Conocer y aplicar el reglamento básico del pickleball. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo). <p>4. Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial.</p>			
Contenidos desarrollados:			
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género: igualdad en el acceso al deporte; estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. 			
Justificación de la Metodología:			
Para esta sesión, tanto en la parte teórica como en la práctica, utilizaremos mando directo modificado, ya que es una sesión en la que harán el examen teórico y empezarán a practicar el juego real, a través de las directrices del docente, buscando la práctica del juego real como base para la siguiente sesión.			
Estilo Enseñanza: mando directo		Estrategia: global	Agrupación: grupos, parejas
Posición Profesor: central, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	1.- Empezamos por el questionario a través de la aplicación <i>Kahoot!</i> . Se darán los resultados en el momento, y se realizará a modo de competición.		25
	2.- Bajar al patio y montar las redes. 3.- Antes de empezar con situaciones de juego real, realizaremos un juego adaptado: Juego adaptado 4 grupos en un solo campo, más grande de lo normal (delimitados por conos), dividido en 4 por las redes colocadas en cruz; se juega con una sola pelota y el grupo que golpea la pelota decide a que grupo atacar, y se juega con las normas de voleibol; si hacen punto les quitan una vida (cada grupo tiene 5 vidas, al llegar a 0 quedan eliminados); el grupo que recibe el punto en contra saca y gana el único grupo que quede con vidas. (solo se podrán realizar remates desde el fondo de la pista; los grupos eliminados podrán quedarse viendo la competición o ir a jugar al pickleball al campo de voleibol).	3.- 	

Parte principal	<p>4.- Se inicia el juego real por parejas, 2c2, y se aplicarán las normas del pickleball. Se rotará cada 5 minutos para enfrentarse a diferentes rivales.</p>	<p>4.-</p> 	15
V. Calma	<p>5.- En parejas jugarán 2c2 a la petanca, pero con el material de pickleball: deberán dejar la pelota de pickleball golpeándola con la pala, lo más cerca posible de un cono situado a cierta distancia (petanca). 6.- Recoger el material y recordar el trabajo de la próxima sesión (arbitraje), para el que tendrán que repasar las normas del juego.</p>	<p>5.-</p> 	5
<p>Actividades de Refuerzo: Si hay alumnos/as que no lleguen a los mínimos en el cuestionario, se le ofrecerá la posibilidad de repetirlo en otra clase o en otro momento, como un recreo. Se les dará mínimo una semana para que lo afiancen.</p> <p>Actividades de Ampliación: El alumnado que tenga facilidad en el juego real, podrá comenzar con tareas de arbitraje.</p>			
<p>Observaciones: En esta sesión la parte principal se ve reducida debido a la prueba teórica.</p>			

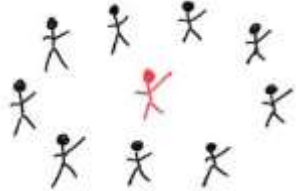
Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión nº: 6 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: ¿Lo estamos haciendo bien? Duración: 50 min			
Tipo Sesión: Práctica -Autoevaluación			
Instalaciones: patio/pabellón		Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos; ficha	
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y aplicar el reglamento básico del pickleball, así como la estructura básica de una competición. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo) - Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial, buscando la comprensión de la dimensión táctica de este deporte. 			
Contenidos desarrollados:			
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. 			
Justificación de la Metodología:			
Se empleará el mando directo modificado para el calentamiento y la vuelta a la calma, y la enseñanza recíproca, ya que cada alumno/a hará de arbitro y mediante las fichas de coevaluación, valorará el trabajo hecho por sus compañeros/as.			
Estilo Enseñanza: Mando directo modificado/enseñanza recíproca		Estrategia: global	
Agrupación: parejas/grupos			
Posición Profesor: central, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>
Parte principal	1.- Antes de bajar, explicar las fichas de coevaluación y resolver dudas sobre la normativa y golpes. 2.- Montar las redes con el mismo procedimiento. 3.- Juego para calentar: el docente les nombrará cada zona del patio (delimitando una zona donde se pueda ver a todo el alumnado y ser escuchado) con un nombre; por ejemplo, lar porterías tierra, las canastas cielo y el centro del campo de fútbol sala mar; los estudiantes deberán estar desplazándose por donde quieran y como quieran (pata coja, saltos, de espaldas, etc.) pero nunca corriendo; cuando el/ docente diga uno de los nombres deberán ir corriendo normal, en menos de 5 segundos, o recibirán castigo (flexiones, abdominales...).	3.- 	8
	4.- Se formarán grupos de 5 en los cuales 4 jugarán un partido mientras uno de ellos/as observa el juego y va cubriendo la ficha de coevaluación; van rotando hasta que todos/as utilizan dicha ficha.	4.- 	33



V. Calma	5.- Formar un círculo y estiramientos dirigidos por el docente, mientras hablamos sobre la sesión, recoger redes por grupos si aún están montadas (el juego de relevos obligó a desmontarlas) y el resto del material.	5.- 	4
<p>Actividades de Refuerzo: Si algún alumno/a no consigue cubrir la hoja de coevaluación, lo intentará con un compañero/a en parejas.</p> <p>Actividades de Ampliación: Colaborar con los compañeros/as que no consiguen llevar a cabo el arbitraje.</p>			
<p>Observaciones: Los grupos que acaben antes, seguirán jugando con normas de juego real, alternando las parejas cada 5 puntos, hasta que todos los grupos acaben. Si al acabar la tarea 4 sobra tiempo, se hará una carrera de relevos con los mismos grupos; el objetivo es ir de un lado al otro del campo y al volver dar el relevo al compañero/a pero deberán ir golpeando la pelota con la pala sin que ésta bote en el suelo o lo haga una vez entre golpeo y golpeo; los desplazamientos entre golpeo no pueden ser muy largos. Si la pelota se le va de control al alumno/a y ésta bota dos veces o la desplaza muy lejos teniendo que correr, tendrá que volver a la zona donde se produjo dicha acción para continuar. Gana el equipo que antes haga todos los relevos (si algún equipo tiene más integrantes, los equipos con menos integrantes, repetirá un componente). En este caso la vuelta a la calma serán unos estiramientos dirigidos por el docente, ya que el arbitraje hecho por cada alumno/a ocupará casi todo el tiempo de la sesión.</p>			

Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión n°: 7 / Curso: 3º ESO Trimestre: 3º			
Nombre de la Sesión: ¡Competimos por la copa! Duración: 50 min			
Tipo Sesión: Competición/ evaluación por parte del docente			
Instalaciones: patio/pabellón Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos			
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y aplicar el reglamento básico del pickleball, así como la estructura básica de una competición. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo) - Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial, buscando la comprensión de la dimensión táctica de este deporte. 			
Contenidos desarrollados:			
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. 			
Justificación de la Metodología:			
Asignación por tareas al ser el docente el que organiza la competición, aunque será los propios alumnos/as quienes gestionarán los resultados y la organización de los rivales; y mando directo modificado para el resto de tareas.			
Estilo Enseñanza: Asignación por tareas/mando directo modificado/			Estrategia: global
Agrupación: parejas			
Posición Profesor: central, interna			Tipo Feedback: concurrente
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	<p>1.- Antes de bajar al patio, repasar lo trabajado en las sesiones anteriores, haciendo preguntas para ser respondidas de forma ágil.</p> <p>2.- Bajar al patio y montar las redes por grupos.</p> <p>3.- Juego de calentamiento: por parejas, (las mismas que van a competir), se colocan sentadas dándose la espalda en el medio de la pista. Los/as que están orientados en una dirección son los negros y los otros son los blancos. Según se indique en voz alta por el/la docente, unos/as saldrán persiguiendo a tocar la espalda de los otros/as (¡Blancos!... los blancos escapan). Saliendo desde diferentes posiciones, enfrentados y en cuadrupedia, tumbados boca arriba, en posición de salida baja de atletismo, pero mirando cada uno en una dirección, etc.</p>	<p>3.-</p> 	7
Parte principal	4- Competición (anexo 10.5.: sistema de competición, cruces y eliminatorias).	<p>4.-</p> 	32

V. Calma	5.- Formar un círculo y estiramientos dirigidos por el docente, mientras hablamos sobre la sesión 6.- Recoger material.	5.- 	6
Actividades de Refuerzo/Ampliación: en esta sesión este tipo de actividades no tienen cabida, ya que la competición en si misma las engloba.			
<p>Observaciones:</p> <p>El docente tiene preparados los cruces de la competición con los equipos que crea convenientes, y los colgará en el patio con la hoja con los partidos; será el alumnado los encargados de anotar sus resultados y ver contra quién les toca jugar; de esta manera, el docente se centrará en evaluar mientras juegan (anexo 10.1.: rúbrica para el juego real)</p> <p>En cuanto un equipo acabe su partido, podrá irse a otro lado lejos de los campos de competición a practicar, o a descansar para el próximo partido. Si algún partido no da tiempo a acabarlo, anotarán el resultado en la hoja y lo continuarán el próximo día.</p> <p>En el caso de los equipos, que resulten eliminados, se les ofrece la posibilidad de seguir los partidos de los compañeros/as, o practicar juego libre.</p> <p>La vuelta a la calma en la competición serán unos estiramientos dirigidos por el docente ya que se necesita el tiempo para que la competición acabe en dos sesiones.</p> <p>Tanto la sesión 7 como la 8 serán iguales, a excepción de los calentamientos, ya que en una sola sesión no es posible realizar la coevaluación de todo el alumnado, así como la heteroevaluación por parte del docente.</p> <p>En los partidos no pondremos árbitros/as ya que será el propio alumnado el que se encargue de seguir las normas, ya que será parte de la evaluación.</p>			

Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión n°: 8 / Curso: 3° ESO Trimestre: 3°			
Nombre de la Sesión ¿Quién se llevará la copa? Duración: 50 min			
Tipo Sesión: Competición/ evaluación por parte del docente			
Instalaciones: patio/pabellón Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos			
N° Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y aplicar el reglamento básico del pickleball, así como la estructura básica de una competición. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo) - Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial, buscando la comprensión de la dimensión táctica de este deporte. 			
Contenidos desarrollados:			
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices. 			
Justificación de la Metodología:			
Asignación por tareas al ser el docente el que organiza la competición, aunque será los propios alumnos/as quienes gestionarán los resultados y la organización de los rivales; y mando directo modificado para el resto de tareas.			
Estilo Enseñanza: Asignación por tareas/mando directo modificado/			Estrategia: global
Agrupación: parejas			
Posición Profesor: central, interna			Tipo Feedback: concurrente
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>
Parte principal	1.- Antes de bajar al patio, preguntamos y resolvemos dudas que hayan surgido durante la primera parte de la competición. 2.- Bajar al patio y montar las redes por grupos. 3.- Juego de calentamiento: todo el alumnado se coloca en el campo de fútbol, que servirá como el espacio de trabajo; dos de ellos/as llevarán una espuma y tendrán que pillar; el que sea pillado pasará a llevar la espuma.	3.- 	7
	4- Competición seguiremos en el punto en el que nos hayamos quedado en la anterior sesión para concluir el campeonato.	4.- 	32

V. Calma	<p>5.- Formar un círculo y estiramientos dirigidos por el docente, mientras hablamos sobre la sesión</p> <p>6.- Recoger material.</p>	<p>5.-</p> 	6
<p>Actividades de Refuerzo/Ampliación: en esta sesión este tipo de actividades no tienen cabida, ya que la competición en si misma las engloba.</p>			
<p>Observaciones: En esta sesión quedarán los últimos partidos para saber quién es el ganador, y por lo tanto, algunos grupos no estarán jugando. Pueden ver los partidos o pueden practicar lejos de los campos de la competición.</p>			

Título Unidad Didáctica: ¿Cogemos las palas? Sesión n°: 9 / Curso: 3° ESO Trimestre: 3°			
Nombre de la Sesión: ¿Nos vamos a la playa! Duración: 50 min Tipo Sesión: lúdica			
Instalaciones: playa Material: palas, pelotas pickleball/ tenis, redes y conos			
N° Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: - Conocer y aplicar el reglamento básico del pickleball, así como la estructura básica de una competición. - Identificar las distintas habilidades técnicas: tipos de golpes (derecha, revés, saque, remate, dejada y globo). - Resolver situaciones de juego colectivo aplicando la técnica de los golpes según el nivel inicial, buscando la comprensión de la dimensión táctica de este deporte.			
Contenidos desarrollados: - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y de actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.			
Justificación de la Metodología: En esta sesión utilizaremos mando directo modificado ya que al ser un entorno diferente y la seguridad es esencial, el alumnado deberá seguir en todo momento las indicaciones del docente.			
Estilo Enseñanza: Mando directo modificado Estrategia: global			
Agrupación: parejas			
Posición Profesor: central, interna		Tipo Feedback: concurrente	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	1.- Antes de bajar a la playa, se hablará sobre la seguridad al tratarse de un entorno diferente. 2.- Montar las redes en la playa y delimitar campos con conos por grupos, bajo las directrices del docente. 3.- Juego de calentamiento, hacer unas carreras sobre la arena para notar la dificultad de correr por la arena; además el docente irá indicando modos de hacer: pata coja, cuadrupedia supina, de espaldas, etc.; después por parejas (las mismas que van jugar a las palas), hacer “peleas” de sumos haciendo un círculo en la arena e intentando sacar a la pareja del mismo. (se puede ir cambiando de rival).	3.- 	20
	4.- Jugar partidos 2v2 e ir rotando de rivales cada 5 minutos, se jugará con las normas del pickleball pero de manera adaptada ya que la pelota no podrá botar en el suelo.	4.- 	40

V. Calma	5- La vuelta a la calma será a través de un baño y posterior recogida del material; después vuelta a los vestuarios para limpiarse las arenas y cambiarse si es necesario.		20
<p>Actividades de Refuerzo/Ampliación: al tratarse de actividades lúdicas, basadas en los conocimientos trabajados a lo largo de todas las anteriores sesiones, este tipo de actividades se basarán en el trabajo cooperativo entre el alumnado en aquellas tareas que se precisen.</p>			
<p>Observaciones: Al tratarse de una actividad en el exterior, previa solicitud a los docentes de las otras materias, se usarán 15 minutos, tanto de la clase anterior como de la siguiente, para poder llevar a cabo la actividad con margen suficiente. De esta manera, dispondremos de 15 minutos para explicar las normas de seguridad, y marcar las pautas a seguir durante toda la actividad; también para hacer los grupos y llegar hasta la playa. Los otros 15 se usarán para el baño, y posterior limpieza y vuelta a la clase. En caso de que llueva, la sesión se cambiará a otro día alternándola con la siguiente unidad. En cuanto a las normas de seguridad, remarcar que no pueden bañarse.</p>			

6.1. Reflexión y cambios sobre la unidad didáctica aplicada

En el 3º trimestre se llevó a cabo, durante 9 sesiones, una intervención educativa basada en una unidad didáctica sobre el pickleball. Una vez finalizadas dichas sesiones, y evaluado todo el proceso, se pudo constatar que presentaba deficiencias en ciertos aspectos:

- Las actividades desarrolladas en las sesiones resultaron ser muy analíticas, basadas en circuitos técnicos para cada aspecto a trabajar; esto provocó bastante desconexión y aburrimiento en el alumnado, por lo que en la nueva propuesta se busca llegar al mismo objetivo (calentar, golpear la pala, etc.) a través de juegos, muchos de ellos conocidos pero adaptados a los contenidos que nos ocupan; por ejemplo, en la sesión 1, en el calentamiento, una actividad era “Carrera continua (una vuelta al campo) + movilidad dinámica (4min)” y fue modificado por “Juego de la carrera de los animales”, un juego con el que correrán, pero de un modo más motivador y entretenido:
- La sesión 2 era teórica, dedicada a la historia del pickleball, así como a su reglamento; resultó muy pesada y poco funcional, lo que nos lleva a un planteamiento más dinámico para el trabajo de toda esa información dividido en varias sesiones y enlazado con la parte práctica.
- Los horarios marcados no coincidían con el desarrollo real de las clases (no se tenían en cuenta los desplazamientos, la formación de los grupos y parejas, etc.) por lo que a veces las actividades planteadas eran insuficientes, o en otros casos, los tiempos de calentamiento o parte central se solapaban.
- El trabajo de golpes avanzados formaba parte de dos sesiones completas, buscando

- que fuera un objetivo a alcanzar por todo el grupo; se comprueba que con el número de sesiones que se disponen, es esencial centrarse en los golpes básicos (derecha, revés y saque) y practicarlos para un buen desarrollo del juego real; en la nueva propuesta se proponen como contenidos a trabajar en las actividades de ampliación, para aquellos alumnos/as que desarrollen la destreza técnica necesaria para ello.
- Las listas de cotejo y las rúbricas empleadas, tanto para la coevaluación (arbitraje) como para la heteroevaluación (trabajo diario, juego real) tenían demasiados ítems que resultaron casi imposibles de cubrir para todo el alumnado implicado en las actividades; algunos ya no tienen cabida, ya que hacían referencia a los golpes avanzados, y otros resultaban confusos, sobre todo en la ficha de coevaluación, al incluir varios términos similares (siempre, casi siempre, a veces, casi nunca, nunca), grados muy difíciles de valorar, sobre todo, para los alumnos/as; en la propuesta se han reducido los ítems, centrándonos en los mínimos que el alumnado debe alcanzar para lograr el objetivo.

Por lo tanto, la propuesta presentada es resultado de la evaluación y modificación de la intervención educativa implementada en el centro.

VII. CONCLUSIONES

7. CONCLUSIONES

En conclusión, el uso de deportes alternativos resulta beneficioso respecto al uso de deportes tradicionales por su carácter innovador que permite que todo el alumnado, con independencia de sus características y habilidades, partan de un mismo nivel inicial. Además, como se ha indicado anteriormente, este tipo de deporte prioriza la cooperación, integración e igualdad por encima de la competición, característica propia de los deportes tradicionales.

Así, se ha logrado diseñar e implantar de forma efectiva una unidad didáctica sobre el pickleball que cumpliera con los elementos prescriptivos curriculares, que ha proporcionado a los estudiantes una base sólida de habilidades técnicas, conocimientos tácticos y estrategias de juego.

Algunos de los objetivos conseguidos han sido los siguientes:

- En lo que atañe al primer objetivo específico respecto al desarrollo e implantación de la UD de pickleball para 3º de la ESO se ha conseguido en su totalidad. La UD ha sido diseñada y, después de su aplicación, modificada y mejorada, adecuándose a la valoración realizada de la misma; estas modificaciones se centraron en la adecuación de los tiempos, de los recursos didácticos y la organización de las sesiones.
- En relación al segundo objetivo de diseñar actividades y recursos pedagógicos para fomentar la participación activa y el interés del alumnado, se ha conseguido de forma parcial, ya que inicialmente la UD era demasiado analítica,

de ahí los cambios presentados en la nueva propuesta, buscando siempre actividades más motivadoras para el alumnado.

- En relación a las estrategias de evaluación para medir el logro de los objetivos de aprendizaje se ha logrado mediante el uso de diversos métodos de evaluación (rúbrica, lista de cotejo), además de proporcionar una retroalimentación individualizada para corregir errores y fortalecer el área de mejora de cada estudiante (formulario de evaluación triádica), pero también se han propuesto cambios, porque el diseño de los mismos, era muy extenso para realizar en los períodos de clase destinados a tal fin. (demasiados ítems para evaluar en las rúbricas y listas de cotejo, que en la nueva propuesta se han sintetizado y minimizado).
- Con respecto a la integración de las TIC, se ha hecho a través de recursos digitales como el *Kahoot!*, que ha resultado motivador y ha favorecido la participación activa de todo el alumnado.

En cuanto al alumnado, se ha podido observar que, al finalizar las sesiones, a pesar de las incidencias encontradas, han demostrado una adquisición de habilidades técnicas básicas y unos conocimientos mínimos con respecto al reglamento del pickleball; además han demostrado independencia y confianza en sí mismos para la gestión y organización de partidos, con lo que podrán trasladar sus conocimientos fuera del aula.

Por lo tanto, con la nueva propuesta de unidad didáctica, revisadas todas las problemáticas e incidencias encontradas, se espera conseguir todos los objetivos propuestos de un modo más motivador y dinámico para el alumnado.

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

8. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA.

El pickleball es un deporte relativamente nuevo que combina elementos del tenis, el bádminton y el ping pong. Al igual que cualquier otra actividad, realizar una intervención didáctica sobre el pickleball puede tener algunas limitaciones. A continuación, se mencionan algunas de ellas:

1. **Acceso a las instalaciones y equipamiento adecuados:** Para llevar a cabo una intervención didáctica efectiva sobre el pickleball, es necesario contar con las instalaciones y el equipamiento adecuados, como canchas de pickleball, redes, paletas y pelotas. Dependiendo de la ubicación y los recursos disponibles, podría haber limitaciones en cuanto al acceso a estas instalaciones y al equipamiento necesario.
2. **Disponibilidad de tiempo y espacio:** Realizar una intervención didáctica requiere tiempo y espacios suficientes. Al tratarse de unas prácticas con tiempo limitado, y al tratarse de un colegio relativamente pequeño, el espacio está limitado a un patio exterior por lo que cualquier incidencia meteorológica impide el desarrollo de las actividades.
3. **Nivel de experiencia y conocimiento de los participantes:** Al planificar una intervención didáctica, es importante tener en cuenta el nivel de experiencia y conocimiento de los participantes. Si los participantes son principiantes en el pickleball, puede ser necesario adaptar las actividades y los objetivos de aprendizaje para satisfacer sus necesidades.

4. **Limitaciones físicas de los participantes:** El pickleball es un deporte que puede ser físicamente exigente al requerir movimientos rápidos, de agilidad y coordinación. Algunos participantes pueden tener limitaciones físicas, lesiones o discapacidades que dificulten su participación plena en las actividades. Es importante adaptar las actividades y proporcionar modificaciones según las necesidades individuales para asegurar su participación inclusiva.
5. **Limitaciones de grupo:** desafíos relacionados con las dinámicas de grupos, como, por ejemplo, algunos participantes pueden ser más dominantes o menos comprometidos, lo que puede afectar la participación equitativa y el progreso del grupo en su conjunto. Es importante gestionar estas dinámicas y fomentar un ambiente de aprendizaje colaborativo y respetuoso.

A pesar de estas limitaciones, una intervención didáctica bien planificada y adaptada puede proporcionar una experiencia de aprendizaje enriquecedora en el pickleball, permitiendo a los participantes desarrollar habilidades y disfrutar de la práctica deportiva.

De cara a realizar futuras investigaciones con respecto a la UD presentada se podrían sugerir las siguientes líneas de investigación:

1. **Efectividad de la nueva unidad de pickleball:** Se podría llevar a cabo un estudio para evaluar la efectividad de esta unidad en relación con el aprendizaje de los estudiantes. Se podría comparar el progreso de los estudiantes antes y después de la implementación de la unidad, utilizando la evaluación triádica.
2. **Impacto en la motivación y participación de los estudiantes:** Se podría investigar cómo esta unidad afecta la motivación y la participación de los estudiantes en la

clase de EF. Se podrían utilizar cuestionarios, entrevistas o registros de observación para recopilar datos sobre el nivel de interés, actitud y satisfacción de los estudiantes hacia el pickleball en comparación con otros deportes similares.

3. **Adaptación de la unidad para diferentes grupos de estudiantes:** Se puede explorar cómo se puede adaptar la unidad para un grupo de estudiantes con características específicas: habilidades motoras limitadas, discapacidades o diferentes niveles de condición física. Se pueden investigar las modificaciones o ajustes necesarios en el diseño de la unidad y evaluar su impacto en el aprendizaje y la participación de estos grupos.
4. **Comparación con otras unidades o deportes:** Se podría realizar un estudio comparativo para analizar la efectividad y los beneficios relativos de la unidad de pickleball en comparación con otras unidades de deportes o actividades físicas en el currículo escolar.
5. **Percepciones y actitudes de los profesores:** Se podría investigar las percepciones y actitudes del profesorado de EF hacia la implementación de la unidad de pickleball o de un deporte alternativo. Se puede explorar sus experiencias, desafíos y beneficios percibidos, y recopilar sugerencias para mejorar la enseñanza y el aprendizaje de esta unidad o de una unidad basada en el deporte alternativo.

Es destacable que se pueden adaptar o explorar otras áreas de investigación según intereses y objetivos específicos. Además, es importante revisar la literatura existente para identificar posibles vacíos de conocimiento y contribuir a la base científica en el campo de la enseñanza del pickleball.

IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la Teoría de la Autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17, 123 - 139.
- Barbero, J. C. (2000). Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. Lecturas: *Educación Física y Deportes*, Revista Digital, 22. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>
- Carrillo, A., Granados, O., & Jiménez-Gómez, S. (2016). Deporte alternativo: una mirada sociológica ejemplificada desde el tchoukball. *Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 6(2), 183-198.
- Colegio Sagrado Corazón de Placeres. (s.f.). Recuperado el 15 de mayo de 2023 de <https://placeres.fesofiabarat.es/>
- Corrales, A. R. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *EmásF*, *Revista Digital de Educación Física*, 4, 23-36.
Recuperado de http://emasf2.webcindario.com/NUMERO_4.pdf
- Decreto 86/2015, de 25 de junio, por el que se estable el currículo de la educación secundaria obligatoria y del bachillerato en la Comunidad Autónoma de Galicia.
DOG Núm. 120 Pág. 25434

- Decreto 156/2022, de 15 de septiembre, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad Autónoma de Galicia DOG Núm. 183 Pág. 50010
- Fin, G., Baretta, E., Moreno-Murcia, J. A., y Nodari, R. J. (2017). Interpersonal styles, motivation and satisfaction in physical education classes and physical activity level in adolescents. *Universitas Psychologica*, 16(4), 88-99.
<http://dx.doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-4.asms>
- Gil-Espinosa, F.J. (2020). La Covid-19: Una carrera de fondo para avanzar en Educación Física. *Journal of Physical Education and Human Movement*, 2(2), 1-5.
- González-Coto, V., Gámez-Calvo, L., Hernández-Beltrán, V., & Gamonales, J. M. (2022). RinGol: deporte alternativo e inclusivo en el ámbito educativo. *Viref. Revista de Educación Física*, 11(4), 119–131.
- Jiménez, J. (2010). Los juegos y deportes alternativos en educación física. *Revista Digital Enfoques Educativos*, 67, 142-151.
- Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 114. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportesalternativos.htm>
- Höner, O., y Demetriou, Y. (2014). Effects of a health-promotion programme in sixth grade German student´s physical education. *European Journal of sport science*, 14 (sup1), S341-S351. <https://doi.org/10.1080/17461391.2012.70480>

- Lara, A. J., y Cachón, J. (2010). Kinball: los deportes alternativos en la formación del/la docente de educación física. En CiDd: II Congrés Internacional de Ditàctiques 2010, Girona (Universitat de Girona). Recuperado de <http://dugidoc.udg.edu/bitstream/handle/10256/3001/491.pdf?sequence=1>
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*. Madrid, 30 de diciembre de 2020, núm. 340, pp. 122868 a 122953
- López-Sánchez, R., Sánchez-Sánchez, F., Sánchez-Plaza, D., Sánchez-Hernández, F., & Gonzalez-Rodríguez, L. (2020). Un nuevo deporte alternativo: el brokenball. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, 11(62), 8–26.
- Maza Alcubierre, J. A., & Pradas de la Fuente, F. (2016). juegos y deportes alternativos impartidos en la comarca de los monegros.
- Organización Mundial de la Salud Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo [WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2020. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337004/9789240014817-spa.pdf>
- Ortí, J. (2004). La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos. Barcelona: Inde.
- Real Academia Española. (s.f.). Cultura. En Diccionario de la lengua española. Recuperado el 10 de junio de 2023, de <https://dle.rae.es/cultura?m=form>

- Requena, Ó. (2008). Juegos alternativos en educación física: flag football. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 4. Recuperado de <http://docplayer.es/20871787-Juegos-alternativos-en-educacion-fisica-flagfootball.html>
- Robles, M. T. A. (2008). Propuesta de enseñanza del Tenis de Mesa en Educación Primaria y Secundaria. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (13), 33-38.
- Robles-Rodríguez, A., & Robles-Rodríguez, J. (2021). La participación en las clases de educación física la ESO y Bachillerato. Un estudio sobre un deporte tradicional (Balonmano) y un deporte alternativo (Tchoukball). *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (39), 78–83.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78129>
- Ruíz, J. G. (1996). Juegos y deportes alternativos en la programación de Educación física escolar. Editorial *Deportiva Agonos*. Lérida.
- Sauri, C. (2005): Juegos tradicionales, del currículum a la clase: teoría y práctica para la aplicación en Educación Física. Sevilla: Wanceulen.

X ANEXOS

10 ANEXOS

10.1. Rúbrica para el juego real

(Pon el valor numérico en el recuadro de la derecha, en cada uno de los ítems)

	<i>Excelente 9 -10</i>	<i>Muy bien 7- 8</i>	<i>Bien 5 – 6</i>	<i>Insuficiente 0-4</i>
<i>Posición en la pista</i>	Buena posición durante el juego llevando la iniciativa y mueve la pelota por la pista	Buena posición y a veces lleva la iniciativa intentando mandar pelotas a espacios vacíos.	No siempre tiene buena posición y se centra en enviar la pelota al lado contrario.	No sabe colocarse en el campo y muchas veces no consigue devolver la pelota.
<i>Golpeos básicos: derecha (saque) y revés</i>	Buena colocación de lado adelantando la pierna correcta para golpear la pala de abajo a arriba	Sin una buena posición, pero de lado, coloca la pierna y golpea de abajo a arriba correctamente.	Sin una buena posición, colocado de frente, consigue golpear la pelota.	No sabe colocarse y no consigue efectuar los golpeos.
<i>Funciones en juego real</i>	Aplica todos los conocimientos técnicos trabajados, demostrando la asimilación de las reglas de juego	Consigue realizar un partido, pero tiene dificultades para aplicar las reglas.	Desconoce algunas normas y tiene dificultades para ejecutar un juego real.	No sabe aplicar lo aprendido en un juego real.
<i>Juego limpio</i>	Respeto por los compañeros/as, materiales. Ayuda en el aprendizaje de sus compañeros/as	Respeto por materiales y compañeros/as pero no colabora con ellos/as.	Poco a poco va respetando el juego, a los compañeros/as.	Suele no respetar a los compañeros/as durante y fuera del juego.

(Nota final: media aritmética de cada uno de los ítems)

10.2. Lista de cotejo para el trabajo diario

<i>Crterios a evaluar en cada clase</i>	<i>SÍ</i>	<i>NO</i>	<i>A VECES</i>	<i>OBSERVACIONES</i>
<i>Coloca el material (red, palas) y las recoge al terminar.</i>				
<i>Discrimina a sus compañeros/as por su capacidad o sexo.</i>				
<i>Asimila progresivamente las reglas del juego y las va aplicando.</i>				
<i>Progresade adecuadamente en la adquisición de las destrezas técnicas del juego</i>				
<i>Colabora con los compañeros/as en la consecución de los objetivos de la clase.</i>				

Valoración de los criterios	Nivel de logro	Calificación numérica
5 positivos	Excelente	10
4 positivos	Bueno	9-8
3 positivos	Básico	7-6-5
2 o menos positivos	Insuficiente	4-3-2-1-0

10.3. Lista de cotejo para el arbitraje

<i>Crterios a evaluar</i>	<i>SÍ</i>	<i>NO</i>	<i>A VECES</i>	<i>OBSERVACIONES</i>
<i>1.Hace el sorteo inicial y lleva la puntuación.</i>				
<i>2.Se le ve cómodo y confiado en el transcurso de sus funciones como árbitro.</i>				
<i>3.Identifica las faltas en juego.</i>				
<i>4.Es activo y utiliza el feedback con los compañeros/as (no sólo escribe).</i>				
<i>5.Identifica las faltas en saque.</i>				

Valoración de los criterios	Nivel de logro	Calificación numérica
5 positivos	Excelente	10
4 positivos	Bueno	8
3 positivos	Básico	6
2 o menos positivos	Insuficiente	4-2-0

10.4. Ficha de coevaluación para el alumnado

1. ¿Participa en el juego de forma activa y colabora con los demás?

Nombre

SÍ				
NO				
ALGUNAS VECES				

2. ¿Respeto y conoce (lo avisa si rival o compañero/a lo realiza) la norma de no remate en zona de cocina?

Nombre

SIEMPRE (5 o más veces)				
A VECES (2-4 veces)				
NUNCA				

3. Es respetuoso/respetuosa con el material y los rivales

Nombre

SIEMPRE				
A VECES				
NUNCA				

4. SAQUE (En relación al nivel de juego siendo 1 lo más bajo 3 intermedio y 5 el más alto)

Nombre

1 (Pésimo)				
2				
3 (Normal)				
4				
5 (Excelente)				

5. REVÉS (En relación al nivel de juego siendo 1 lo más bajo 3 intermedio y 5 el más alto)

Nombre

1 (Pésimo)				
2				
3 (Normal)				
4				
5 (Excelente)				

6. DERECHA (En relación al nivel de juego siendo 1 lo más bajo 3 intermedio y 5 el más alto)

Nombre

1 (Pésimo)				
2				
3 (Normal)				
4				
5 (Excelente)				

10.5. Competición: sistema de competición, cruces y eliminatorias.

GRUPO A						
EQUIPO 1: (a cubrir por el docente)			INFORMACIÓN			
EQUIPO 2:			Partido a 1 set, 11 puntos (sin diferencia de puntos)			
EQUIPO 3:			Finalizado el partido, el equipo ganador cubrirá el resultado.			
EQUIPO 4:			Cada partido ganado es 1 punto. El que más tenga es el primero de grupo.			
EQUIPO 5:			Si hay empate, gana el que menos puntos en contra tenga.			
EQUIPO 6:						
EQUIPO 7:						
1 vs 2	1 vs 3	1 vs 4	1 vs 5	1 vs 6	1 vs 7	2 vs 7
3 vs 4	2 vs 4	2 vs 3	2 vs 6	2 vs 5	3 vs 6	3 vs 5
5 vs 6	5 vs 7	6 vs 7	3 vs 7	4 vs 7	4 vs 5	4 vs 6
7 descansa	6 descansa	5 descansa	4 descansa	3 descansa	2 descansa	1 descansa

GRUPO B						
EQUIPO 8: (a cubrir por el docente)			INFORMACIÓN			
EQUIPO 9:			Partido a 1 set, 11 puntos (sin diferencia de puntos)			
EQUIPO 10:			Finalizado el partido, el equipo ganador cubrirá el resultado.			
EQUIPO 11:			Cada partido ganado es 1 punto. El que más tenga es el primero de grupo.			
EQUIPO 12:			Si hay empate, gana el que menos puntos en contra tenga.			
EQUIPO 13:						
EQUIPO 14:						
8 vs 9	8 vs 10	8 vs 11	8 vs 12	8 vs 13	8 vs 14	9 vs 14
10 vs 11	9 vs 11	9 vs 10	9 vs 13	9 vs 12	10 vs 13	10 vs 12
12 vs 13	12 vs 14	13 vs 14	10 vs 14	11 vs 14	11 vs 12	11 vs 13
14 descansa	13 descansa	12 descansa	11 descansa	10 descansa	9 descansa	8 descansa

CRUCE OCTAVOS	CRUCE CUARTOS
1° A vs 7° B	
2° A vs 6° B	
3° A vs 5° B	
4° A vs 4° B	
5° A vs 3° B	
6° A vs 2° B	
7° A vs 1° B	

